

## Hier wohnen die Dicksten

Von Jens Lubbadeh

**Die Deutschen sind zu dick, wissen zu wenig über Ernährung, und Hauptschüler wiegen mehr als Abiturienten. Das ergab die Nationale Verzehrstudie der Bundesregierung. Nichts Neues eigentlich. Diesmal wurde auch ermittelt, wo die dicksten Deutschen leben.**

Mehr als die Hälfte der Bundesbürger hat einen Body-Mass-Index (BMI) zwischen 25 und 30 und ist damit zu dick. Das ergab die **Nationale Verzehrstudie**, die Bundesverbraucherminister Horst Seehofer (CSU) heute Nachmittag in Berlin vorstellen wird.



Übergewicht: Zu viele Kalorien, zu wenig Wissen über Ernährung

Zwei Drittel der Männer und 51 Prozent der Frauen haben demnach einen BMI zwischen 25 und 30, jeder fünfte sogar einen über 30 und ist damit fettleibig. Aber auch andere Probleme, vor allem bei jungen Menschen, offenbart die Studie: Während fast ein Drittel der 18- bis 29-jährigen Männer als übergewichtig gelten, sind fast zehn Prozent der unter 17-jährigen Frauen ihrem BMI zufolge zu dünn. Sicherlich auch eine Folge von Informationsmangel - nur zehn Prozent der Befragten schätzen ihren Kalorienbedarf richtig ein.

### Frauen im Saarland: Nicht nur dick, sondern fettleibig

Im Vergleich der Bundesländer führen Schleswig-Holstein und das Saarland die Rangliste an. In Schleswig-Holstein sind fast 70 Prozent der Männer entweder übergewichtig (44,5 Prozent) oder fettleibig (25 Prozent). Die meisten dicken Frauen - insgesamt 60 Prozent - leben im Saarland. Hier ist der Anteil der Fettleibigen mit 34 Prozent sogar größer als der der Übergewichtigen (26 Prozent) - und liegt auch mit Abstand vor den restlichen Bundesländern.

In der Studie wurde auch der Zusammenhang zwischen Übergewicht und sozialer Herkunft untersucht. Dabei fanden die Wissenschaftler einen eindeutigen Zusammenhang: Bei Leuten, die einer unteren sozialen Schicht zugeordnet waren, lag der Anteil Fettleibiger (Männer: 24 Prozent, Frauen: 35 Prozent) höher als bei Oberschichtlern (Männer: 13 Prozent, Frauen: 10 Prozent). Zur Bestimmung des sozialen Niveaus verwendeten die Wissenschaftler ein Punkteverfahren, das das soziale Niveau nach Haushaltsnettoeinkommen, Bildungsniveau und beruflicher Stellung des Hauptverdieners im

Haushalt einstuft.

Je nach sozialer Herkunft ist auch die Bewertung von Ernährungsrisiken unterschiedlich: Bei den unteren Schichten wird das Risiko durch verdorbene Lebensmittel am höchsten bewertet. Bei der Oberschicht rangiert dieses Risiko erst an vierter Stelle. Hier sind es vielmehr Gefahren durch Pestizid- und Insektizid-Rückstände, die gefürchtet werden. Die deutlichsten Schichtunterschiede zeigten sich aber bei der Bewertung einer unausgewogenen Ernährung durch "zu viel und zu einseitig essen". Während 77 Prozent der Oberschicht hier ein Risiko sehen, sind es bei der Unterschicht nur 55 Prozent.

### Niedriger Bildungsgrad - höheres Gewicht

Übergewicht und Bildungsgrad hängen eng zusammen. 48 Prozent der erwachsenen Männer mit Hauptschulabschluss sind übergewichtig, bei denen mit Abitur liegt der Anteil bei nur rund 42 Prozent. Wie auch bei der sozialen Herkunft zeigt sich dieser Zusammenhang deutlicher bei den Frauen: 36 Prozent der Frauen mit Hauptschulabschluss haben Übergewicht, aber nur knapp 10 Prozent derjenigen mit Abitur. Ein Trend, der sich auch bei heutigen Jugendlichen zwischen 14 und 17 Jahren fortsetzt: Bei den Jungs sind unter den Hauptschülern doppelt so viele Fettleibige zu finden wie unter den Gymnasiasten. Wieder sind Frauen stärker betroffen: Bei Mädchen sind es sogar fast drei Mal so viele.

