

KWANG-HA/ALAMY/ISTOCKPHOTO

In Österreich fehle es an Präventionskonzepten, die vor allem bei Kindern ansetzen sollten, kritisieren Experten wie der Ernährungsmediziner Kurt Widhalm

Jeder Zweite ist zu dick

Teuer. Übergewichtige sorgen für mehr Krankenstands- und Spitalstage sowie für höhere medizinische und Pflegekosten

VON E. GERSTENDORFER

Jeder zweite Erwachsene in Österreich ist übergewichtig (54 Prozent), das sind etwa 3,5 Millionen Menschen, die einen Body Mass Index (BMI) über 25 kg/m² haben. 1,2 Millionen davon oder 16,6 Prozent gesamt gelten als fettleibig (adipös) – sie haben einen BMI von 30 oder mehr.

Betroffene leiden aber nicht nur unter einer niedrigeren Lebensqualität, sondern sorgen auch für schwere volkswirtschaftliche Folgen, wie der Wiener Wirtschaftskreis, Denkfabrik der Wirtschaftskammer Wien, anlässlich des europäischen Adipositas-Tags am 21. Mai betont. So müssen Normalgewichtige im Schnitt 1,5 Tage pro Jahr ins Krankenhaus, während es bei Übergewichtigen 2,1 Tage und bei Adipösen 2,5 Tage sind. Übergewichtige Patienten sorgen so für 683,20 Euro mehr an Krankenhauskosten pro Jahr, adipöse Patienten für 1.120



JERIG CHRISTIAN/ALAMY/ISTOCKPHOTO

Biach von der Wirtschaftskammer rechnet Mehrkosten vor

Euro an Mehrkosten, sagte Alexander Biach von der Wirtschaftskammer. Übergewichtige sind im Schnitt sechs Tage mehr pro Jahr in Krankenstand als Normalgewichtige, Adipöse um 13 Tage mehr.

Mehr Pflegebedarf

Übergewicht und Fettleibigkeit sorgen zudem zu mehr Frühpensionen und höheren Pflegebedarf im Alter, da etwa das Risiko für Stoffwechselerkrankungen wie Diabetes, Herz-Kreislauf-Erkrankungen sowie Erkrankungen des Muskel-Skelett-Apparats zunimmt. An Pensionszahlungen durch Berufsunfähigkeitspension seien es in Sum-

me vier Millionen Euro oder 17.220 Euro pro Person, die sich aus Übergewicht und seinen Folgen begründen.

In der Pflege wirke sich Fettleibigkeit mit 2,9 Milliarden an Pflegekosten kostenintensiv aus. Pro Person und Jahr könnten 5.885 Euro an Pflegegeldausgaben durch präventives Verhalten vermieden werden.

Die Rufe nach gesunder Ernährung, allen voran mediterraner Kost, die seit Jahren empfohlen wird, sowie nach Bewegung und Sport allein seien aber nicht immer zielführend, erklärt Ernährungsmediziner Kurt Widhalm. „Adipositas ist eine Krankheit, deren Behandlung wenig erfolgreich ist. Wesentlicher sind die Konzepte der Prävention, vor allem bei Kindern.“

Bei Kindern ansetzen

Schon jetzt sind 28 Prozent der Kinder zwischen fünf und neun Jahren übergewichtig, bei den Jugendlichen zwischen zehn und 19 Jahren sind es 26 Prozent.

Fakten

Jugendliche

Besonders Burschen haben in Österreich zu viele Kilos auf ihren Hüften. Das hat Folgen, wie eine Erhebung jüngst zeigte: Jeder fünfte männliche Jugendliche leidet unter Bluthochdruck. Hauptgrund ist Adipositas, also Fettleibigkeit

Corona-Impfung

Bei schwer übergewichtigen (adipösen) Menschen rufen Impfstoffe eine bis zu drei Mal schlechtere Antikörperreaktion hervor. Das ist dramatisch, weil sie auch ein höheres Risiko für einen schweren Verlauf haben

26

Prozent

der österreichischen Volksschülerinnen und Volksschüler sind übergewichtig – vor der Pandemie waren es noch 20 Prozent

Covid-19 hat das nicht verbessert: Laut Studie haben Kinder während des ersten Pandemiejahres im Schnitt um 1,8 Kilogramm mehr zugenommen als im Jahr davor. Widhalm sieht in seiner Praxis regelmäÙig Kinder, die in jungen Jahren fettleibig sind. „Oft hilft nur noch ein operativer Eingriff. Wenn ein Kind einmal stark übergewichtig ist, leidet es möglicherweise unter Knorpelschäden und Knochenmarksödemen – Sport ist dann gar nicht möglich“, so Widhalm.

