

[Transcript] Thema des Tages / Die Abnehmspritze - ein problematisches Wundermittel?

Ich bin Schold Wilhelm, das ist Thema des Tages, der Nachrichten-Podcast vom Standard. Ein paar Kilos verlieren, ganz ohne Sport oder Diät, das klingt für viele Menschen sehr verlockend. Möglich wird das mit einer neuen Abnehmspritze, die nicht nur unter Hollywood Celebrities immer beliebter wird.

Doch der Einsatz dieser Spritze ist nicht unproblematisch, nicht zuletzt, weil immer mehr Fälschungen dieses Medikaments im Umlauf sind.

Alles, was wir über diese Abnehmspritze wissen müssen und welche Schattenseiten sie hat, darüber sprechen wir heute.

Pierre Kruckenhauser, du leitest das Gesundheitsressort im Standard und beschäftigst dich da auch immer wieder mit Schönheitstrends, ob sie gut sind oder nicht.

Darüber können wir ja gleich sprechen. Was hat es denn mit dieser neuen Spritze zum Abnehmen auf sich, warum handelt es sich da?

Diese Spritze, um sie mal klar zu stellen, kein Schönheitstrend, das muss man schon ganz deutlich sagen.

Aber es liegt nahe, das so zu sehen, weil sich diese Spritze zum Abnehmen gerade einen Namen als Celebrity im Wundermittel macht.

Und die Rede ist da von einem Medikament mit dem Wirkstoff Sema Glutit, das wird in den USA unter dem Markennamen Wegovi vertrieben.

Und bei uns in Europa gibt es es unter dem Markennamen Osempic. Der Wirkstoff darin ist aber genau der gleiche.

Bevor wir ins Detail gehen, sag uns mal, wie wirkt denn dieses Medikament, was macht das mit unserem Körper?

Also dieser Wirkstoff, das Sema Glutit, ist ein GLP1 Rezeptor Antagonist, so ist der Fachausdruck. Merke ich mir.

Mir hat man es aufgeschrieben.

Und dieser Rezeptor, der arme die Wirkung von Körper eigenen Hormonen nach, in dem Fall sind es die Inkretine.

Und diese Inkretine, die stehen in Zusammenhang mit dem Sättigungsgefühl.

Dieses Sema Glutit sorgt dafür, dass das Essen länger im Magen bleibt, dass die Insulin-Ausschüttung angepasst wird und dass man dadurch ein längeres Sättigungsgefühl hat.

Und dadurch kann man über mehrere Wochen oder Monate bis zu 15% des eigenen Körpergewichts verlieren.

Man spritzt dieses Medikament einmal pro Woche, wobei ich habe schon gehört, es gibt Versuche, wo man es täglich in sehr kleinen Dosen spritzt, aber üblicherweise wird es einmal pro Woche gespritzt.

Und das Medikament wurde für Menschen mit Diabetes oder mit Adipositas entwickelt.

Und jetzt startet es aber eben gerade als Lifestyle-Medikament durch.

Das heißt, dieses Medikament verlängert eigentlich dieses Sättigungsgefühl, man bleibt länger satt.

Wieso braucht man das denn überhaupt?

Gibt es Menschen, die tatsächlich dieses Sättigungsgefühl nicht haben, die einfach immer mehr essen, als sie wirklich brauchen?

Ja, ganz viele Menschen gibt es.

Und selbst Menschen, die ein Sättigungsgefühl haben und kennen essen, oft mehr als sie Hunger haben.

[Transcript] Thema des Tages / Die Abnehmspritze - ein problematisches Wundermittel?

Überlege mal, wenn etwas dir sehr gut schmeckt, dann nimmst du gerne noch einen Schöpfer nach. Und dann fühlst du dich noch voll und angessen, aber es hat halt geschmeckt.

Und da gibt es halt viele Gründe, warum Menschen mehr essen.

Und irgendwann kann es eben dann so weit kommen, dass man tatsächlich dieses Sättigungsgefühl verliert, aber da ist man schon sehr weit.

Aber es ist ja nicht nur, dass wir Genussmenschen sehen und dass wir das Essen genießen.

Es ist auch so, dass unser Essen vielfach so designt ist, dass wir mehr wollen davon.

Gerade Fertigprodukte, sehr stark verarbeitete Nahrungsmittel, da sind Geschmack so stärker drin, da sind Würzmischungen drin, spezielle Fette, die machen richtig gehend Lust auf mehr.

Das ist vielfach untersucht und da ist man einfach, aber man kann gar keinen Hunger hat.

Und dann kommt dazu, dass Essen macht sich im Belohnungssystem des Gehirns merkbar.

Also wenn wir was essen, es geht unmittelbar ins Gehirn, da wird Dopamine ausgeschüttet.

Und das macht einerseits Freude, klar, aber das kann auch Suchtverhalten triggern.

Also das ist nicht bei allen gleich, man weiß nicht genau, warum manche Menschen regelrecht süchtig sind nach Essen und anderen nicht.

Aber da kann dann so ein Graving entstehen, das ist so ein Heishunger und den kannst eigentlich fast in den Griff bekommen.

