

Mehr als nur Gewichtsabnahme

## Orlistat verbessert kardiovaskuläres Risikoprofil

WIEN – Als ob die mitleidigen Blicke von Mitmenschen und die mangelnde Auswahl beim Kleiderkauf nicht schon schlimm genug wären. Übergewicht ist auch noch mit einer Reihe von ernsten Erkrankungen assoziiert. Für eine gewichtsreduzierende Therapie gibt es daher auch aus medizinischer Sicht gute Gründe. Seit einigen Wochen noch ein paar mehr: Neue Daten, die im Rahmen des 11. Europäischen Adipositas Kongresses präsentiert wurden, belegen, dass die Behandlung mit Orlistat (Xenical®) nicht nur zu einer signifikanten Gewichtsabnahme und Verbesserung des Glukosestoffwechsels bei Diabetikern führt, sondern auch kardiovaskuläre Risikofaktoren bei übergewichtigen Patienten mit Begleiterkrankungen günstig beeinflusst.

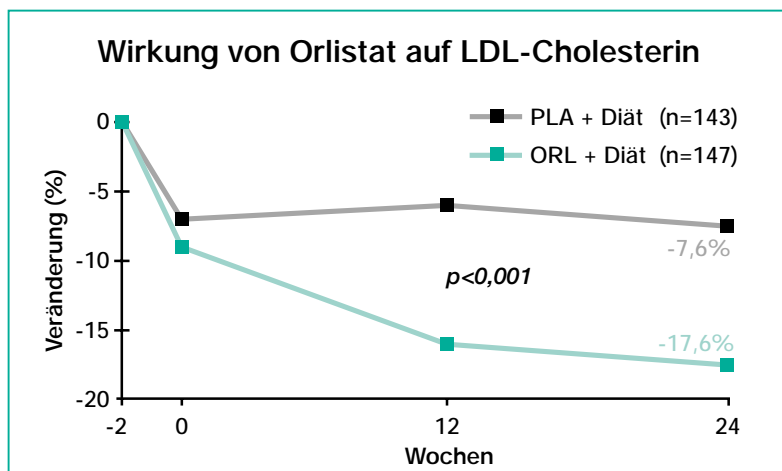
Das Prinzip der Kombination einer leicht kalorienreduzierten Diät mit einer gastrointestinalen Lipasehemmung funktioniert. Das bestätigt auch die vorgestellte doppelblinde britische

Studie (Broom et al), an der über 500 adipöse Männer und Frauen teilnahmen. Nach einem Jahr hatten die Patienten, die Orlistat erhalten hatten, durchschnittlich 7,3 kg an Gewicht verloren,

während die Waage in der Placebogruppe nur um 3,7 kg weniger anzeigte ( $p < 0,001$ ). Mehr als doppelt soviele Patienten unter Orlistat erreichten einen medizinisch relevanten Gewichtsverlust von  $\geq 5\%$  (55,6% vs 24,3%). In diese Untersuchung wurden nur übergewichtige Patienten aufgenommen, die einen oder mehr kardiovaskulären Risikofaktoren, wie eine gestörte Glukosetoleranz, eine Hypercholesterinämie oder eine Hypertonie, aufwiesen.

### Besseres Risikoprofil

Mit besonderem Interesse wurden daher die Auswirkungen der Behandlung auf die Be-



Prof. van Gaal präsentierte die Resultate der Belgian ObelHyX Study. Das LDL-Cholesterin sinkt bei Übergewichtigen mit Hypercholesterinämie unter fettreduzierter Ernährung und Therapie mit Orlistat (3 x 120 mg/d) mehr als doppelt so stark im Vergleich zu Placebo. *International Journal of Obesity (2000) 24 (Suppl 1)S97, Poster 311.BU*

Praxisstudie an über 15 000 Patienten

### Nach sieben Monaten durchschnittlich 11% Gewichtsverlust!

Orlistat bewährt sich gut im Praxisalltag. Hier die neuesten Daten aus einer aktuellen Praxisstudie, an der sich mehr als 5000 deutsche Ärzte beteiligten:

- Durchschnittlicher Gewichtsverlust nach siebenmonatiger Therapie mit Orlistat: 11 kg (= 11 %).
- Rückgang des Taillenumfang um 8 cm.
- 87 % der Patienten, die Orlistat erhielten, verloren mindestens 5 % ihres Körpergewichtes.
- 50 % verloren mehr als 10 % und ein Fünftel mehr als 15 %.
- Signifikante Verbesserung der Blutzuckerkontrolle, des Cholesterinspiegels und des Blutdrucks.
- Bei 34 % der Typ 2-Diabetiker war eine Reduktion oder das Absetzen der Begleitmedikation möglich.
- Ähnliches gilt auch für die Begleitmedikation bei 46 % der Patienten mit Hypercholesterinämie und 26 % der Hypertoniker.
- 63 % der Anwender wollten die Therapie auch nach Ende der Studie fortsetzen.

gleiterkrankungen verfolgt. Das Ergebnis, das Professor Dr. Luc Van Gaal, Abteilung für Endokrinologie und Metabolismus, Universitätsklinik Antwerpen, vorstellte, lässt sich mit einem Satz zusammenfassen: Der Gewichtsverlust war auch mit einer deutlichen Verbesserung des kardiovaskulären Risikoprofils verbunden. „Das LDL-Cholesterin konnte unter Orlistat um 7,09% gesenkt werden (versus 0,55%) und der Blutzucker im oralen Glukosetoleranz Test um 0,37 mmol/L (vs. +0,09 mmol/L). Der diastolische (-5,5 mmHg vs. -3,1 mmHg) und der systolische Blutdruck (-6,0 mmHg vs. -2,3 mmHg) waren in der Ver-

umgruppe ebenfalls signifikant niedriger.“ In der Belgian ObelHyX-Studie (Tabelle) fiel die Reduktion des LDL-Cholesterins noch deutlicher aus.