In Österreich fehle es allerdings an strukturierten Programmen zur Prävention, die insbesondere im Alter von sechs bis zehn Jahren erfolgreich seien, erklärt Widhalm. Ein Euro, der in Maßnahmen zur Prävention investiert wird, würde einen ökonomischen Rückfluss von sechs Euro generieren. Es brauche mehr Anreizsysteme, etwa die Teilnahme an Präventionsprogrammen gekoppelt an finanzielle Leistungen wie beim Mutter-Kind-Pass.

Covid-19 ist „Beschleuniger“ für bisherige Vorerkrankungen

Fachtagung. Ein Jahr nach überstandener Covid-19-Infektion klagten zwei Drittel der Patienten über Nervensystem-Erkrankungen, berichteten Mediziner anlässlich einer Neurologen-Fachtagung in Graz. Nur zwölf Prozent der Probleme traten bei den Patienten aber erstmalig durch die SARS-CoV-2-Erkrankung auf. „Das Virus wirkt zum Teil also als Brandbeschleuniger der pathologischen (Anm.: krankmachenden) Prozesse“, sagte Nervenfacharzt Christian Enzinger von der MedUni Graz.

Es gibt mehrere Möglichkeiten, wie die Coronaviren das Nervensystem schädigen können. Teils infizieren sie direkt das zentrale Nervensystem, verursachen Gefäßentzündungen, öffnen die Blut-Hirn-Schranke und führen zur Bildung kleiner Blutgerinnsel. Mögliche indirekte Auslöser wären systemische Infektionen, überschießende Reaktionen des Immunsystems und Sauerstoffmangel.

Häufigste Symptome

Die häufigsten neurologischen Symptome ein Jahr nach einer Infektion sind Schlafstörungen, Konzentrationsschwierigkeiten, Geruchs-, sowie Geschmacksstörungen, Vergesslichkeit und Kopfschmerzen. Viele Patienten klagten auch über Gliedmaßenschwäche und Schwindel. Halluzinationen, Tinnitus (Geräusche ohne zuordenbare Schallquelle) und Ohnmachtsanfälle traten ebenfalls auf. Nur bei zwölf Prozent der Patienten sind solche neurologischen Beschwerden vorher nicht aufgetreten oder bekannt gewesen, so Enzinger. Sie wurden demnach meist durch die Infektion mit Covid-19 verstärkt.



ANATOL/ISTOCKPHOTO

Schlafstörungen verstärken sich oft nach einer Infektion



Symbolfoto © Jueli Christandl / Stockphoto/SA Stock

Wir helfen gemeinsam! Familienhilfe Ukraine

KURIER
Hilfsaktion

Die Lage in der Ukraine ist dramatisch. Die Menschen im Land sind verzweifelt. Millionen sind bereits auf der Flucht – aber viele harren auch noch in U-Bahnschächten und Kellern aus. Lebenswichtige Infrastrukturen sind zerstört, teilweise gibt es weder Strom noch Wasser.

Das Rote Kreuz unterstützt seit Beginn des Konflikts sowohl vor Ort als auch an den Grenzen und leistet dringend benötigte medizinische und humanitäre Hilfe. Mit einer Spende von z. B. € 40,- können Sie ein Hygienekit mit dem Nötigsten für 10 Personen für 1 Monat zur Verfügung stellen.

Jede Spende lindert die Not. **Gemeinsam können wir helfen. Danke!**



Jetzt online spenden unter: kurier.at/familienhilfe

Eine Aktion des KURIER mit

Oder spenden Sie über das **Österreichische Rote Kreuz**
Kennwort: „KURIER – Familienhilfe“ | IBAN: AT57 2011 1400 1440 0144

ÖSTERREICHISCHES ROTES KREUZ

Aus Liebe zum Menschen.



Foto: Studio Remantico - stock.adobe.com



Foto: Photographica.eu

Dick sein geht ins Geld

Mehr als die Hälfte aller Österreicher ist laut WHO übergewichtig. Fettsucht verursacht nicht nur viele Krankheiten, sondern auch volkswirtschaftliche Kosten in Milliardenhöhe.