Und genau hier wirkt auch diese Wirkstoffbericht eben viele, die das nehmen oder bekommen.

Dieses Graving wird eingedämmt, weil eben durch diese inkredienähnliche Semaglutide, die dieses körpereigene Hormon nachahmen, dieses Zettigungsgefühl länger bestehen bleibt und dann dieses Graving offensichtlich nicht so stark wirken kann.

Wie muss man sich denn diese Behandlung vorstellen?

Wie lange muss sich diese Medikamente tatsächlich nehmen, diese Spritze mir applizieren lassen, damit ich einen Effekt habe?

Empfohlen ist, dass man das schon zumindest sechs bis zwölf Monate macht, je nachdem wie die Ausgangssituation ist.

Eben im Normalfall wird es eben wöchentlich gespritzt und da kann man gute Erfolge erzielen, auch in dieser Zeit, weil das ist nicht einfach verschwunden, sondern ist ein ganz normales Abnehmen.

Es muss aber schon auch klar sein, dass das an sich, wenn man nur dieses Medikament nimmt und sonst nichts ändert,

das nicht nachhaltig ist, sobald man das Medikament absetzt, hat man diesen reduzierenden Effekt des Hungers nicht mehr.

Und wenn man normal weiter ist, so wie immer, dann nimmt man wieder zu, so wie bei jedem Abnehmenversuch.

Und in dem Fall muss man auch wirklich die Ernährung umstellen, den Lifestyle umstellen, damit man das dann auch halten kann.

Gibt es einen Gewöhnungseffekt, wenn der Körper schon jetzt lernt, durch diese Spritze weniger Hunger zu haben,

unter Anführungszeichen, dass man nach Absetzung dieses Medikaments auch weiterhin weniger Hunger hat?

Nein, diesen Gewöhnungseffekt gibt es nicht, zumindest nicht meines Wissens, da ist nichts bekannt.

Und im Gegenteil, es ist eben so, dass man sagt, wenn das wieder abgesetzt wird, dann ist man wieder normal.

[Transcript] Thema des Tages / Die Abnehmspritze - ein problematisches Wundermittel?

Ich habe es ja selber nicht ausprobiert, aber ich kenne jemanden, der das schon gemacht hat. Und da ist dann wirklich so ein Völlegefühl, da wurde mir erzählt, dass man einfach nicht mehr essen will. Und man ist hier genug, man ist auch satt, aber dieses, hey, nimm mir noch einen Schöpfer, weil es ist so gut, das wird sozusagen gestoppt. Und das ist halt dann nicht mehr da. Und dadurch nimmt man auch wieder zu, weil das sind ja genau diese, je nachdem, wie der eigene Stoffwechsel funktioniert, kann man das besser oder schlechter wegstecken und dann kommt es halt wieder. Wenn man mal ein Medikament nehmen muss, weil man so ein starkes Übergewicht hat, dann ist es ja kein Spaß in dem Sinne. Das ist ja wirklich eine Indikation, eine medizinische. Da werden Menschen mit so viel Übergewicht behandelt, dass es lebensgefährlich werden könnte oder dass es zumindest beeinträchtigend sein könnte, dieses Übergewicht. Wieso schlägt es jetzt tatsächlich in Hollywood auf und auch bei Celebrities, die vielleicht einmal durch ihren Job bedingt, sowieso nicht das große Übergewicht haben, weil sie es vor der Kamera sich nicht leisten könnten, zum Beispiel? Naja, das ist deswegen so, weil es ein Medikament ist, das tatsächlich sehr gut funktioniert, mit relativ wenig Nebenwirkungen. Es wurde ursprünglich entwickelt und ist bei uns in Österreich oder in Europa, glaube ich, zugelassen für Menschen mit Diabetes und einem BMI über 30 oder für Menschen mit Adipositas oder Übergewicht ab einem BMI von 27 und einer zusätzlichen Erkrankung, weil ja Adipositas sehr oft mit Zusatzerkrankungen hergeht. Was ist normal? Naja, man sagt zwischen 18 und 25 ist normalgewicht, zwischen 26 und 30 ist Übergewicht und ab 31 ist man adipös. Das sind so diese medizinischen Einteilungen, da kann man auch darüber diskutieren, ob die so gerechtfertigt sind, aber das ist ja mal ein ganz gutes Raster. Und für die funktioniert es eben auch sehr gut, also man nimmt dann im Laufe von mehreren Wochen oder Monaten bis zu 15 Prozent des Körpergewichts ab, das ist so die Indikation und es hat relativ wenig Nebenwirkungen und das funktioniert sehr gut, weil dadurch, dass es ja quasi ein körpereignes Hormon ist, passiert da nicht viel. Also es ist so weit man das jetzt abschätzen kann, relativ ungefährlich, es gibt natürlich Nebenwirkungen, das ist so Übelkeit, Völlegefühl, manchmal auf Verstopfung oder Durchfall, das haben so 20 bis 30 Prozent der Menschen, die es nehmen, aber das legt sie im Normalfall nach einigen Wochen wieder und wird eben sehr gut vertragen. Tatsächlich scheint es so zu sein, dass je weniger Übergewicht man hat, desto eher hat man Nebenwirkungen und desto weniger gut ist der Erfolg, aber nichtsdestotrotz, wenn ich 80 Kilo habe und 7 Kilo abnehme,

