

# Inhalt

Seite

4	<b>M-0</b>	<b>Benutzerhinweise</b>
6	<b>M-1</b>	<b>Einleitung</b>
7	<b>M-2</b>	<b>Definition und Folgen der Adipositas</b>
7	<b>M-2.1</b>	<b>Definition der Adipositas und Bestimmung des Ist-Zustands</b>
14	<b>M-2.2</b>	<b>Zusammensetzung des Körpers</b>
16	<b>M-2.3</b>	<b>Nachteile und Folgen des Übergewichts</b>
22	<b>M-3</b>	<b>Ursachen der Adipositas</b>
22	<b>M-3.1</b>	<b>Ursachen und Auslöser</b>
29	<b>M-3.2</b>	<b>Energie, Energiespeicherung und deren Regulation</b>
38	<b>M-4</b>	<b>Behandlung der Adipositas</b>
39	<b>M-4.1</b>	<b>Folgerungen aus bisherigen Erfahrungen</b>
42	<b>M-4.2</b>	<b>Effektive Beeinflussung der Energiebilanz</b>
47	<b>M-4.3</b>	<b>Behandlungsperspektiven</b>
51	<b>M-4.4</b>	<b>Selbstbeobachtung im Adipositas-Management</b>
54		Autoren
56		Weitere Broschüren der multidisziplinären Medienreihe
57		BZfE-Medien
59		Impressum