

BMI und Mortalität: eindruckliche Datenfülle

k -- Whitlock G, Lewington S, Sherliker P et al.; Prospective Studies Collaboration. Body-mass index and cause-specific mortality in 900'000 adults: collaborative analyses of 57 prospective studies. Lancet 2009 (28. März); 373: 1083-96
[\[LINK\]](#)

Kommentiert von: Renato L. Galeazzi

Studienziele

Der Körper-Massen-Index (BMI) ist ein etablierter Risikofaktor für verschiedene Todesursachen wie Herzinfarkt, Hirnschlag und verschiedene Karzinome. Unklarheiten bestehen, in welchem Ausmass Einflüsse wie ein Gewichtsverlust durch eine vorbestehende Erkrankung («reverse causality»), Rauchen, Alter und Geschlecht den Zusammenhang zwischen BMI und Mortalität verfälschen. Diese Auswertung der Einzeldaten mehrerer prospektiver Kohortenstudien versuchte, diese Fragen zu klären.

Methoden

Die Einzeldaten aus 57 vorwiegend europäischen und nord-amerikanischen Studien (894'576 gesunde Personen) wurden in dieser Studie gemeinsam ausgewertet. Das Alter bei Studieneintritt betrug median 46 Jahre. Untersucht wurde der Zusammenhang von BMI und Mortalität. Um den Einfluss von Gewichtsverlusten wegen vorbestehender Erkrankung zu verringern, schloss man Ereignisse während der ersten 5 Jahre der Beobachtungszeit von der Analyse aus.

Ergebnisse

Während der im Durchschnitt verbleibenden 8-jährigen Beobachtungszeit starben 66'552 Personen. Nach Korrektur für Alter, Geschlecht und Raucherstatus ist die Mortalität am kleinsten für die Gruppe mit einem BMI zwischen 22,5 und 25 kg/m². Darüber steigt die Mortalität um etwa 30% für jeweils 5 kg/m², wobei kardiovaskuläre Todesursachen stärker zunehmen als Neoplasien, deren Häufigkeit aber auch um 10% pro 5 kg/m² ansteigen. Die Zunahme des Sterberisikos mit höherem BMI ist in den jüngeren Altersgruppen grösser als in den älteren und bei Männern grösser als bei Frauen. Personen mit einem BMI unter 22,5 zeigen ebenfalls eine erhöhte Sterblichkeit, vor allem bedingt durch Lungenkrebs und respiratorische Erkrankungen.

Schlussfolgerungen

Der BMI ist ein guter Prädiktor für die Übersterblichkeit bei Werten über und unter der idealen Bandbreite von 22,5 bis 25 kg/m². Die Zunahme der Mortalität bei höherem BMI wird hauptsächlich durch kardiovaskuläre Krankheiten, diejenige bei niedrigerem BMI durch respiratorische Krankheiten verursacht. Ein BMI von 30 bis 35 ist mit einer um 2 bis 4 Jahre kürzeren Lebenserwartung assoziiert. Die Verkürzung der Lebenserwartung um 8 bis 10 Jahre bei einem BMI von 40 bis 45 ist vergleichbar mit derjenigen durch Rauchen.

Zusammengefasst von Franz Marty

Diese genaue, ausführliche und statistisch ausgezeichnete

Analyse 57 verschiedener Studien mit rund 900'000 Patientendaten bringt leider nichts, was man nicht schon gewusst hätte: Der BMI ist ein gutes Mass für Über- und Untergewicht, bester BMI ist 22,5 bis 25, darunter ist die Mortalität höher infolge respiratorischer Krankheiten, darüber infolge kardiovaskulärer und neoplastischer Erkrankungen. Über ursächliche Zusammenhänge kann nur spekuliert werden. Eigenartig ist, dass die schwereren Leute weniger rauchen und weniger trinken, aber trotzdem eine erhöhte Sterblichkeit an Leberzirrhose aufweisen. Ab einem BMI von 30 bis 35 ist der Cholesterinspiegel wahrscheinlich irrelevant, also kann man sich hier die Cholesterinsenker sparen. Folgerung: erstens nicht zunehmen, zweitens wenn nötig wieder abnehmen und drittens anstelle des Lesens dieses langweiligen Artikels joggen gehen!

Renato Galeazzi