[Transcript] Thema des Tages / Die Abnehmspritze - ein problematisches Wundermittel?

also das sind dann weniger 10 Prozent, aber trotzdem das ist ja was, was viele wollen. Angenommen, ich habe jetzt einen BMI, der im Normalwert liegt, im Normalbereich, würde ich denn dieses Medikament aktuell in Österreich überhaupt bekommen? Theoretisch ja, man muss es halt selbst bezahlen, also es gibt diese Indikationen, die ich genannt habe, vor allem Diabetes, da wird es in Österreich Chefarzt bewilligt, das wird eh nicht jeder Person bewilligt, und mit Adipositas, ich weiß nicht, ob das jetzt schon durchgegangen ist, aber soll es auch bewilligt werden, weil da jetzt die entsprechenden Studien rausgekommen sind, und ansonsten gibt es dieses Medikament, das ist verschreibungspflichtig, das kann theoretisch jeder Arzt oder jede Ärztin verschreiben, und dann muss man es halt selbst finanzieren. Und das ist die Frage, ob das gut ist, aber es ist möglich. Was würde mich das kosten, wenn ich jetzt sage, ich möchte einen superschlanken Body bis zur Badesaison haben? Ja, so einfach ist es ja nicht, ob es dann wirklich funktioniert, das ist ja dann die Frage, weil es funktioniert nicht bei jeder Person gleich gut, und man muss schon mal schauen, woher kommt das Übergewicht eigentlich, aber die Spritze kostet bei uns so rund 150 Euro im Monat derzeit. Und wie gesagt, muss man halt sich verschreiben lassen, und das kann theoretisch jeder Arzt, jede Ärztin, aber es wäre dringend an so raten, wenn man sich so etwas überlegt, das nicht einfach sich verschreiben zu lassen, sondern mit dem Internisten einer Endocrinologin oder auch einer Stoffwechsel-Spezialistin das abzuklären und die Parameter abzuklären, ob das überhaupt sinnvoll ist, weil auch wenn man aus heutiger Sicht nicht wirklich was passieren kann, man weiß es einfach nicht, so lang gibt es dieses Medikament noch nicht. Es gibt bis jetzt keine Anzeichen, dass es gefährliche Nebenwirkungen hat, aber es ist ein Medikament, und jedes Medikament hat eine Wirkung, und eine Nebenwirkung ist einfach so. Und man darf natürlich nicht vergessen, wir machen es ein bisschen leicht, aber weil es jetzt in den USA so als Celebrity-Mittel gehypt wird, übrigens kostet es viel mehr, weil dort sind die Medikamentenpreise nicht geregelt, da kostet zwar eine Weis ungefähr 1.000 Dollar im Monat und nicht 165 Euro bei uns, aber man darf ja nicht vergessen, dass ein Celebrity-Mittel, die leisten sich das, aber die haben auch das Geld, sich von einem unfassend betreuen zu lassen, von einem medizinischen Stab, je nachdem haben die 2 bis 20 Leute, so geht es dann mal zum Sieherumschwieren, da kann ich vieles ausprobieren, weil ich bin ja in einem sehr guten Netz, das mich da begleitet, aber einfach so, puh ja, man sollte sich da gut betreuen und begleiten lassen, wenn man sich das überlegt. Man sollte sich das also gut überlegen, wir machen jetzt eine kurze Pause und danach sprechen wir über Fälschungen, die von dieser Abnehmspritze kursieren und was wir darüber wissen müssen. Wir sind gleich zurück.

[Transcript] Thema des Tages / Die Abnehmspritze - ein problematisches Wundermittel?

Standard-Podcasts gibt es ja wirklich schon zu jedem Thema.
Also fast jedem True Crime.
Thema des Tages.
Lohnt sich das.
Insight Austria.
Serienreif.
Besser Leben.
Rätsel der Wissenschaft.
Editionssukunft.
Und und und.
Aber nicht jede hat die Zeit das alles zu hören.
Und manchmal möchte man sich einfach nur ein paar Minuten bescheiden lassen.
Ich bin Schold Wilhelm.
Und ich bin Margit Ehrenhöfer.
Ab sofort bringen wir auch Highlights unserer Podcasts.
Für zwischendurch, wenn mal weniger Zeit ist.
Diese kurzen Ausschnitte nennen wir Shorts.
So wie eine kurze Hose.
Oder eine kurze Geschichte.
Okay.
Und Shorts vom Standard finden Sie jetzt überall, wo es Podcasts gibt.
Ich bin die Franziska.
Ich bin der Martin.
Und wir wollen besser leben.
Lohnt sich 10.000 Schritte zu gehen jeden Tag?
Ist das Großraumbüro wirklich so schlecht wie sein Ruf?
Spoiler Ja.
Bringt es was in der Wahl zu fassen.
Wir fragen die, die es wirklich wissen und probieren es auch gleich selber aus.
Bei Besser Leben.
Jeden Donnerstag eine neue Folge.
Pia, aktuell gibt es viel Aufregung um eine gefälschte Version dieser Abnehmspritze.
Ist das ein großes Problem?
Das ist in diesem Fall sogar ein sehr großes Problem, würde ich sagen.
Weil in der gefälschten Spritze, um die es hier jetzt geht,
dürfte statt dem Wirkstoff Semaglotid der Wirkstoff Insulin gewesen sein.
Man muss sich das so vorstellen, Semaglotid greift in den Zuckerstoffwechsel ein.
Indem es die Insulinabgabe steigert, weil die Bauchspeicheldrüse das selbst zu wenig tut.
Das ist ja genau das Problem, wenn man krankhaft übergewichtig ist oder Diabetes hat.
Wenn man dagegen ist, dass Insulin direkt spritzt, wenn es gar nicht nötig ist,
dann ist zu viel davon vorhandener Körperbau das ganz schnell ab.
Und es kommt zu einer Unterzuckerung.
Und das hat massive Folgen und kann im schlimmsten Fall sogar tödlich enden.
Also eine Unterzuckerung erkennt man an Zittern, Schweißausbruch, Unruhe, Nervosität,

