

Verhaltensintervention mit oder ohne zusätzlich Gabe eines Medikaments hilft dabei, Gewichtsverluste aufrechtzuerhalten

Datum: 07.05.2018

Original Titel:

A Randomized Trial of Lorcaserin and Lifestyle Counseling for Maintaining Weight Loss Achieved with a Low-Calorie Diet

Nur 10–15% der Personen, die erfolgreich Gewicht abgenommen haben, schaffen es, den Gewichtsverlust beizubehalten und nicht wieder zuzunehmen. Erfolgreiche Strategien zur Aufrechterhaltung eines Gewichtsverlustes werden auf der ganzen Welt gesucht und erforscht.

Wissenschaftler aus Pennsylvania in den USA untersuchten nun, ob eine Verhaltensintervention (Maßnahme zur Beeinflussung des Verhaltens) in Kombination mit einer medikamentösen Behandlung bei Personen mit erfolgreichem Gewichtsverlust zur Aufrechterhaltung dieses Gewichtsverlustes beitragen kann. Dazu analysierten sie 137 Erwachsene, die mithilfe einer kalorienreduzierten Diät mehr als 5 % ihres Ausgangsgewichts erfolgreich abgenommen hatten. Alle Patienten nahmen über die Dauer von 1 Jahr an 16 Gruppensitzungen teil, die das Ziel hatten, den Teilnehmern Verhaltensweisen beizubringen, durch welche der Diäterfolg beibehalten werden kann. Die Hälfte der Patienten erhielt zusätzlich 2-mal täglich 10 mg des Wirkstoffs Lorcaserin (ist in den USA zur Unterstützung einer Gewichtsabnahme zugelassen, in Europa jedoch nicht), die andere Hälfte der Patienten bekam ein Scheinmedikament (Placebo).

Nach 24 Wochen Studiendauer konnte gezeigt werden, dass mehr Personen in der Lorcaserin-Gruppe als in der Placebogruppe einen Gewichtsverlust von mehr als 5 % des Ausgangsgewichts aufrechterhalten hatten (73,9 % vs. 57,4 %). Darüber hinaus verloren die Teilnehmer der Lorcaserin-Gruppe in den ersten 24 Wochen noch zusätzlich 2,4 kg \pm 0,8 kg an Gewicht. Die Teilnehmer der Placebogruppe hingegen nahmen in der gleichen Zeit durchschnittlich 0,6 kg \pm 0,8 kg an Gewicht zu. Diese Unterschiede verschwanden allerdings nach 1 Jahr. Nach 1 Jahr konnten 55,1 % der Personen in der Lorcaserin-Gruppe einen Gewichtsverlust von mehr als 5 % des Ausgangsgewichts aufrechterhalten, in der Placebogruppe waren es 42,6 %. Die Teilnehmer in der Gruppe mit Lorcaserin-Einnahme hatten über das Jahr 2,0 kg \pm 0,8 kg zugenommen, jene in der Placebogruppe 2,5 kg \pm 0,8 kg. Betrachtete man die gesamte Zeitdauer, also die Zeit vom Beginn der kalorienreduzierten Diät bis 1 Jahr nach der Diät, wies die Lorcaserin-Gruppe einen Gewichtsverlust von 7,8 % des Ausgangsgewichtes auf und die Placebogruppe einen Gewichtsverlust von 6,6 % des Ausgangsgewichts.

Die Studie zeigt, dass die Verhaltensintervention mit oder ohne zusätzliche Gabe des Wirkstoffs Lorcaserin erfolgreich war, um den Gewichtsverlust der Teilnehmer beizubehalten. Während die Gabe von Lorcaserin kurzfristig zu besseren Erfolgen führte, waren nach 1 Jahr beide Gruppen, egal ob mit oder ohne Lorcaserin-Einnahme, gleich erfolgreich bei der Aufrechterhaltung des Diäterfolgs.

Referenzen:

Shaw Tronieri J, Wadden TA, Berkowitz RI, Chao AM, Pearl RL, Alamuddin N, Leonard SM, Carvajal R, Bakizada ZM, Pinkasavage E, Gruber KA, Walsh OA, Alfaris N. A Randomized Trial of Lorcaserin and Lifestyle Counseling for Maintaining Weight Loss Achieved with a Low-Calorie Diet. *Obesity* (Silver Spring). 2017 Dec 29. doi: 10.1002/oby.22081. [Epub ahead of print]