

Kolumne Winterthurer Stadtanzeiger, 8. Juli 2008

**PD Dr. med. Fritz Horber, Spezialist für die Behandlung von Übergewicht an der Klinik Lindberg in Winterthur, schreibt monatlich für den Winterthurer Stadtanzeiger eine Kolumne zum Thema Übergewicht. Die Informationen beruhen auf jüngsten wissenschaftlichen Erkenntnissen.**

## **Hormonaktive Stoffe beeinflussen unser Gewicht**

Könnte es sein, dass Umweltgifte mitverantwortlich dafür sind, dass heute so viele Menschen übergewichtig sind? Seit den 60er Jahren wurden Produktion und Einsatz von chemischen Substanzen enorm gesteigert und seither wächst auch der Anteil übergewichtiger Menschen kontinuierlich.

Forscher haben entdeckt, dass gewisse Substanzen, so genannte endokrine Disruptoren, wie fettlösliche künstliche Hormone wirken. Zu diesen gehören beispielsweise das Insektengift DDT oder PCB (polychlorierte Biphenyle), die als Weichmacher von Lacken, in Abdichtungen oder Kunststoffen vorkommen.

Beide Substanzen sind zwar heute verboten, kommen aber immer noch in unserer Umgebung vor. Sie schleichen sich in unsere Nahrungskette ein und werden beispielsweise in der Muttermilch nachgewiesen, in einer Konzentration, die sich alle fünf Jahre verdoppelt.

Die endokrinen Disruptoren oder hormonaktiven Stoffe können in die Genprogrammierung eines Fötus eingreifen, die Fettzellen im Bauchbereich stimulieren, die männlichen Sexualhormone hemmen und möglicherweise zu einer verfrühten Pubertät bei Mädchen führen. Wie Studien nachweisen, sind die hormonaktiven Stoffe zudem für Übergewicht mitverantwortlich.

Auch Bisphenol A (BPA), das in CDs, Autoteilen, Babyflaschen oder Lebensmittelverpackungen vorkommt, ist ein hormonaktiver Stoff. Forscher haben die chemische Substanz an Mäuse verfüttert und festgestellt, dass die Tiere stark an Gewicht zunahmten. In Japan waren Frauen mit einem hohen Bisphenolgehalt im Blut im Schnitt schwerer als Frauen mit niedrigen Werten. Dies weist darauf hin, dass BPA das Gewicht beeinflusst. Es wirkt wie das Hormon Östrogen. Wie das genau geschieht, ist noch nicht geklärt und muss weiter erforscht werden.

Die EU hat brisanterweise die Grenzwerte für BPA, die ein Mensch täglich aufnehmen darf, um das Fünffache erhöht. Ein kürzlich publiziertes Ergebnis eines nationalen Forschungsprogramms (NFP 50) des Bundes fordert hingegen dringend Massnahmen, um die Belastung durch hormonaktive Stoffe zu reduzieren. Diese Forderung gilt es entschieden zu unterstützen. Übergewicht hat nämlich nicht ausschliesslich mit der eingenommenen Menge an Kalorien und reduzierten Kalorienausgaben durch Bewegung zu tun, sondern kann unter anderem auch durch Chemikalien, denen wir unfreiwillig ausgesetzt sind, ausgelöst werden.

**Haben Sie Fragen an Dr. Horber? Senden Sie eine E-Mail**

**an:** [schlank.und.rank@lindberg.ch](mailto:schlank.und.rank@lindberg.ch)

Ihre Fragen werden innerhalb einer Woche beantwortet.