[Transcript] Thema des Tages / Die Abnehmspritze - ein problematisches Wundermittel?

rasenden Puls und massiven Kopfschmerzen.

Und jeder, die im Umfeld ein Diabetiker oder Diabetikerin haben, die das schon einmal erlebt haben, wissen, wovon man spricht, und da muss man sehr schnell handeln.

Und das ist offensichtlich jetzt genau das Problem gewesen,

dass der Insulin drin war statt diesem Semaglotid, die eben gegen Polik wirkt.

Also das heißt, es kommt natürlich darauf an, was in so einer gefälschten Spritze drin ist.

Ich nehme an, da gibt es unterschiedliche, ich weiß es nicht genau.

Aber wenn das Insulin ist, ist es höchst gefährlich.

Also wirklich die Finger davon lassen, wie oft kommt es denn vor, dass es solche Fälschungen gibt?

Das ist schwer zu sagen, weil man muss sich vorstellen, dass das ja eine riesige Industrie ist.

Es ist wahnsinnig viel Geld drin, das ist ein Schwarzmarkt.

Da sind Leute, die es ja skrupellos sind, teilweise, die einfach Geld machen wollen.

Das heißt, die haben auch ihre eigenen Vertriebswege.

Wie das genau funktioniert, ich bin keine Expertin für True Crime.

Aber wir wissen alle, dass im Internet viel passiert und dass es Darknet gibt und solche Dinge es insofern schwer festzustellen.

Wissen tut man es mittlerweile international aus insgesamt 14 Ländern,

also nicht nur Österreich, das sind jetzt im konkreten Fall offensichtlich mehrere Personen betroffen,

die aber damit nicht in die Öffentlichkeit gegangen sind, die anderen, nur diese eine Dame.

Und ansonsten weiß man es eben aus 14 Ländern, darunter sind Deutschland, Großbritannien, Ägypten oder auch Russland.

Was ist bei diesem Fall der Dame, die sich öffentlich geäußert hat, passiert?

Die Dame selbst hat sich ja nicht öffentlich geäußert, sondern ihre Anwältin.

Am Anfang kam nur die Meldung Person im Krankenhaus wegen gefälschter Osempicspritze und dann wurde davor gewarnt, dass man eben Medikamente nicht im Internet bestellen soll.

Die hat sich aber eben jetzt in die Öffentlichkeit gewendet über ihre Anwältin, weil diese betroffene Frau dieses Medikament eben nicht im Internet bestellt hat, sondern über ihren Arzt bekommen hat.

Der hat ihr das verkauft und sie hat das bereits seit jener des Jahres bekommen, regelmäßig.

Und jetzt im September auf jeden Fall war das ein gefälschtes Mittel.

Und da war es ja auch im Krankenhaus davor, dürfte es ganz normal funktioniert haben oder eingesetzt worden sein, auch ein echtes Mittel gewesen sein.

Die Wahrscheinlichkeit, dass es bereits gefälscht war.

Ob das so ist, das kann ich nicht sagen, da gibt es keine Information dazu.

Mag sein, wenn sie das immer von ihm bekommen hat, dass es immer schon gefälscht war, dass halt diesmal wirklich ein tatsächlich falscher Wegstoff drinnen war.

Das ist ja insofern fatal, weil man natürlich den Ärztinnen und Ärzten vertraut, wenn man ein Medikament bekommt. Man selbst hat ja kaum Möglichkeiten festzustellen, ist es jetzt ein richtiges Produkt oder ein gefälschtes Produkt?

Gibt es denn über eine Möglichkeit für uns zu erkennen, da handelt es sich um eine Fälschung oder nicht?

Das ist tatsächlich sehr schwer, vor allem wenn die Spritze eben von einem Ärztin kommt.

In dem Fall war der Pen, also das ist diese Einwegspritze, mit der das verabreicht wird.

[Transcript] Thema des Tages / Die Abnehmspritze - ein problematisches Wundermittel?

Der ist im Original blau und bei der Fälschung war der etwas dunkler blau.

Also ein minimaler Unterschied.