Noch nie gab es so viele Ernährungsrends wie heute, trotzdem bringen 54 Prozent der Österreicher zu viele Kilos auf die Waage, bei Kindern und Jugendlichen ist es jeder Dritte. „Studien belegen, dass von normalgewichtigen Personen innerhalb von zehn Jahren acht Prozent an Diabetes mellitus Typ II erkranken, bei Übergewichtigen sind es mehr als ein Fünftel und bei Fettleibigen weit mehr als die Hälfte“, rechnet Mathematiker Rudolf Taschner vor. Der Professor ist Vorsitzender des Wiener Wirtschaftskreises, der das Augenmerk auf unser Wohlbe finden richtet. Neben massiven gesundheitlichen Schäden kostet uns der Wohlstandsspeck jährlich Milliarden. Dicke sind öfter im Krankenstand und benötigen mehr Medikamente und Therapien. Zudem steigt das Risiko für Leber- und Tumorerkrankungen.

„Pro Person und Jahr könnten 5885 Euro an Pflegeausgaben durch präventives Verhalten vermieden werden“, erklärt Alexander Bläich, Vize-Direktor der Wiener Wirtschaftskammer. Weiters ergeben sich

vier Millionen Euro an Pensionszahlungen durch Berufsunfähigkeit.

Statt ständigen Diätfrustes empfiehlt Diabetesexpertin Susanne Kaser keine allzu massiven Einschränkungen, stattdessen wäre eine kontinuierliche Reduktion von 500 Kalorien pro Tag über einen längeren Zeitraum sinnvoll, wobei eine an die mediterrane Küche (Ölivenöl und viel Gemüse) angelegte Ernährung am meisten bringe. Bei der Bewegung zähle jeder Schritt.

Martina Münzer



Foto: Martin Jochl

17
Eine Studie zeigte, dass Kost mit Olivenöl und viel Obst und Gemüse gleich teuer ist wie viel Fleisch und Wurst.

Univ.-Prof. Dr. Susanne Kaser, Universität Innsbruck

Neuer Alarm um unsere Gletscher

Zustand der Pasterze am Großglockner ist noch dramatischer als befürchtet

Die Chancen, diesen dramatischen Trend zu bremsen oder gar aufzuhalten, stehen nach Ansicht des Kärntner Meteorologen Gerhard Hohenwarter praktisch bei null: „Selbst mehrere schneereiche Winter und kühle Sommer könnten da wenig bewirken.“ Die Auswirkungen des Klimawandels haben schon deutliche Spuren in unseren Eisregionen hinterlassen. Der Wetterexperte sieht die Politik in der Pflicht: „Es ist höchste Zeit, endlich Maßnahmen zu setzen, dass die Klimaziele erreicht werden.“ Johann Palmisano



Die Pasterze am Großglockner ist der größte Gletscher in Österreich. Der untere Teil, die Zunge, könnte demnächst von den oberen Eismassen getrennt werden. Erhält er keinen Nachschub, droht er schon bald zu verschwinden.

ANZEIGE

NEU: Immobilien in bester Gesellschaft.



Die besten Objekte. **dibeo.at**

Österreich

VORARLBERG

72-jähriger stürzte bei Tour in den Tod

Ein 72-jähriger Dornbirner ist im Gebiet des Hohen Freschen (2004 Meter) im Bregenzerwaldgebirge bei einer Bergtour tödlich verunglückt. Sein Kamerad (73), der ihn begleitet hatte, schlug Alarm. Doch die Suchmannschaft stieß nur auf den bereits leblosen Körper des Mannes.

STIEIERMARK

Nebel in Kabine: Flieger kehrte um

Passagiere der Fluglinie Air Dolomiti schlugen nach dem Start in Graz wegen Gasgeruch und Nebel in der Kabine Alarm. Der Pilot stoppte den Steigflug und brachte den Flieger zurück auf den Boden. Es dürfte sich bei dem Vorfall um ein hydraulisches Leck gehandelt haben.

