

Dicksein durch Medikamente

(dgg) Viele von uns schleppen zu viel "Hüftgold" mit sich herum – und das nicht nur nach den vielen Feiertagen zum Jahreswechsel. Und es ist gar nicht leicht, die überflüssigen Pfunde wieder los zu werden. Verschiedene Faktoren spielen dabei eine Rolle. Auch bestimmte Medikamente können eine Gewichtszunahme bewirken, wie die Zeitschrift "Ratgeber aus Ihrer Apotheke" in ihrer Februar-Ausgabe berichtet.

Es gibt tatsächlich Medikamente, die zwar gute Erfolge bei Erkrankungen zeigen, aber auch "pfundige" Nebenwirkungen haben. Wer zum Beispiel bestimmte Anti-Diabetika und Psychopharmaka einnehmen muss, kennt den Effekt nur allzu gut. Auch Kortisonpräparate können unschöne Pölsterchen hervorrufen. Das liegt daran, dass an der Regulierung des Körpergewichtes zahlreiche Botenstoffe und Hormone beteiligt sind. Bestimmte Arzneimittel greifen in dieses komplizierte Wechselspiel ein und verstärken dabei ungewollt Hungergefühle oder reduzieren den Energieumsatz. Das führt beispielsweise zu einer Gewichtszunahme, obwohl man gar nicht mehr isst.

Solche unerwünschten Nebenwirkungen lassen sich nicht immer vermeiden. Jeder Patient reagiert allerdings anders auf Medikamente. Lassen Sie sich unbedingt vom Facharzt beraten, wenn Sie vermuten, dass eine Gewichtszunahme im Zusammenhang mit einer medikamentösen Behandlung steht. Keinesfalls sollten Sie das Arzneimittel einfach absetzen, denn das kann gefährliche Folgen haben. Manchmal hilft schon ein Wechsel des Präparates oder eine Veränderung der Dosis. Andernfalls können Sie durch eine bewusste Ernährung gegensteuern. Hier ein Überblick über Medikamente, die "gewichtige" Nebenwirkungen haben können.

Insulin und Anti-Diabetika

Wenn der Blutzuckerspiegel sinkt, kann das Gewicht steigen: bei deutlicher Stoffwechselverbesserung sogar bis zu fünf oder zehn Kilo. Denn Insulin und viele Diabetes-Tabletten sorgen dafür, dass der Zucker wieder besser in die Zellen aufgenommen wird, anstatt die Blutgefäße zu verkleistern und unverarbeitet mit dem Urin ausgeschieden zu werden. Verstärkter Durst oder Appetit begünstigen außerdem die Kalorienaufnahme. Bei Insulin besteht die Möglichkeit, auf ein Alt- oder Analogpräparat umzusteigen. Sie wirken schneller als Verzögerungsinsulin und lösen kein größeres Hungergefühl aus. Auch der Diabetes-Wirkstoff Metformin beeinflusst das Gewicht kaum, senkt den Appetit und kann mit einem Verzögerungsinsulin zur Nacht kombiniert werden.

Betablocker

Die Präparate gegen Bluthochdruck vermindern den Energiestoffwechsel, das heißt, sie drosseln die Fettverbrennung und machen leichter müde. Durch die verminderte Aktivität können einige Kilos auf den Hüften ansetzen. Wenn das Herz nicht vorgeschädigt ist, sollten Sie Ihren Arzt auf mögliche Alternativen ansprechen. Ein Wechsel zu ACE-Hemmern oder Diuretika könnte helfen. Nach einem Herzinfarkt oder bei einer koronaren Herzerkrankung haben sich Betablocker jedoch am besten bewährt. Sie abzusetzen ist gefährlich. Die zwei oder drei Extra-Kilos kann man durch fettarme Ernährung loswerden.

Psychopharmaka (Neuroleptika, Antidepressiva)

Diese Präparate beeinflussen den Stoffwechsel ebenfalls und steigern den Appetit in unterschiedlicher Weise. Bei den traditionellen Neuroleptika kommt die Gewichtszunahme in der Regel nach einem halben bis ganzen Jahr zum Stillstand. Bei den neueren (sogenannten atypischen) Neuroleptika hört die Gewichtszunahme schon nach ein bis zwei Wochen Einnahme auf und ist außerdem dosisabhängig. Bei den Antidepressiva führen die sogenannten MAO-Hemmer nur selten zu mehr Pfunden. Trizyklische Antidepressiva steigern eher den Appetit, je nach Arzneistoff jedoch in unterschiedlichem Maße. Selektive Serotonin-Wiederaufnahmehemmer (SSRI) wirken unterschiedlich, können jedoch über eine längeren Einnahme-Zeitraum den Appetit anregen. Bei der Langzeittherapie mit Lithium zählt die Gewichtszunahme zu den häufigsten Nebenwirkungen.

Kortisonhaltige Medikamente

Sie helfen vor allem bei rheumatischen Erkrankungen, Asthma oder Morbus Crohn, doch leider wirkt Kortison sehr appetitanregend und verlangsamt gleichzeitig den Stoffwechsel: Die Fett- und Zuckerverwertung läuft auf Sparflamme. Durch die nicht verbrauchte Energie siedeln sich Fettpölsterchen vor allem in der Hals-Nackenregion und im Gesicht an. Ein Teil der Gewichtszunahme

kommt auch durch vermehrte Wassereinlagerung im Gewebe zustande. Doch nur, wer Kortison-tabletten einnimmt, muss mit einer Gewichtszunahme rechnen. Äußerlich angewandt, verschont es die Figur: Bei Asthma oder bestimmten Hauterkrankungen kann man oft auf Sprays oder Cremes ausweichen, die nur örtlich wirken.

Migränemittel

Auch bei einigen Migränemedikamenten kann es zu einer Gewichtszunahme kommen. Der Wirkstoff Pizotifen hat zum Beispiel eine appetitanregende Wirkung und wird auch in Drageeform als Appetitstimulans eingesetzt. Die Migräne-Arzneistoffe Flunarizin und Cinnarizin beeinflussen als Calcium-Antagonisten die Freisetzung calciumabhängiger Botenstoffe und wirken sich ebenfalls auf das Gewicht aus.

Hormone

Östrogene und Progesteron führen nur in höheren Dosen zu einer Gewichtszunahme. Östrogenhaltige Pillen können eine verstärkte Wassereinlagerung im Gewebe und damit eine leichte Gewichtszunahme bewirken. Bei Pillen, die Gestagen enthalten, ist das zwar nicht der Fall, dafür können sie den Appetit steigern. Doch bei den heutigen niedrig dosierten oralen Verhütungsmitteln und auch bei Hormonersatzmitteln treten diese Nebenwirkungen kaum noch auf.

© paradisi.de

[Artikel drucken](#) | [Fenster schließen](#)