Man kann es also wahrscheinlich sehr schwer über das Mittel direkt feststellen.

Man kann es leichter feststellen oder eher feststellen über den Weg, über den man es bekommen hat.

Ganz klar ist, wenn man es im Internet bestellt, dann ist es kein offizielles Medikament.

Das kann dann von einem illegal gemachten Generekorn

bis zu einer tatsächlichen Fälschung mit gefährlichen Wirkstoffen sein.

Das kann man nicht feststellen.

Aber definitiv ist es kein Originalmedikament, wenn es aus dem Internet kommt.

In Österreich ist es nämlich so, dass das ausschließlich,

wirklich ausschließlich über die Apotheken vertrieben wird.

Das heißt, man braucht ein Rezept, auf dem man das verschrieben bekommen hat

und dann geht man damit in die Apotheke und dort bekommt man es ausgehändigt.

Es gibt sehr, sehr wenige Ärzte, die eine Hausapotheke haben,

die das auch aushändigen könnten theoretisch,

aber Hausapotheken gibt es eigentlich ausschließlich im ländlichen Raum,

wo Apotheken in einem gewissen Umfeld nicht zur Verfügung stehen

und in ganz, ganz seltenen Fällen kann ein Arzt, ein Medikament direkt ausgeben.

Es ist äußerst unwahrscheinlich, dass dieser Arzt, von dem wir da jetzt sprechen,

das tatsächlich offiziell abgeben durfte,

weil die Anwältin sagt, es ist ein Salzburger Arzt

und in der Stadt Salzburg gibt es keine Hausapotheken, weil es ja überall Apotheken gibt.

Ein Weg, über dem man eine potenzielle Fälschung

oder zumindest eine missbräuchliche Verwendung auch feststellen kann,

ist der Preis des Medikaments.

Das kostet eben in Österreich im Moment so rund 150 Euro in der Apotheke.

In dem betroffenen Fall hat es ja die Dame verschrieben bekommen,

von dem Arzt oder ausgehändigt bekommen von ihrem Arzt

und hat 500 Euro dafür bezahlt.

Und das ist einfach viel mehr, als das Medikament selbst kostet.

Ich kenne die genauen Umstände nicht, ich weiß nicht,

ob da noch eine Behandlung verrechnet wurde inklusive,

das kann ich alles nicht sagen, das wissen wir nicht,

aber trotzdem rein das Medikament kostet viel weniger,

als die Dame tatsächlich dafür bezahlt hat.

Da ist so ein riesiger Markt dahinter, da ist so viel Geldinteresse,

dass die Wahrscheinlichkeit, dass es immer und immer wieder gefälscht wird, sehr groß ist.

Das heißt, wenn ich das richtig verstehe, am sinnvollsten wäre es

und am sichersten wäre es, wenn man dieses Medikament nur aus der Apotheke bezieht.

Definitiv, das ist nicht nur das sicherste Weg,

sondern es ist auch der einzige Legale Weg in Österreich.

Das muss man auch so sagen, alles andere ist einfach illegal.

Und Tatsache ist, dass es in Österreich Engpässe gibt im Moment,

[Transcript] Thema des Tages / Die Abnehmspritze - ein problematisches Wundermittel?

das heißt, die Apotheken bekommen ein gewisses Kontingent, da werden die Patienten, die Patientinnen, die das keine haben möchten, gelistet und dann wird es nach Liste abgearbeitet. Und wenn das Kontingent erschöpft ist, dann gibt es einfach nicht mehr. Und es gibt wirklich viele, viele Leute, die das aus gesundheitlichen Gründen brauchen. Wir wissen, die Preise des Diabetes sind richtig gehende Pandemie mittlerweile und sich da aus quasi egoistischen oder aus optischen Gründen dieses Medikament zu holen, da muss man sich halt schon auch fragen, wo liegt meine gesellschaftliche Verantwortung. Ist das nicht einfach, ja, ist das nicht einfach ungerecht, wenn ich mir etwas besorge, was andere für eine bessere Gesundheit dringend brauchen? Sag mal, dass es überhaupt großes Interesse an einer Abnehmspritze gibt, sagt ja auch einiges über unsere Gesellschaft aus. Haben wir wirklich so ein großes Problem mit Übergewichtigkeit, dass es solche medikamentösen Eingriffe braucht? Ich bin jetzt ein bisschen provokant. So eine Frage kann nur von jemanden kommen, der kein Gewichtsproblem hat. Noch nicht. Na, du bist ein Mensch, der das, wenn du nicht massiv zum Essen anfängst, wahrscheinlich auch in der Pandemie haben wirst. Ich bin in einer glücklichen Lage auch kein Gewichtsproblem zu haben, aber es ist kein Verdienst. Ich bin sehr dankbar dafür. Ich habe in vielen Jahren Gesundheitsjournalismus gelernt, dass das ein Privileg ist, weil es ist einfach Übergewicht. Da gibt es so viele unterschiedliche Faktoren, die dazu führen. Und dieses gängige Vorurteil, na ja, die sollen sich ein bisschen zammreißen und ein bisschen weniger essen, dann ist es erledigt, dann kann man ja wohl abnehmen, das ist eben nicht so einfach. Das ist viel, viel komplexer und da gibt es eben so viele Komponenten, die dazu beitragen. Die hormonellen Lifestyle ist natürlich ein Thema, aber auch diese Suchtkomponente, die genetische, da sind Themen drinnen, da sind Dinge drin, die kann man nicht einfach mit ein bisschen Disziplin in den Griff bekommen. Und darum ist es auch ganz wichtig, dass man das mal anspricht. Und jemand, der sagt, reist doch ein bisschen zusammen, hat selbst noch nie in seinem Leben ein Gewichtsproblem gehabt, weil halt die Person das Glück hat, dass diese Voraussetzungen passen. Aber nur auf deine Frage zurückzukommen. Es ist ein großes Thema, weil mittlerweile sind in Österreich mehr als die Hälfte der Menschen übergewichtig oder sogar adipös. Mehr als die Hälfte. Ja, über 50% und auch die Kinder werden immer dicker.

