

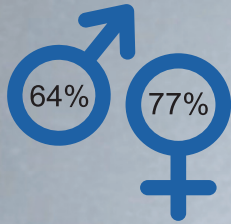
FOLGEN

Für den Einzelnen steigt bei starkem Übergewicht das Risiko für eine Vielzahl von Erkrankungen, darunter Diabetes (Zuckerkrankheit), Herz-Kreislauf-Erkrankungen und bestimmte Krebsarten. Oft kommt es zu Gelenk- und



Knochenschäden bis hin zum Bandscheibenvorfall.

Fettleibigkeit ist außerdem ein Risikofaktor für Demenzerkrankungen wie Alzheimer. Betroffene fühlen sich oft als Außenseiter oder werden gemobbt, was zu seelischen Erkrankungen wie Depressionen führen kann.



DIABETESFÄLLE
VERURSACHT
DURCH
FETTLLEIBIGKEIT



Für die Gesellschaft stellt Fettleibigkeit die Ursache für eine Vielzahl von Zivilisationskrankheiten dar. Damit verbunden sind enorme finanzielle und

sozialwirtschaftliche Folgen.

Schon jetzt werden 6% des europäischen Gesundheitsbudgets dafür ausgegeben. Die Aus-



gaben

für einen fettleibigen Patienten liegen ein Drittel über jenen für einen Normalgewichtigen. Stark Übergewichtige sind häufiger krank und benötigen oft teure Behandlungen wie künstliche Gelenke.



**GERINGERE
LEBENSERWARTUNG**
5 JAHRE BEI EINEM BMI
ÜBER 30, 10 JAHRE BEI
EINEM BMI ÜBER 40



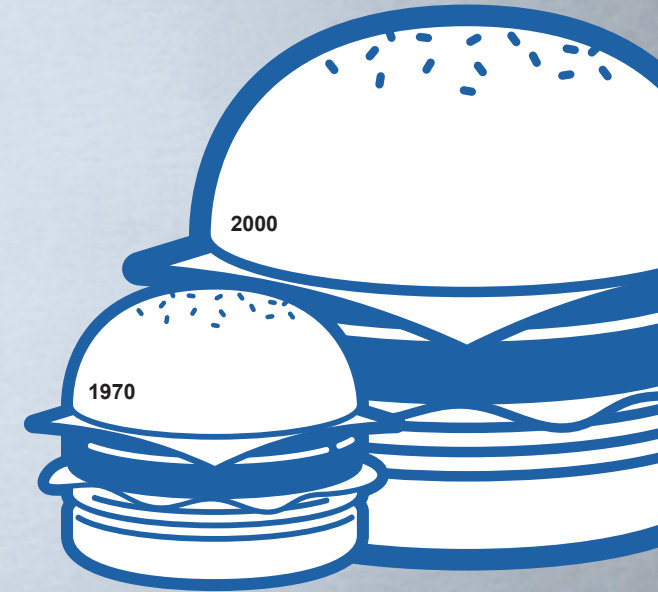
Gefördert von:



EUROPEAN COMMISSION
Research & Innovation

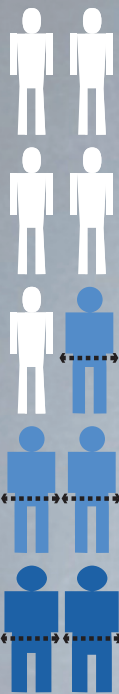
www.tobi-project.eu
www.youtube.com/thetobiproject

FETTLLEIBIGKEIT EIN ZUNEHMENDES PROBLEM



DIE DURCHSCHNITTLICHE
PORTIONSGRÖÖE VON
FASTFOOD HAT SICH SEIT
1970 **VERDREIFACHT**

FETTLLEIBIGKEIT



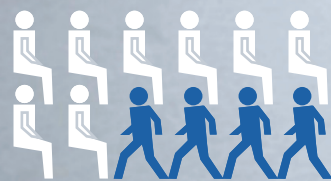
Fettleibigkeit oder Adipositas nennt man starkes Übergewicht, das mit einer krankhaften Vermehrung des Körperfetts einhergeht und zu ernstes Gesundheitsschäden führen kann. Laut Body Mass Index (BMI) gelten Menschen mit einem BMI von über 25 als übergewichtig, Personen mit einem BMI über 30 als adipös.

Übergewicht und Fettleibigkeit haben inzwischen das alarmierende Ausmaß einer globalen Volkskrankheit angenommen, die sowohl Erwachsene als auch Jugendliche betrifft.