OBERÖSTERREICH

Ortschef nach Alkosterz zerknirscht

Nachdem er Sonntag um drei Uhr Früh mit einem E-Scooter gestürzt war und sich verletzt hatte, ist der Bürgermeister von Katsdorf zerknirscht. Denn der angezeigte Ortschef hatte 1,82 Promille intus und wird eine saftige Strafe berappen müssen. An Rücktritt denkt er nicht.

OBERÖSTERREICH

Opfer lachte, keine Haft für Sex-Täter

Jener syrische Asylwerber (19), der in Wever eine Ukrainerin vergewaltigt haben soll, bleibt weiterhin auf freiem Fuß. Obwohl die 15-jährige bei dem Übergriff leicht verletzt worden ist, wurde keine U-Haft über den Verdächtigen verhängt, da sein Opfer gelacht haben soll.

Invasion der Spaziergänger oder: Wie uns Corona sesshafter macht

Der Wunsch nach Freiraum und Natur werde auch nach Überstehen der Pandemie bleiben

VON MICHAEL SCHÄFL, ZÜRICH

Knapp 100 Jahre ist es her, dass der sowjetische Wissenschaftler Nikolai Kondratjew seine Theorie veröffentlichte: Die Gesellschaft würde sich in Wellen verändern. Eine jede prägte das Leben grundlegend. Fünf dieser Kondratjew-Wellen wurden bislang formuliert. Und eine sechste bahnt sich an: das Leben nach der Pandemie.

„Corona hat unser Leben gewandelt, das steht fest“, sagt der Schweizer Soziologe Joris Van Wezemael. „Das Arbeitsleben ist mit Homeoffice nicht mehr dasselbe, das Leben in den eigenen vier Wänden ist anders.“ Die Pandemie habe den Menschen sesshafter gemacht, auch zwangsweise durch Quarantäne. Und auch die Rolle der Natur habe sich verändert.

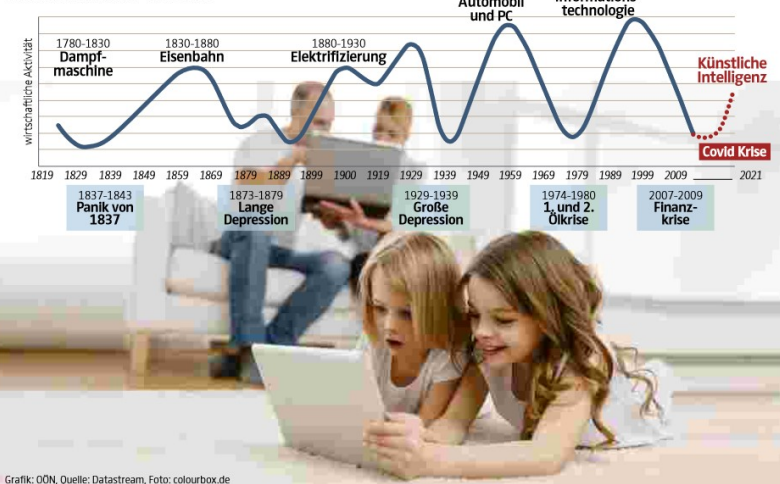
Erst Aufschwung, dann Krise

Zu den Kondratjew-Wellen: 40 bis 60 Jahre dauern sie im Schnitt. Die Aufschwungsperioden dauern länger, sie sind die Jahre, in denen die Wirtschaft floriert. In den Abschwungsphasen werden meist wichtige Entdeckungen gemacht. Diese treten deshalb auf, weil durch die starke Wirtschaft ein Mangel entstanden ist.

Bei der ersten Welle war es die Dampfmaschine. Bei der zweiten die Eisenbahn: Sie entstand, weil vorhandene Transportmittel wie das Pferdegespann nicht mehr in der Lage waren, die industriell hergestellten Waren ausreichend zu verteilen. In der dritten Welle war es die Stromversorgung, in der vierten das Automobil und der Computer. In der fünften die Informationstechnologie, ehe die Finanzkrise ihr ein Ende setzte. Generell endet jede Welle mit einer Krise.