[Transcript] Thema des Tages / Die Abnehmspritze - ein problematisches Wundermittel?

Ich glaube, jedes dritte Mädchen und jeder vierte Bub im Alter von acht Jahren ist schon übergewichtig oder umgekehrt. Aber jedenfalls, also das ist ein Viertel der Kinder, das ist enorm. Und Übergewicht bedeutet ja nicht nur zu viel Gewicht haben, sondern gibt es eine Menge an Folgeerkrankungen. Man identifiziert über 50 Folgeerkrankungen, die mit Übergewicht zu tun haben. Was zum Beispiel?

Es sind viele internistische Sachen, z.B. Diabetes haben wir eh schon gesprochen, Herzinfarkt, Schlaganfall, zu hoher Cholesterinspiegel, aber auch Krebsarten. Viele Krebsarten sind mit Übergewicht in Verbindung. Das Thema durch die Fettzellen werden botenstoffhormonefrei gesetzt, die eben haben wir eh schon gesprochen. Entzündungsreaktionen hervorrufen, die letztendlich dann das Immunsystem triggern und das kann auch zu Krebs führen. Es gibt da so Probleme wie Schlafapnoe, Reflux oder auch Depressionen, haben wir keine Relation mit Übergewicht. Also da ist oft nicht ganz klar, was der Auslöser ist und was sozusagen die Folge ist, aber da gibt es einen ganz intensiven Zusammenhang. Und das kriegt man nicht einfach mit ein bisschen Disziplin in den Griff. Das ist unmöglich. Aber man muss schon auch eines sagen, übergewichtig zu sein heißt nicht automatisch krank zu werden oder krank zu sein. Es gibt auch viele Menschen, die gesund leben, die Sport machen, die fit sind, die übergewichtig sind und die trotzdem bestens in Form sind, die sie keine Sorgen machen müssen. Ich will nur, also nicht, dass da irgendwie ein Stigma, das ohnehin schon existiert, noch einmal weiterbefeuert wird. Das sind auch viele, viele verschiedene Komponenten, die da mitspielen. Wo muss man denn tatsächlich ansetzen, damit es gar nicht erst so weit kommt, dass man eine Abnehmspritze braucht? Im Grunde muss man eine Art der Ernährung finden, die einem schmeckt, die man genießen kann, die einem Spaß macht und die man auch langfristig sein Leben integrieren kann. Man muss sich überlegen, was schmeckt mir gut? Was tut mir gut? Wo fühle ich mich wohl? Natürlich ist ein bisschen Disziplin gut. Ich muss mir der ganze Tafelschokolade auf Ansitz aufessen. Aber ich kann mir diese eine Rippe gönnen. Das ist in Ordnung. Man muss einfach einen Gleichgewicht finden und einen Weg, den man mit sich selbst gehen kann, wo man ein gewisses Maß an Disziplinen einbringt,

aber mit dem man sich auch wohl fühlt
und wo man dauerhaft nicht permanent im Kaloridefizit ist.
Weil wenn man immer im Kaloridefizit hat,
wird natürlich dieser Hunger nie gestillt
und das lässt sich auf Dauer nicht durchhalten.
Und dazu muss man halt herausfinden,
was funktioniert bei mir selber, wo sind meine Triggerpoints?
Wann greif ich überhaupt zu essen?
Zu was greif ich dann?
Also da ist ja ganz, ganz, ganz viel Psyche drinnen.
Weil wir haben ja vorher schon darüber gesprochen,
dass es ins Belohnungszentrum geht
und dass es de facto ein Suchtverhalten gibt,
nicht alle haben ein Suchtverhalten.
Aber trotzdem, wie viele Kinder tun sich weh,
die fallen hinweinen und sagen,
du kriegst ein Stück Schokolade, das ist Trost.
Also Essen ist ganz oft Ersatzhandlung
und da muss man herausfinden,
was ist das für eine Ersatzhandlung?
Das ist einem gar nicht bewusst, dass man das tut,
aber es sich, weil ich gerade Aufmerksamkeit brauche,
weil ich mich ungeliebt fühle
oder weil mir der Kollege blöd angredet hat
oder schon auf die Bemerkung gemacht hat,
esse, weil ich traurig bin, weil ich mich belohnen will,
weil ich mir was Gutes tun will.
Also alle diese Dinge, das sind alles so Triggerpunkte
und Faktoren, die so unbewusst mitlaufen
und da muss man auch ansetzen,
weil wenn man das nicht tut,
wird es wahrscheinlich auf Dauer auch nicht funktionieren.
Gibt es denn ein gesundheitspolitisches Bewusstsein
dafür, dass sich etwas ändern muss?
Ist ja täglich ein Wandel in sich,
dass sich österreichischer Innen künftig
wieder gesünder annähern werden?
Also es gibt jetzt tatsächlich Ansätze,
die in diese Richtung gehen.
Ich würde nicht so weit gehen,
dass schon ein Wandel in sich ist,
aber man ist sich zumindest des Themas bewusst.
Und man hat mittlerweile vielfach untersucht,
warum in Österreich zum Beispiel

