

Was hilft gegen den ständigen Hunger?

Datum: 29.05.2019

Original Titel:

Effects of liraglutide on appetite, food preoccupation, and food liking: results of a randomized controlled trial

MedWiss - Ergebnisse dieser amerikanischen Studie zeigten, dass adipöse Personen, die Liraglutid entweder mit einer Verhaltenstherapie oder gemeinsam mit einer Mahlzeitenersatzstrategie zur Behandlung ihres Übergewichts erhielten, kurz- bis mittelfristig weniger Hunger erfuhren und sich weniger mit dem Thema Essen beschäftigten als eine Vergleichsgruppe, die zur Behandlung lediglich eine Verhaltenstherapie erhielt. Diese Effekte wurden aber nach 1 Jahr nicht mehr gesehen. Durch die Therapie mit Liraglutid konnte ein guter Erfolg beim Abnehmen erzielt werden, der deutlich größer ausfiel als der Gewichtsverlust, den Personen nach Behandlung mit einer Verhaltenstherapie erreichten.

Liraglutid ist ein Medikament, welches beim Abnehmen helfen kann. Wissenschaftler vermuten, dass Liraglutid den Appetit der Menschen mindern kann und dies mitverantwortlich für die erfolgreiche Gewichtsabnahme bei den Liraglutid-Anwendern ist. Bisher gibt es noch keine wissenschaftliche Studie, die den appetitmindernden Effekt von Liraglutid untersucht. Dies änderte sich nun mit einer Studie von amerikanischen Wissenschaftlern.

Die Wissenschaftler schlossen 113 adipöse Studienteilnehmer in ihre 1 Jahr andauernde Studie ein (76,1 % weibliche Teilnehmer, BMI = $38,8 \pm 4,8$). Die Teilnehmer wurden auf 3 Gruppen aufgeteilt. Personen aus Gruppe 1 wurden einer intensiven Verhaltenstherapie zugeteilt. Personen aus der Gruppe 2 erhielten die intensive Verhaltenstherapie plus Liraglutid (3,0 mg/Tag). Personen aus Gruppe 3 hingegen bekamen täglich 3,0 mg Liraglutid und für 3 Monate lang eine Diät, bei der die Mahlzeiten am Tag durch Formulaprodukte ersetzt wurden (einen sogenannten Mahlzeitenersatz).

Befragungen zu Hunger, Völlegefühl und der Beschäftigung mit dem Thema Essen

Die Studienteilnehmer machten Angaben zu ihren Hungergefühl und dem Völlegefühl nach dem Essen. Außerdem berichteten die Teilnehmer, wie sehr sie Mahlzeiten mochten und wie intensiv sie sich mit dem Thema Essen über den Tag hinweg beschäftigten.

Größere Abnehmerfolge bei den Personen, die das Medikament Liraglutid bekamen

Nach dem Jahr hatten die Personen aus den Gruppen 2 und 3 mit einem Gewichtsverlust von 11,8 % und 12,1 % des Ausgangsgewichts mehr Gewicht abgenommen als Personen aus der Gruppe 1 (Gewichtsverlust von 6,2 % des Ausgangsgewichts).

Liraglutid-Anwender waren weniger hungrig und beschäftigten sich weniger mit dem Thema Essen - diese guten Effekte hielten aber nicht bis zum Studienende an

Im Vergleich zu den Personen aus der Gruppe 1 (nur Verhaltenstherapie) berichteten die Personen

aus Gruppe 2 (Verhaltenstherapie und Liraglutid) nach 6 Wochen von weniger starken Hungergefühlen und davon, dass sie sich weniger mit dem Thema Essen beschäftigten. Außerdem war ihr Völlegefühl nach dem Essen ausgeprägter. Diese Unterschiede zwischen den beiden Gruppen 1 und 2 sahen die Forscher bei allen Messungen bis zur 24. Studienwoche. Auch zwischen den Personen aus den Gruppen 1 (nur Verhaltenstherapie) und Gruppe 3 (Liraglutid und Mahlzeitenersatz) existierten Unterschiede in der Form, dass Personen aus Gruppe 3 in der 6. Woche über weniger Hungergefühle berichteten. Zudem beschäftigten sich Personen aus Gruppe 3 weniger mit dem Thema Essen – diese Effekte wurden bis zur 24. Woche gesehen. Am Ende der Studie (52. Woche) sahen die Wissenschaftler keine Unterschiede mehr zwischen den Gruppen.

Im Vergleich zu Personen, die nur eine intensive Verhaltenstherapie erhalten hatten, hatten die Personen, bei denen Liraglutid eingesetzt wurde (Gruppen 2 und 3) weniger Hunger und verstärkte Völlegefühle. Auch beschäftigten sie sich weniger mit dem Thema Essen. Allerdings hielten diese guten Effekte nicht bis zum Ende der Studie an, sondern wurden nur kurz- bis mittelfristig beobachtet. Dennoch nahmen die Personen in den Liraglutid-Gruppen über das Jahr hinweg deutlich mehr ab als die Personen, die nur die Verhaltenstherapie bekamen.

Referenzen:

Tronieri JS, Wadden TA, Walsh O, Berkowitz RI, Alamuddin N, Gruber K, Leonard S, Bakizada ZM, Chao AM. Effects of liraglutide on appetite, food preoccupation, and food liking: results of a randomized controlled trial. *Int J Obes (Lond)*. 2019 Mar 29. doi: 10.1038/s41366-019-0348-6. [Epub ahead of print]