

[Transcript] Die Ernährungs-Docs - Essen als Medizin / Die Ernährungs-Docs sind bald zurück!

Hi. Ich bin Julia. Wir vom Ernährungs-Docs-Podcast machen gerade eine kleine Pause und arbeiten fleißig an neuen, spannenden Fallgeschichten aus der Welt der Ernährungsmedizin für euch. Am 21. Juni geht es weiter mit einem Thema, das sehr viele Menschen interessiert. Adipositas. Mit unserer Ernährungs-Doc Silja Schäfer spreche ich darüber, welche Stellschrauben man in Sachen Ernährung drehen kann, um gesund und nachhaltig abzunehmen. Mit Adipositas haben sich auch meine Kolleginnen vom Podcast der Tagesschau 11km beschäftigt. Es geht um den momentanen Social-Media-Hype rund um das Medikament Osempic, sogenannte Abnehmenspritzen.

Ursprünglich stammt dieses Medikament aus der Diabetes-Typ 2-Therapie.

In Deutschland sind diese Abnehmenspritzen für Menschen mit diagnostizierter Adipositas sehr schwer zu bekommen.

Sie gelten hier als Lifestyle-Produkt.

Was ist dran an dem Schönheitshype, den diese Spritzen auslösen?

Und wie funktionieren diese Spritzen überhaupt als Behandlungsoption bei Adipositas-Patientinnen? Darüber hat 11km-Host Victoria Miesheitag mit Boris Geiger aus der BR-Wissenschaftsredaktion gesprochen.

Er hat eine Frau getroffen, die mit diesen Spritzen langfristig abnehmen will, damit es ihr wieder besser geht.

Sie hat tatsächlich alles probiert. Sie war in Indien in einer Ayurveda-Klinik.

Sie hat Intervallfasten ausprobiert. Sie hat eine regelrechte Diät-Karriere in Führungszeichen hinter sich.

Ich wollte einfach wieder Lebensfreude haben. Ich weiß nicht, was ich alles versucht habe.

Und da ich ja eine Unterfunktion der Schilddrüse habe, dauert das Ganze auch.

Also ich habe eigentlich immer nur zugenommen, statt abzunehmen, die letzten 20 Jahre.

Nach außen hin hat sie das eigentlich versucht zu kaschieren.

Sie hat immer sehr lange Gewänder getragen. Sie hat auch nie über ihr Gewicht gesprochen.

Sie hat es nicht zum Problem gemacht, aber ihre Mutter und auch ihre Schwester wussten, wie es in ihr selbst, wie es in ihr drinnen aussieht.

Ich war eigentlich nach außen glücklich, aber nach innen sehr unglücklich.

Sie hat mir das so beschrieben, sie fühlt sich innerlich eigentlich tot.

Ja, so lebendig begraben.

Die Episode zu den Abnehmenspritzen bei 11km der Tagesschau-Podcast findet ihr in der ARD-Audiothek und überall, wo es Podcasts gibt.

Und was den Tagesschau-Podcast so besonders macht, das erzählt euch Victoria Michalsack jetzt am besten einfach nochmal selbst.

Bei 11km hört ihr täglich eine spannende Folge zu einem aktuellen und wichtigen Thema.

Das werden immer Stories sein, die uns an dem Tag oder in der Woche bewegen.

Und wir erzählen dann das eine wichtige Thema und gehen mit den besten Journalistinnen der ARD in die Tiefe, um die Welt ein bisschen besser zu verstehen.

Und wir sind kein Laba-Podcast, kein Nachrichtenüberblick, sondern wir wollen uns eine knappe halbe Stunde Zeit nehmen für die eine Story.

Wir hören uns am 21. Juni wieder. Bis dann.