

# Inhaltsverzeichnis

<b>1. Der Mensch ist rund ...</b>	
<b>Was nun? .....</b>	<b>15</b>
<b>2. Klaus:</b>	
Karate und Knieprobleme .....	23
<b>3. Deutschlands Adipositas-Baustellen .....</b>	<b>29</b>
3.1 Lösungen und Luftschlösser .....	29
3.2 Pierre:	
Nulldiät und respektlose Kollegen.....	45
3.3 Der »Kreuzzug gegen Fette«.....	51
3.4 Neue Wege .....	55
<b>4. Normalgewicht, Idealgewicht,</b>	
<b>Übergewicht und Adipositas.....</b>	<b>65</b>
<b>5. Ina:</b>	
Sehnsucht und Trennkost in der 3. Klasse .....	80
<b>6. Die Baustelle Prävention .....</b>	<b>85</b>
<b>7. Die Baustelle Ätiologie der Adipositas .....</b>	<b>93</b>

7.1 Grundlagen .....	95
7.1.1 Bisherige Unterscheidungen der Adipositas-Ursachen .....	95
7.1.2 Neues Modell der Adipositasursachen.....	96
7.1.3 Die nützliche und die schädliche Form des Körperfetts .....	99
7.2 Disponierende Faktoren.....	102
7.2.1 Steuerung des Energiehaushalts.....	102
7.2.2 Störung homöostatischer Prozesse.....	107
7.2.3 Fehlende Anpassung des Stoffwechsels.....	109
7.2.4 Bewegungsmangel im Alltag .....	113
7.2.5 Kollektive und individuelle Ernährungsgewohnheiten .....	120
7.2.6 Essstörungen, Verhaltensstörungen, u.A. ....	126
7.2.7 Soziales Umfeld, soziale Vererbung.....	129
7.2.8 Stress.....	131
7.2.9 Traumatisierung, Gewalterfahrung, Missbrauch .....	133
7.2.10 Psychische Erkrankungen u. A.....	135
7.2.11 Hypothyreose, Schilddrüsenunterfunktion u. A. ....	136
7.2.12 Prägung der ersten 100 Tage sowie in der Kindheit .....	139
7.2.13 Persönlichkeitsmerkmale.....	140
7.2.14 Genetische Prädisposition .....	141
7.2.15 Ungleichgewicht der Darmflora u.A. ....	142
7.2.16 Exkurs:	
Wolfram: keine Karriere, keine Frau .....	146
7.3 Auslösende und aufrechterhaltende Faktoren .....	148
7.3.1 Stigmatisierung und Mobbing .....	150
7.3.2 Mangelnde Selbstwirksamkeit.....	151
7.3.3 Industrie und Handel: Kennzeichnung von Lebensmitteln .....	152
7.3.4 Individuelle Risikofaktoren am Beispiel Schlafapnoe .....	156
7.3.5 Spezielle Herausforderungen des Stoffwechsels .....	158
7.3.6 Medikamentös induzierte Adipositas .....	159

**8. Die Baustelle Stigmatisierung ..... 165**

**9. Die Baustellen aus der Perspektive eines  
Allgemein- und Viszeralchirurgen..... 175**

9.1 Pathogenese – Stoffwechsel – Energiebilanz ..... 177

9.2 Adipositas therapie: Wer soll das bezahlen? .....183

9.3 Das Multimodale Konzept .....195

9.4 Exkurs:

Hannah: Lipödem und Schlauchmagen ..... 200

9.5 Erfolgsbilanz der bariatrischen Chirurgie ..... 206

9.6 Die Baustelle Nachsorge nach bariatrischen Eingriffen.....213

9.7 Exkurs:

Die Bindungswirkung von S3-Leitlinien ..... 217

9.8 Kommentar zu den Adipositas-Ursachen ..... 220

**10. Horst und Ingrid:**

Kettenrauchen, Scheiß-Ernährung und Kraftsport..... 225

**11. Probleme der hausärztlichen  
Adipositasversorgung..... 235**

**12. Die Baustelle Hausarztpraxis..... 241**

<b>13. Die Baustellen aus Sicht eines Diabetologen.....</b>	<b>248</b>
<b>14. Johnny:</b>	
Ex-Soldat und guter Verwerter.....	259
<b>15. Die Baustellen aus Sicht einer Ernährungsmedizinischen Beraterin.....</b>	<b>266</b>
<b>16. Lisa:</b>	
Experimente und Selbstbewusstsein .....	274
<b>17. Die Baustellen aus der Perspektive eines kanadischen Adipositasforschers .....</b>	<b>278</b>
<b>18. Katja, Susanne und Toni:</b>	
Heimtrainer und Glaubenssätze .....	284
<b>19. Gastbeitrag:</b>	
<b>Stellenwert der postbariatrischen Operation bei der Behandlung adipöser Patienten .....</b>	<b>290</b>
<b>20. Die Baustellen aus der Perspektive plastischer Chirurgen .....</b>	<b>297</b>
<b>21. Die Baustellen aus der Perspektive der Selbsthilfe .....</b>	<b>304</b>
<b>22. Knut:</b>	
Hüne und Grantler .....	316

<b>23. Juristische Betrachtung der Kostenübernahme von adipositaschirurgischen, metabolischen und plastischen Operationen.....</b>	<b>322</b>
<b>24. Gespräch über Forschungsthemen mit einem Endokrinologen und Adipositasforscher.....</b>	<b>329</b>
<b>25. Florian:</b>	
Körperliche Arbeit und Kugelbauch.....	337
<b>26. Der Gemeinsame Bundesausschuss und das Disease-Management-Programm Adipositas.....</b>	<b>342</b>
<b>27. Die Baustellen aus Sicht eines Sportwissenschaftlers, Personal Trainers und Mentalcoachs .....</b>	<b>348</b>
<b>28. Geli:</b>	
Hoffnung und Schuldgefühle .....	368
<b>29. Die Baustellen aus Sicht einer Psychologin .....</b>	<b>375</b>
<b>30. Gastbeitrag:</b>	
<b>Psychotherapie bei AdipositaspatientInnen mit Missbrauchserfahrung.....</b>	<b>383</b>
<b>31. Kommentar zur Adipositas mit Binge-Eating-Störung .....</b>	<b>397</b>
<b>32. Natalie:</b>	
Schiri mit Schmerzen .....	401

<b>33. Die Baustellen aus der Perspektive eines Arztes für Orthopädie, Physikalische und Rehabilitative Medizin.....</b>	<b>409</b>
<b>34. Gastbeitrag: Der Wendepunkt .....</b>	<b>415</b>
<b>35. Fazit.....</b>	<b>420</b>
<b>36. Ausblick mit der Chirurgin Dr. Beate Herbig .....</b>	<b>427</b>
<b>37. Kontakt.....</b>	<b>434</b>
<b>38. Dank .....</b>	<b>437</b>
<b>39. Ich esse.....</b>	<b>440</b>