die Menschen zwar recht alt werden,
aber im Verhältnis wenig gesunde Jahre haben,
viel mehr als in anderen Industrieländern.
Und da versucht man jetzt anzugehen.
Ein Grund ist diese Versorgungsmedizin,
also man muss viel mehr auf diese Vorsorge gehen.
Und wie früher man damit anfängt, desto besser.
Und da gibt es Initiativen in diese Richtung,
aber das hängt halt sehr stark daran,
wie unser Gesundheitssystem aufgebaut ist.
Und das würde im ersten Moment wahrscheinlich einmal bedeuten,
dass es mehr kostet.
Und da muss man gegen sehr viele Widerstände arbeiten
und da sind viele Machtpositionen damit verbunden.
Also es ist ein sehr komplexes Thema.
Im Moment gibt es ja Verhandlungen
zwischen Gesundheitsministerium,
Gesundheitskasse, Ärztekammer und so.
Weil allen bewusst ist, dass wir da ein Problem haben,
das so nicht weitergehen kann, das sehr vielschichtig ist.
Schauen wir mal, wie es sich entwickelt.
Schauen wir mal, ob die Vorsorgemedizin in Österreich
früher Erfolg haben wird als die Abnehmspritze.
Vielen Dank, Pia Kruckenhauser, für diesen Einblick.
Ich fürchte nicht.
Sehr gerne jederzeit wieder.
Ich bin mir sicher,
wir werden noch viel über diese Abnehmspritze
und ihre Folgen reden.
Das war es von meiner Seite.
Jetzt geht es gleich weiter mit dem Meldungsüberblick.
Mein Kollege Tobias Holop wird Ihnen berichten unter anderem
über den Besuch Kalneh Hammers in Israel.
Wenn Sie unsere Arbeit bis dahin schon mal unterstützen wollen,
dann können Sie das am besten über ein Abonnement
oder eine Spende tun.
Alle Infos dazu finden Sie auf Abo.derStandard.at.
Bleiben Sie dran.
Wir widmen uns Seriengrößen von Obi-Wan Kenobi bis zu RuPaul.
Und zerlegen die neueste Marvel-Serie,
wenn nötig,
Serienreif, euer Streaming-Podcast,
jedenzeit im Donnerstag eine neue Folge.
Mehr sehen wir uns an.

[Transcript] Thema des Tages / Die Abnehmspritze - ein problematisches Wundermittel?

In der dritten Staffel vom Standard-Podcast lohnt sich das.
Wir, das sind Melanie Reidel,
Annika Dang, Alexander Amon und Michael Winnisch.
Wir sprechen mit Expertinnen darüber,
wie man sogar vom Weltuntergang profitieren kann.
Und darüber, wie mich künstliche Intelligenz reich macht
und warum Geld noch immer Männersache ist.
Hier ist, was Sie heute sonst noch wissen müssen.
Erstens, wir beginnen mit dem fast schon täglichen Israel-Update.
Heute am Mittwoch ist dort der österreichische Bundeskanzler
Karl Nehammer auf diplomatischem Besuch.
Geplant sind Gespräche mit dem Präsidenten
und dem Prämeminister von Israel,
aber auch ein Telefonat mit Mahmoud Abbas,
dem gemäßigten Palästinenserpräsidenten, steht auf dem Plan.
Ziel des Besuchs sei laut Nehammer die Solidarisierung mit Israel.
Außerdem wird Nehammer den Vater eines österreichisch-israelischen
Doppelstaatsbürgers treffen,
der seit den Hamas-Anschlägen vermisst wird.
International gibt es über den Krieg in Israel und Gaza
weiterhin aufgeheizte Diskussionen.
So hat etwa der UN-Generalsekretär Antonio Guterres
betont, dass Israel mit seiner Politik der letzten Jahrzehnte
maskeblich zur aktuellen Situation in Gaza beigetragen habe.
Und der türkische Präsident Recep Tayyip Erdogan
spricht bei den Hamas-Terroristen von Zitat-Freiheitskämpfern,
Zitatende.
In Israel werden diese Äußerungen scharf kritisiert.
Zweitens, Österreich ist im traurigen Spitzenfeld,
was Rassismus gegen Menschen mit schwarzer Hautfarbe angeht.
Zu diesem Schluss kommt eine Studie unter 13 EU-Ländern.
Fast drei Viertel der Befragten geben an,
dass in den letzten Jahren wegen ihrer Hautfarbe benachteiligt wurden.
Besonders häufig ist in Österreich Polizeidiskriminierung
sowie Nachteile am Arbeitsmarkt.
Neben Österreich gibt es auch in Deutschland besonders häufig
Rassismus gegen schwarze Menschen.
Die geringsten Werte weisen Polen, Schweden und Portugal auf.
Im zeitlichen Vergleich ist das Problem in allen untersuchten
Ländern größer geworden, seit die Studie zuletzt durchgeführt wurde,
nämlich 2016.
Hinter der Studie steht die europäische Agentur für Grundrechte.
Sie fordert die betroffenen Länder jetzt auf,
genauere Daten über rassistische Diskriminierung zu erheben