Diese Daten fügen sich nahtlos in das Bild früherer Studien ein, in denen mehr als 3000 Übergewichtige mit Typ-2-Diabetes und/oder anderen kardiovaskulären Risikofaktoren teilnahmen. Auch hier führte die Einnahme von Orlistat nicht nur zur verstärkten Gewichtsabnahme, sondern auch zu einer deutlichen Verbesserung der glykämischen Kontrolle und einem verringerten Bedarf an antidiabetischer Medikation.

## Erfolgreiche Gewichtsmanagement-Programme

### Das Geheimnis ist der multidisziplinäre Ansatz

WIEN – Die meisten übergewichtigen Patienten können ein Lied davon singen: Ein paar Kilo mit entsprechender Diät oder Medikamenten zu verlieren, ist nicht so schwer. Das grosse Problem ist aber, das erreichte Gewicht langfristig zu halten. Internationale Erfahrungen zeigen, dass der Schlüssel für den dauerhaften Erfolg in der Kombination von Ernährungsumstellung und Pharmakotherapie mit Verhaltensänderungen liegt.

nicht nur Vorschriften machen, sondern dem Patienten wirklich zuhören und auf seine Körpersprache achten. Man sollte auch daran denken, dass hinter Übergewicht grosse Probleme stehen können. „In Anlehnung an ein Mozart-Wort sollten wir bei unseren Patienten öfter auf die Qualität der Stille zwischen den Worten achten.“

Entscheidend seien auch realistische Ziele, so Prof. Golay:

„Fragen Sie Ihre Patienten nach ihrem idealen Körpergewicht und wie schnell sie dieses erreichen wollen!“ Zu hoch gesteckte Erwartungen führten nur zu Frustrationen. Realistisch sei ein Gewichtsverlust von 1 bis 2 kg nach einem Monat und von insgesamt 10 bis 15%.

„Welche Beziehung gibt es zwischen Nahrungsaufnahme und Gewohnheiten oder Emotionen? Wann, wie und warum

verlieren die Patienten die Kontrolle über ihr Essverhalten?“ Fragen, aus deren Beantwortung gemeinsam Strategien zur Vermeidung derartiger Situationen entwickelt werden sollten.

### Persönlichkeitstypen unterschiedlich behandeln

Unterschiedliche Persönlichkeiten erfordern auch einen individuellen Zuschnitt der Gewichtsmanagement-Programme. Prof. Golay unterscheidet dabei im Wesentlichen zwischen vier Typen (vgl. Tabelle): Für den extrovertierten Promoter, der es liebt im Mittelpunkt zu stehen, ist Essen ein Vergnügen und ein gesellschaftliches Ereignis. Strategien zum Gewichtsmanagement sollten nicht mit seinem sozialen Leben kollidieren. Der Analytiker hingegen ist ein verlässlicher Patient, der zur Familie und traditionellen Küche tendiert. Detaillierten Beschreibungen von Zusammenhängen dankt er mit guter Compliance. Der dritte Persönlichkeitstyp ist der Facilitator, der besonders häufig unter Essstörungen leidet. Hier

### Kernpunkte erfolgreicher Gewichtsmanagement-Programme

- Kommunikation und Motivation
- Realistische Ziele und Erwartungen
- Modifikation von Verhalten und Ernährungsgewohnheiten
- Individuell zugeschnittene Programme

ist es wichtig, auch die Familie in die Therapie mit einzubeziehen. Zuletzt der Controller, der schnell isst und zu Fast Food tendiert. Ihm sollte eine gesunde Alternative zum mittäglichen Burger empfohlen werden.

Was solch differenzierte Ansätze zur Verhaltensmodifikation in Kombination mit fettreduzierter Ernährung und Orlistat bringen, kann Prof. Golay mit eigenen Erfolgen belegen: Die Patienten bleiben länger bei der Stange, 50% halten ihr reduziertes Gewicht auch noch nach mehreren Jahren.



Prof. Dr. Alain Golay

Eines der wichtigsten Elemente für die erfolgreiche Führung adipöser Patienten in der Praxis ist für Professor Dr. Alain Golay, der sich an der Abteilung für Innere Medizin, Universitätskrankenhaus Genf, seit Jahren intensiv mit Patientenschulung beschäftigt, die Kommunikation: Sich Zeit nehmen,

Ursachen des Übergewichts – verschiedene Persönlichkeiten	
<b>Promoter</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• isst mit Vergnügen</li> <li>• sozial, Gourmet</li> </ul> ⇒ Tipps sollten nicht mit sozialem Leben kollidieren	<b>Facilitator</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• isst in Gemeinschaft</li> <li>• gesellig, Ja-Sager</li> </ul> ⇒ auch Familie einbeziehen
<b>Controller</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• isst schnell</li> <li>• Fast-Food</li> </ul> ⇒ Alternative für Fast-Food Menus	<b>Analyser</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• schlechte Essgewohnheiten</li> <li>• Familienmensch, traditionelle Einstellung</li> </ul> ⇒ detaillierte Erklärung fördert Compliance

Tabelle von Professor Dr. Alain Golay: Die vier Typen der Übergewichtigen