

Ein gesundes Gewicht kann 22, 000 Krebsfälle vorbeugen

Diet Chef

Der britische "World Cancer Research Fund" behauptet, dass jährlich bis zu 22, 000 Krebserkrankungen verhindert werden können, wenn auf ein gesundes Gewicht geachtet würde.

Übergewicht steigert das Risiko von einer Reihe von Krankheiten, unter anderem eine Vielzahl von Krebserkrankungen. Britische Experten behaupten, dass von den 123, 000 Fällen in Großbritannien, die mit Übergewicht in Verbindung gebracht werden etwa 18% also ungefähr 22, 000 Fälle verhindert werden könnten.

Das "Continuous Update" Projekt des "World Cancer Research Fund", welches für die fortlaufende Analyse der jüngsten Daten aus der Krebsforschung zuständig ist behauptet sogar, dass allein 1, 257 Fälle von Bauspeicheldrüsenkrebs hätten verhindert werden könnten, wenn die betroffenen Patienten über ein gesundes Körpergewicht verfügten. Professor Jackson kommentiert dazu: "Indem das körpereigene Fett niedrig gehalten wird verhindern viele Menschen, dass sie an Krebs überhaupt in erster Linie erkranken. Die neusten Forschungsergebnisse zeigen, dass etwa 15% der jährlich neu diagnostizierten Fälle von Krebs verhindert werden könnten, wenn das Körpergewicht der Betroffenen in einem normalen Bereich liegen würde.

Nimmt man den BMI als Messwert ist Großbritannien eines der schwersten europäischen Länder gemessen an der Größe und Körpergewicht einer Person. Studien haben ergeben, dass etwas 63% aller Briten übergewichtig sind und somit einen BMI von über 25 haben oder sogar krankhaft Fettleibig sind mit einem BMI von 30. In Deutschland sind bereits 67% der Männer und 53% der Frauen von einem BMI von 25 oder 30 betroffen. Viele Betroffene fragen sich, was ist mein BMI und wie kann ich diesen errechnen. Der BMI wird in der Relation Quadrat der Körpergröße zum Gewicht gemessen.

Eine Ebene der britischen Studie untersuchte unter anderem die angebliche "Apfel"-Form vieler Frauenkörper, welche zusätzlich ein hohes Risiko für Krebs, Kardiovaskuläre Erkrankungen und Unfruchtbarkeit birgt. Im Durchschnitt ist die Taille einer britischen Frau 5cm breiter als die von Gesundheitsorganisationen empfohlenen 80cm und weniger. Die Studie die 54, 000 Frauen untersuchte stuft damit die Mehrheit als besonders gesundheitsgefährdet ein. Laut Dr. Davina Deniszyc fänden es Experten zunehmend aussagekräftiger das Übergewicht am Bauch durch die Umfangmessung zu erheben als den BMI zu errechnen, um ein Übergewicht zu messen. Sie schließen daraus, dass das mehr an "Hüftgold" zunehmend als Risikofaktor für Brustkrebserkrankungen gesehen werden kann.

Caron Leckie, Ernährungsberaterin des erfolgreichen britischen Diätkostlieferanten Diet Chef, bestätigt hierzu: "Für jeden von uns sollten es wichtig sein, sein Gewicht zu regulieren und einen gesunden Lebensstil zu pflegen. Regelmäßige Bewegung ist ebenso wichtig wie gesunde, ausgewogene Ernährung. Dies beeinflusst das potentielle Gesundheitsrisiko insbesondere bei einem BMI von 25 bis 30 positiv. Jede maßvolle Gewichtsabnahme bei Übergewicht ist bewiesener Massen förderlich für unsere Gesundheit. Für diejenigen, die es auf eigene Faust nicht schaffen bietet es sich an, zu Diätlieferdiensten zurückzugreifen. Diätprogramme wie Diet Chef liefern bereits vorportionierte und kalorienkontrollierte Mahlzeiten direkt nach Hause, diese lassen sich einfach online bestellen. In Kombination mit ein mehr an Bewegung sollten die Ergebnisse des jüngsten Gesundheitsreports bald der Vergangenheit angehören.

Pressekontakt

Wirths PR

Herr Markus Worringer
St.-Veit-Straße 2
86850 Fischach

wirthspr.de
dietchef@wirthspr.de

Firmenkontakt

DietChef.de

Herr Diet Chef
Ausschläger Alle 178
20539 Hamburg

dietchef.de
dietchef@360team.co.uk

Diet Chef berechnet die Kalorien jeder Mahlzeit so, dass Abnehmwillige, die dieses Konzept verfolgen, im Schnitt 1,200 oder 1,500 Kalorien am Tag zu sich nehmen.