Mit der Corona-Pandemie sieht Van Wezemael nun den Beginn ei-

DIE KONDRATJEW-WELLEN



Grafik: ÖÖN, Quelle: Datastream, Foto: colourbox.de

„Corona hat unser Leben gewandelt, das steht fest. Das Arbeitsleben ist mit Homeoffice nicht mehr dasselbe, auch das Leben in den eigenen vier Wänden hat sich stark verändert.“

Joris Van Wezemael, Soziologe



Foto: ÖÖN

ner sechsten Welle gekommen. „Die ganze Kommunikation über Skype, Zoom usw. gab es schon lange, aber jetzt brauchen wir sie dringend. Und sie bringt uns auch immer weiter Richtung künstlicher Intelligenz.“

Mit der Pandemie und vermehrtem Homeoffice habe sich auch das Privatleben und der Wunsch nach Freiraum verändert. „Sich zu Hause wohlfühlen und jederzeit in die Natur zu können, ist vielen Menschen nun um einiges wichtiger“, sagt der Soziologe. In Zürich habe der Zür-

cher See sogar tageweise gesperrt werden müssen, weil zu viele Spaziergänger am Ufer unterwegs waren. Viele seien dann in die umliegenden Wälder spazieren gegangen, zum Leidwesen der Förster. „Dieser Drang nach draußen wird bleiben und muss auch bei der Wohnungsplanung bedacht werden“, sagt Van Wezemael. Eine Stadtfucht sei allerdings nicht erkennbar, vielmehr sei die Nachfrage nach Wohnungen in der Stadt massiv angestiegen. Gleichzeitig sei in der Schweiz auch die Debatte um eine Viertagewoche und durchgehendes Homeoffice entbrannt. Eine Forderung, die auch Wirtschaftslandesrat Markus Achleitner (VP) kennt. „Aber bei uns in Oberösterreich, als Industrieland, ist eine verkürzte Arbeitswoche nicht vorstellbar.“ Nur einem Drittel der Berufe sei es hierzulande möglich, ins Homeoffice zu gehen.

KLATSCH & TRATSCH

Spaniens Altkönig kommt zu Besuch nach Hause

Juan Carlos, Spaniens umstrittener Altkönig, plant Medienberichten zufolge einen ersten Heimatbesuch seit fast zwei Jahren. Der 84-Jährige werde am Samstag aus dem Exil in Abu Dhabi in der Hafenstadt Sanxenxo in Galicien im Nordwesten erwartet und bis Sonntag bleiben, schrieb der staatliche TV-Sender RTVE. Eine offizielle Bestätigung gab es zunächst nicht. König Felipe (50) hatte Berichten zufolge sogar eingewilligt, seinen Vater in Madrid zu treffen.

Ist die Monarchie in Gefahr?

Die einflussreiche Tageszeitung „El Mundo“, die dem Königshaus nahesteht, schreibt, Juan Carlos sei ungehalten, weil sein Sohn nur einen Kurzbesuch in der Königsresidenz ohne Übernachtung erlauben wolle. Felipe ist wie die Regierung von Ministerpräsident Pedro Sánchez darauf bedacht, Schaden vom Königshaus durch zu große Nähe zu Juan Carlos abzuwenden.

Nach einer Umfrage ist eine knappe Mehrheit der Spanier davon überzeugt, dass die Monarchie nicht mehr zeitgemäß ist und abgeschafft gehört. Schuld daran trägt zu einem erheblichen Teil Juan Carlos. Immerhin entging der heute 84-Jährige unter anderem nur deshalb einem Strafverfahren wegen finanzieller Unregelmäßigkeiten, weil er entweder durch seine Immunität als König geschützt war oder die Taten verjährt waren.



Juan Carlos lebt seit zwei Jahren in Asylo in Abu Dhabi. Foto: APA/Oscar del Pozo

„Brandbeschleuniger“ für Vorerkrankungen

Covid-19 verschärft neurologische Probleme

Ein Jahr nach überstandener Covid-19-Infektion klagten zwei Drittel der Patienten über Nervensystem-Erkrankungen, berichteten Mediziner gestern bei einer Pressekonferenz anlässlich einer Neurologen-Fachtagung in Graz. Nur zwölf Prozent der Probleme traten bei den Patienten aber erstmalig durch die SARS-CoV-2-Erkrankung auf. „Das Virus wirkt zum Teil also als Brandbeschleuniger der pathologischen (Anm.: krankmachenden) Prozesse“, sagte Nervenfacharzt Christian Enzinger.