Für die Nationale Verzehrstudie wurden rund 20.000 Deutsche im Alter von 14 bis 80 Jahren zu ihrem Essverhalten, sportlichen Aktivitäten, Einkaufspraxis und Lebensstil befragt. Die letzte vergleichbare Erhebung dieser Art liegt laut Bundesministerium 20 Jahre zurück. Seitdem dürfte sich einiges geändert haben: Fastfood-, Döner- und Asia-Imbisse gehörten heutzutage mehr zum Alltagsbild als damals, heißt es in einer Pressemitteilung des Ministeriums.

Dass die Deutschen zu dick sind, ist nichts Neues. Erst im März 2007 hatte eine **Studie der International Association for the Study of Obesity (IASO)** für Aufsehen gesorgt: Sie ergab, dass die Deutschen im Vergleich die dicksten Europäer sind. Laut IASO sollen sogar drei Viertel der deutschen Männer und mehr als die Hälfte der Frauen übergewichtig sein.

Mit der Studie will die Bundesregierung mehr Erkenntnisse über die Ernährungsgewohnheiten der Bevölkerung gewinnen. Sie soll der Bundesregierung als Grundlage für den "**Aktionsplan Ernährung und Bewegung**" dienen. Mit diesem Plan wollen Bundesverbraucherminister Seehofer und Gesundheitsministerin Ulla Schmidt (SPD) für gesündere Ernährung und mehr Bewegung sorgen. Mit dem Aktionsplan will die Bundesregierung auf das zunehmende Problem des Übergewichts reagieren - vor allem bei Kindern und Jugendlichen. Dazu soll die Ernährungsbildung ausgebaut und Bewegung und Sport in der Schule gefördert werden.

Fettleibigkeit gilt in Ländern wie den USA mittlerweile als eines der größten Gesundheitsrisiken überhaupt, sie ist für Millionen Todesfälle weltweit verantwortlich. Zu den möglichen Folgen von Übergewicht gehören unter anderem Diabetes, Herz- und Kreislaufprobleme sowie übermäßige Belastungen von Knochen und Gelenken.

Mit Material von dpa

#### URL:

<http://www.spiegel.de/wissenschaft/mensch/0,1518,532036,00.html>

#### FORUM:

Deutsche sind zu dick – ein schweres Problem?

<http://forum.spiegel.de/showthread.php?t=1455&goto=newpost>

#### ZUM THEMA AUF SPIEGEL ONLINE:

Grafiken: Die gewichtigsten Ergebnisse

<http://www.spiegel.de/fotostrecke/0,5538,28539,00.html>

Fettleibigkeit: Therapieversuch verbessert das Gedächtnis (30.01.2008)

<http://www.spiegel.de/wissenschaft/mensch/0,1518,532049,00.html>

Fettleibigkeit in Europa: Deutsche haben in Moppel-Liga den Bauch vorn (19.04.2007)

<http://www.spiegel.de/wissenschaft/mensch/0,1518,478167,00.html>

Fett-Studie: So dick ist Deutschland (07.01.2008)

<http://www.spiegel.de/wissenschaft/mensch/0,1518,527158,00.html>

**ZUM THEMA IM INTERNET:**

[Aktionsplan Ernährung und Bewegung der Bundesregierung](#)

[http://www.bmelv.de/clin\\_044/nn\\_1196770/DE/03-Ernaehrung/01-Aufklaerung/EckpunktepapierAktionsplanErnaehrung/EckpunktepapierErnaehrung.html\\_\\_nnn=true](http://www.bmelv.de/clin_044/nn_1196770/DE/03-Ernaehrung/01-Aufklaerung/EckpunktepapierAktionsplanErnaehrung/EckpunktepapierErnaehrung.html__nnn=true)

[Die vollständige "Nationale Verzehrsstudie" zum Download](#)

[http://www.bmelv.de/clin\\_044/nn\\_752314/DE/03-Ernaehrung/04-Forschung/NationaleVerzehrsstudie/NVS2\\_\\_node.html\\_\\_nnn=true](http://www.bmelv.de/clin_044/nn_752314/DE/03-Ernaehrung/04-Forschung/NationaleVerzehrsstudie/NVS2__node.html__nnn=true)

SPIEGEL ONLINE ist nicht verantwortlich für die Inhalte externer Internetseiten.

© SPIEGEL ONLINE 2008  
Alle Rechte vorbehalten  
Vervielfältigung nur mit Genehmigung der SPIEGELnet GmbH