

Untergewicht

Untergewicht ist in Deutschland häufiger verbreitet als man vermuten würde.

Das Statistische Bundesamt (Wiesbaden) hat für das Jahr 2004 Zahlen zu den Körpermaßen der Bevölkerung nach Altersgruppen veröffentlicht. Danach sind in Deutschland 2,3 % der Bevölkerung (Body-Mass-Index $< 18,5$) deutlich untergewichtig. Das entspricht circa 2 Millionen Menschen.

Besonders häufig untergewichtig – zum Teil auch mangelernährt – sind Jugendliche, die oft essgestört sind sowie Senioren bspw. infolge chronischer Erkrankungen, welche zu mangelhafter Kalorienaufnahme bzw. zu einem erhöhten Kalorienverbrauch führen.



Menschen mit Untergewicht haben eine geringere Lebenserwartung, da Untergewicht die Entstehung zahlreicher Folgeerkrankungen verursacht, die zum großen Teil Altersprozesse beschleunigen.

Folgende allgemeine Beschwerden gehen häufig mit Untergewicht einher:

- Verminderte Leistungsfähigkeit
- Müdigkeit, Abgeschlagenheit
- Erniedrigte Körpertemperatur
- Frieren
- Muskelschwäche
- Immunschwäche

Erkrankungen, die durch Untergewicht mit bedingt sein können sind z.B.:

- Koronare Herzerkrankung
- Muskelschwäche
- Osteoporose (Knochenschwund)
- Lungenentzündung
- Fortpflanzungsstörungen
- Schwächung der Immunabwehr
- Haarausfall
- Wundheilungsstörungen

Gerne unterstützen wir Sie im Rahmen eines ärztliche betreuten Programms, Ihr Körpergewicht wieder in einen gesunden Bereich zu bringen, damit Sie sich wieder wohl, attraktiv und leistungsfähig fühlen.