[Transcript] Thema des Tages / Die Abnehmspritze - ein problematisches Wundermittel?

und konkrete Straftaten härter zu bestrafen.

Und drittens, es gibt wieder Streit zwischen der SPÖ im Burgenland und jener im Bund.

Hans-Peter Doskoziel hat erklärt, dass die burgenländische Landespartei keine Kandidatinnen zur nahenden EU-Wahl entsenden wird.

Bisher war das durchaus üblich und laut Doskoziel würde die Anzahl an SPÖ-Mitgliedern in seinem Bundesland sogar den fünften Platz auf der Wahlliste der SPÖ rechtfertigen.

Weil aus der Bundespartei zentral aber nur der siebte Platz für das Burgenland veranschlagt wurde, heißt es von dort jetzt, dann senden wir eben gar niemanden, weil es der Bundespartei an Vertrauen, Verlässlichkeit und Berechenbarkeit mangeln würde, so Doskoziel.

Die Europawahl wird im Juni des kommenden Jahres stattfinden.

Es ist die erste bundesweite Wahl, seit Hans-Peter Doskoziel seinem Konkurrenten Andreas Babler im Kampf um die SPÖ-Parteispitze unterlegen ist.

Mehr dazu und alles weitere zum aktuellen Weltgeschehen können Sie auf der Standard.t nachlesen.

Falls Sie für das Standard-Podcast-Team Feedback oder Anregungen haben, dann schicken Sie gerne eine Mail an podcast-at-der-standard.t.

Und wenn Ihnen die heutige Folge von Thema des Tages gefallen hat, dann abonnieren Sie uns am besten gleich auf Ihrer liebsten Podcast-Plattform, egal ob Spotify, Apple-Podcast oder was auch sonst, dann verpassen Sie auch keine weitere Folge mehr.

Wir freuen uns auch sehr über gute Bewertungen oder nette Kommentare.

Vielen Dank dafür.

Die Vorbereitung für die heutige Folge hat Antonia Raundt übernommen.

Das Interview hat Schold Wilhelm geführt und ich habe das Ganze produziert.

Mein Name ist Tobias Holub.

Morgen am Donnerstag zum Nationalfeiertag gibt es von Thema des Tages keine reguläre Podcast-Folge, aber dafür werden morgen neue Folgen unserer Schwester-Podcasts Besser Leben und Serienreif erscheinen.

Und die Themen passen gar nicht so schlecht zueinander.

Es wird Spoiler ums Alleinsein und um Horrorfilme gehen.

Besser Leben und Serienreif finden Sie überall, wo es Podcasts gibt.

Und Thema des Tages hören Sie dann wieder am Freitag.

Das Standard-Podcast-Team wünscht einen schönen Feiertag.

Was ich nicht nachvollziehen kann, ist, warum an jedem Unrecht immer ich schuld sein soll.

Ein Korruptionskandal jagt den anderen.

Österreich hat in den letzten 30 Jahren viel über Klimaschutz gesprochen, aber zu wenig getan.

[Transcript] Thema des Tages / Die Abnehmspritze - ein problematisches Wundermittel?

Die Politik verschläft die Klimakrise.

Die Behörden haben alles richtig gemacht.

Fehler vergisst man, statt daraus zu lernen.

So sind wir nicht. So ist Österreich einfach nicht.

Aber wie ist Österreich dann?

Das wollen wir bei Inside Austria herausfinden.

Wir blicken auf die großen österreichischen Skandale.

Von Ibiza bis Ischgl.

Wir wollen wissen, wer dafür in der Politik die Verantwortung trägt.

Und wir schauen genau hin, wo Österreich über seine Grenzen hinaus mitmisch.

Vom Wirecard-Skandal bis zum Ukraine-Krieg.

Das ist Inside Austria von Standard und Spiegel.

Jeden Samstag eine neue Folge überall, wo es Podcast gibt.

Sie können Ihre Meinung zu tagesaktuellen Themen abgeben oder sich in den Community voran über unterschiedlichstes austauschen.

Was auch immer Sie gerade beschäftigt.

Egal, ob Sie aktiv posten oder Beiträge anderer bewerten.

Ihre Stimme findet anklang bei über 100.000 aktiven Userinnen und Usern.

Einfach bei dst.at-slash-forum anmelden und losreden.