Es gebe mehrere Möglichkeiten, wie die Coronaviren das Nervensystem schädigen könnten, so Enzinger, der an der Universitätsklinik für Neurologie der Medizinischen Universität Graz arbeitet. Teils würden sie direkt das zentrale Nervensystem infizieren, Gefäßentzündungen verursachen, die Blut-Hirn-Schranke öffnen und zur Bildung kleiner Blutgerinnsel führen, die etwa Äderchen im Gehirn

verstopfen würden, wie sein Kollege Raimund Helbok von der Medizinischen Universität Innsbruck herausgefunden habe. Mögliche indirekte Auslöser sind systemische Infektionen, überschießende Reaktionen des Immunsystems und Sauerstoffmangel. Die häufigsten neurologischen Symptome ein Jahr nach einer Coronavirus-Infektion sind Schlafstörungen, Konzentrationsschwierigkeiten, Geruchs- sowie Geschmacksstörungen, Vergesslichkeit und Kopfschmerzen. Viele Patienten klagten auch über Gliedmaßenschwäche und Schwindel. Halluzinationen, Tinnitus und Ohnmachtsanfälle treten ebenfalls auf.

Die 19. Jahrestagung der Österreichischen Gesellschaft für Neurologie findet von 18. bis 20. Mai statt. 850 Neurologen werden die neuesten medizinischen Erkenntnisse diskutieren und wie man diese erfolgreich in die Praxis überführen kann.

Adipositas belastet Volkswirtschaft

Krankenstände und Berufsunfähigkeitspensionen durch Fettleibigkeit

Fettleibigkeit macht nicht nur der steigenden Zahl an Betroffenen große Probleme, auch die Volkswirtschaft trägt schwer an den Folgen.

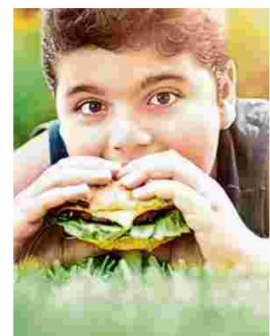
Darauf hat der Wiener Wirtschaftskreis, die Denkfabrik in Wirtschafts- und Gesellschaftspolitik der Wirtschaftskammer Wien, anlässlich des europäischen Adipositas-Tags am 21. Mai hingewiesen. Die Ausfälle für Betriebe wegen Krankenständen belaufen sich demnach auf 1.421 Euro für Übergewicht und 3.079 Euro für Adipositas pro Person und Jahr.

Mehr als die Hälfte der Menschen in Österreich (54 Prozent) sei laut der Weltgesundheitsorganisation WHO übergewichtig – der EU-Durchschnitt liege sogar bei 59 Prozent. Bei Kindern im Alter von fünf bis neun Jahren seien 28 Prozent deutlich zu schwer, in der Altersgruppe der Zehn- bis 19-Jährigen 26 Prozent.

Österreichs Kinder würden damit noch über dem EU-Schnitt von 24 Prozent liegen, wurde das Problem bei einer Pressekonferenz in

Wien umrissen. Wichtig wäre mehr Prävention, so der Appell.

„Neben den massiven gesundheitlichen Schäden kostet das Übergewicht auch die Volkswirtschaft Milliarden“, sagte Alexander Biach, stellvertretender Direktor der Wiener Wirtschaftskammer, und verwies auf medizinische Hilfe, betriebliche Ausfälle und Pfl-



28 Prozent der Kinder zwischen fünf und neun Jahren sind zu dick. Foto: cb

gefälle. In vielen Fällen seien Probleme auf Übergewicht zurückzuführen. Von Adipositas spricht man bei sehr starkem oder krankhaftem Übergewicht.

In der Arbeitsbevölkerung könnten laut Biach 800 bis 1.400 Euro an Mehrkosten pro Jahr und Person reduziert werden, wenn durch Bewegung und Ernährung Übergewicht vermieden würde.

An Pensionszahlungen durch Berufsunfähigkeitspension seien es in Summe vier Millionen Euro oder 17.220 Euro pro Person, die sich aus Übergewicht und seinen Folgen begründen.

Präventives Verhalten

Nicht zuletzt in der Pflege wirke sich Fettsucht kostenintensiv aus: Mit 2,9 Milliarden an Pflegekosten insgesamt bzw. davon eine Milliarde für Pflegegeld sei „die budgetäre Belastung besonders übergewichtig“.

Pro Person und Jahr könnten 5.885 Euro an Pflegegeldausgaben durch präventives Verhalten vermieden werden, wurde betont.