IM DURCHSCHNITT SIND 50% DER EUROPÄER ÜBERGEWICHTIG UND 20% FETTLLEIBIG

20% DER KINDER SIND ZU DICK, DAVON ETWA 1/3 FETTLLEIBIG

URSACHEN



SITZENDE TÄTIGKEIT ÜBER 60% DER BEVÖLKERUNG BEWEGT SICH ZU WENIG

Fettleibigkeit hat oft mehrere Ursachen, weshalb es vielen Betroffenen so schwer fällt, etwas dagegen zu unternehmen:

Fettleibige nehmen gewöhnlich mehr Kalorien zu sich als sie verbrauchen und bewegen sich zudem zu wenig - sowohl im Berufsleben als auch in der Freizeit. Auch die Fast-Food Industrie und das Überangebot an ungesunden und energiereichen Produkten am Markt spielt eine wesentliche Rolle. Hinzu kommt, dass sich viele Menschen für richtiges Essen keine Zeit mehr nehmen.



50% DER AUTOFahrTEN IN EUROPA SIND KÜRZER ALS 5 KM

WIE HILFT TOBI?

Vielen fettleibigen Menschen fällt es zu schwer abzunehmen und erkranken häufig an Diabetes und Atherosklerose. Eine wesentliche Ursache dieser Erkrankungen sind Entzündungsprozesse im Fettgewebe.

Könnte man diese stillen Entzündungen unterdrücken, würde man damit auch die Folgen bekämpfen.

Das im Jänner 2008 gestartete Projekt TOBI versucht genau dort einzugreifen. Ziel des Projektes ist es nämlich, die Ursachen der Fettgewebsentzündungen bei Fettleibigkeit zu finden und Strategien für wirksame medikamentöse Behandlungen zu entwickeln.

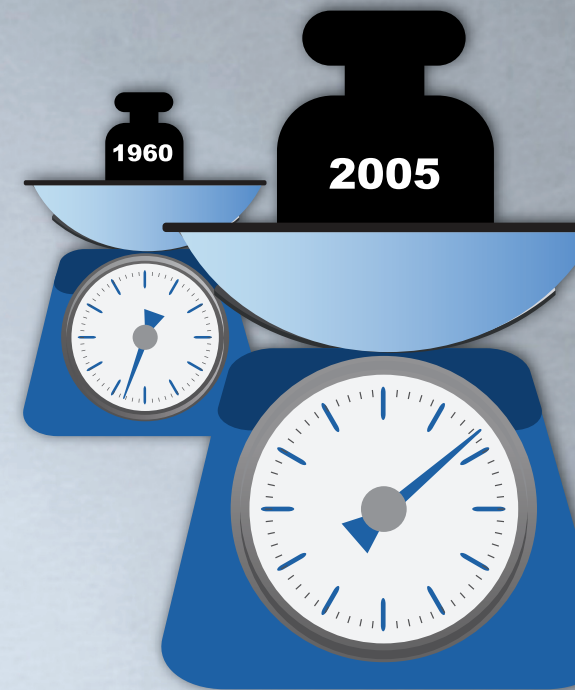
DAS PROJEKT

TOBI erforscht keine neue Diät und kein Abnehmmittel, sondern setzt am Ursprung des Problems an. Der Forschungsschwerpunkt bei TOBI liegt auf der Untersuchung von molekularen Mechanismen der Fettgewebsentzündung bei Fettleibigkeit, um mögliche Schlüsselmoleküle für Medikamente zu identifizieren. Zehn Partner aus fünf europäischen Ländern sind in diesem Projekt vernetzt. Die Europäische Union unterstützt TOBI mit knapp 3 Millionen Euro über drei Jahre hinweg.

Koordinator des Projekts ist Prof. Thomas Stulnig von der Medizinischen Universität Wien.

AUSSICHTEN

Am Ende des Projekts stehen idealerweise sogenannte „Kandidaten“ fest, also Ausgangspunkte zur Entwicklung von Medikamenten. Mit diesen könnte dann das Risiko von Folgeerkrankungen verringert werden.



KALORIENAUFNAHME PRO TAG UND KOPF

STIEG VON 2250 KCAL IM JAHR 1960 AUF 2800 KCAL IN 2005. DEN GROSSTEIL DER ZUSÄTZLICHEN KALORIEN MACHEN, WIE OFT VERMUTET WIRD, ZUCKERHALTIGE UND NICHT FETTHALTIGE LEBENSMITTEL AUS

BIS DAHIN?

Auch wenn die Ergebnisse von TOBI erfolgsversprechend sind: eine Entwicklung entsprechender Medikamente nimmt noch Jahre in Anspruch. So lange sollte man seiner Gesundheit zuliebe nicht warten. Kleinere Veränderungen - konsequent umgesetzt - können bereits große Wirkung zeigen: Bewusste Ernährung ist ein erster Schritt, der die Kilos purzeln lässt und die stillen Entzündungen stoppen kann. Mit den richtigen Zutaten und einer schonenden Zubereitung kann leckeres und gesundes Essen im Nu zubereitet werden. Regelmäßige Spaziergänge sind zusätzlich ein guter Start um mehr Bewegung in den Alltag zu bringen.