



## Studie zeigt: Mit der Zahl der Fast-Food-Läden steigt auch das Körpergewicht

**Studie zeigt: Mit der Zahl der Fast-Food-Läden steigt auch das Körpergewicht** Immer mehr Menschen essen außer Haus - der schnelle Imbiss zwischendurch ist bequem und spart Zeit. Aber die angebotenen Nahrungsmittel sind nicht immer gesund. Fertiggerichte wie Hamburger, Pizza, Brathähnchen und Pommes frites enthalten häufig mehr Kalorien als dem Körper gut tun. Daher legen Menschen, die täglich viele Gelegenheiten haben, sich mit Fast Food zu ernähren, auf Dauer an Gewicht zu. Dies zeigt eine aktuelle Untersuchung aus der Grafschaft Cambridgeshire in England. Der Epidemiologe Thomas Burgoine von der Universität Cambridge hat dort für mehr als 5000 Erwerbstätige die Zahl der Fast-Food-Läden in der Umgebung von Wohnung, Arbeitsweg und Arbeitsplatz bestimmt und mit den Ernährungsgewohnheiten sowie dem Körpergewicht verglichen. Ergebnis: Es bestand eine eindeutige Abhängigkeit zwischen dem Imbiss-Angebot und dem Körpergewicht. "Die Bewohner mit den meisten Imbiss-Gelegenheiten waren fast doppelt so häufig übergewichtig wie Bewohner aus Gegenden mit den wenigsten Fast-Food-Läden", erklärt Privatdozent Dr. med. Erhard Siegel, Präsident der DDG. Im Durchschnitt hatten die Bewohner 32 Gelegenheiten, sich mit Fast Food zu versorgen. Übergewicht gehört neben Bewegungsmangel zu den wichtigsten vermeidbaren Risikofaktoren für erhöhte Blutzucker- und Blutdruckwerte. Zusammen mit hohen Blutfetten fördern sie das metabolische Syndrom, das oft mit einem Typ-2-Diabetes einhergeht. "Die heutigen Essgewohnheiten sind eine wichtige Ursache für den Anstieg der chronischen Krankheiten geworden", so Dr. Dietrich Garlichs. Der DDG-Geschäftsführer sieht deshalb politischen Handlungsbedarf. "Niemand kann ernsthaft fordern, Fast-Food-Läden zu verbieten", stellt Garlichs klar. Aber die Politik ist aufgerufen, die Entscheidung für eine gesunde Kost einfacher und attraktiver zu machen. "Wir können beispielsweise durch eine Zucker-Fett-Steuer auf besonders kalorienhaltige Lebensmittel dafür sorgen, dass gesunde Ernährung günstiger ist als etwa Pommes frites", so Garlichs. "Ein Mineralwasser sollte günstiger sein als ein Softdrink." Darüber hinaus sei eine klare Lebensmittel-kennzeichnung sowie die Angabe der Kalorienmengen in Restaurants wichtig. Andere Länder sind hier weiter, ergänzt Siegel. In den USA sei es vielerorts vorgeschrieben, für Imbisse die Kalorienmenge anzugeben. In New York dürfen öffentliche Lokale keine ungesunden Transfette verwenden. Auch in Großbritannien bemüht sich die Regierung um gesünderes Fast Food - die Londoner Verwaltung hat jüngst Richtlinien zur Regulierung von Fast-Food-Läden herausgegeben. In Finnland, Ungarn und Frankreich gibt es bereits Steuern auf hochkalorische Lebensmittel. Auch Deutschland sollte nach Ansicht der DDG-Experten Möglichkeiten nutzen, regulierend einzugreifen. "Wenn wir Übergewicht und Diabetes Typ 2 reduzieren wollen, brauchen wir endlich ein wirksames Präventionsgesetz", so Garlichs. Mehr zu den Forderungen lesen Sie unter [www.diabetes-stoppen.de](http://www.diabetes-stoppen.de).  
Quellen: [BMJ 2014;348:g1464](http://www.bmj.com/content/348/bmj.g1464) [www.london.gov.uk/sites/default/files/TakeawaysToolkit\\_0.pdf](http://www.london.gov.uk/sites/default/files/TakeawaysToolkit_0.pdf) [www.gov.uk/government/uploads/system/uploads/attachment\\_data/file/264914/Briefing-OBESITY-FASTFOOD-FINAL.pdf](http://www.gov.uk/government/uploads/system/uploads/attachment_data/file/264914/Briefing-OBESITY-FASTFOOD-FINAL.pdf)  
Achtung, Medienpreis zu gewinnen! Anlässlich ihres 50-jährigen Jubiläums 2014 ruft die DDG drei Medienpreise aus, die mit insgesamt 6.000 Euro dotiert sind. Eingereicht werden können Presseveröffentlichungen (Print und Online) sowie Beiträge aus Hörfunk und Fernsehen, die zwischen dem 1. Januar 2013 und dem 31. Juli 2014 publiziert wurden. Prämiiert werden Arbeiten, denen es gelingt, eine breite Öffentlichkeit über das Krankheitsbild Diabetes mellitus aufzuklären und ein Bewusstsein für diese Krankheit zu schaffen. Einsendeschluss ist der 31. Juli 2014. Weitere Informationen unter: [http://www.deutsche-diabetes-gesellschaft.de/fileadmin/Redakteur/Dokumente\\_Startseite/Ausschreibung\\_DDG-Medienpreis.pdf](http://www.deutsche-diabetes-gesellschaft.de/fileadmin/Redakteur/Dokumente_Startseite/Ausschreibung_DDG-Medienpreis.pdf) oder bei der DDG Pressestelle. Kontakt für Journalisten: Pressestelle DDG Kerstin Ullrich und Anna Julia Voormann Postfach 30 11 20, 70451 Stuttgart Tel.: 0711 8931-641/552, Fax: 0711 8931-167 ullrich@medizinkommunikation.org voormann@medizinkommunikation.org Deutsche Diabetes Gesellschaft Geschäftsstelle Reinhardtstr. 31 10117 Berlin Tel.: 030 3116937-11 Fax: 030 3116937-20 info@ddg.de

### Pressekontakt

Deutsche Diabetes Gesellschaft e.V.

10117 Berlin

### Firmenkontakt

Deutsche Diabetes Gesellschaft e.V.

10117 Berlin

Die Deutsche Diabetes Gesellschaft (DDG) gehört mit über 8600 Mitgliedern zu den großen medizinischen Fachgesellschaften in Deutschland. Sie unterstützt Wissenschaft und Forschung, engagiert sich in Fort- und Weiterbildung, zertifiziert Behandlungseinrichtungen und entwickelt Leitlinien. Ziel ist eine noch wirkungsvollere Prävention und Behandlung der Volkskrankheit Diabetes, von der Millionen von Menschen in Deutschland betroffen sind.