Sind Menschen mit Übergewicht und Adipositas ausreichend versorgt und über die Behandlungsmöglichkeiten informiert?

Mehr als die Hälfte der Menschen in Deutschland lebt mit Übergewicht oder Adipositas. Sie leben damit mit einem erhöhten Risiko für zahlreiche chronische Erkrankungen. Um Gewicht erfolgreich zu reduzieren, gibt es verschiedene Möglichkeiten und Behandlungsangebote: Die aktuellen Leitlinien für die Behandlung von Adipositas empfehlen im ersten Schritt strukturierte, multimodale Verhaltensprogramme, die sich aus den Bausteinen Ernährung, Bewegung und Verhaltensänderungen zusammensetzen. Als zusätzliche Optionen können Medikamente in Betracht kommen und bei starkem Übergewicht auch eine (bariatrische) Operation, durch die die Nahrungsaufnahme eingeschränkt wird.

Der Zugang zu diesen Behandlungen scheint jedoch in der Praxis nicht ganz einfach. Die Kostenübernahme durch die Krankenkassen ist uneinheitlich. Und offenbar wissen viele Menschen auch gar nicht, welche Arten von Unterstützung ihnen überhaupt zur Verfügung stehen. So die Ergebnisse einer Studie, die Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftler der Abteilung Public Health, Sozial- und Präventivmedizin der Medizinischen Fakultät Mannheim der Universität Heidelberg durchgeführt haben.

Um zu erfahren, wie Gewichtsmanagement in Deutschland tatsächlich umgesetzt wird und wo mögliche Versorgungslücken bestehen, führten sie eine Online-Befragung von mehr als 2.000 Erwachse¬nen mit Übergewicht oder Adipositas durch. Dabei zeigte sich eine deutliche Lücke zwischen der empfohlenen Behandlung von Übergewicht und der Inanspruchnahme dieser Leistungen durch die Betroffenen.

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer an der Studie wurden gefragt, welche Angebote zur Unterstützung beim Gewichtsmanagement sie kennen, welche sie bereits genutzt haben, welche sie künftig ausprobieren würden und welche Hindernisse einer Nutzung entgegenstehen.

Die Ergebnisse sind ernüchternd: Zwar haben rund 85 Prozent der Befragten bereits versucht, ihr Gewicht zu reduzieren – davon allerdings drei von vier ohne professionelle Unterstützung. Trotz deutli¬chen Übergewichts hatte weniger als die Hälfte der Befragten ein Gespräch mit ihrem Hausarzt oder ihrer Hausärztin über Optionen des Gewichtsmanagements. Und nur 7,8 Prozent der Befragten hatten bereits an einem verhaltensbasierten Programm, einschließlich digitaler Gesundheitsanwendungen („DiGAs"), teilgenommen. Lediglich 6,2 Prozent der Befragten hatten Medikamente zur Behandlung von Adipositas genutzt.

Bei der Befragung zeigte sich, dass Bekanntheit und Interesse sich deutlich zwischen den verschiedenen Behandlungsoptionen unterscheiden. Besonders auffällig war dies bei digitalen Gesundheitsanwendungen („DiGAs"). Obwohl sie die einzige Behandlungsoption sind, deren Kosten von den Krankenkassen regelmäßig übernommen werden, kannten nur 19 Prozent der Teilnehmenden diese Angebote. Aber mehr als doppelt so viele (39,1 Prozent) zeigten bei der Befragung Interesse daran, eine solche Anwendung auszuprobieren.

Zu den am häufigsten genannten Hindernissen für die Nutzung der verschiedenen Behandlungsangebote gehörten mangelnde Kenntnis der verfügbaren Optionen, Zweifel an deren langfristiger Wirksamkeit sowie die Einschätzung, Unterstützung noch nicht dringend genug zu benötigen.

„Um den wachsenden Adipositasraten wirksam zu begegnen, müssen künftig sowohl die Verfügbarkeit als auch der Zugang zu evidenzbasierten Behandlungsangeboten verbessert und die Vermittlung der Betroffenen in entsprechende Programme gestärkt werden", so das Fazit der Erstautorin der Studie, Dr. Laura Kudlek.

Publikation:
Laura Kudlek; Hannah Z. Hennig; Hannah Haumann; Falko F. Sniehotta
Weight Management and Healthcare Utilization among Adults with Overweight and Obesity in Germany: A Representative Survey of General Practitioner Consultations and Digital and Pharmacological Treatment
Obesity Facts (2026)
DOI: 10.1159/000552226

Pressemitteilung

01.07.2026
Quelle: Universitätsmedizin Mannheim

Weitere Informationen

- Universitätsmedizin Mannheim