

Zeitgemäße Behandlung der sarkopenen Adipositas

Assoc. Prof. Dr. med. Yavor Assyov, PhD

Facharzt für Endokrinologie und Diabetologie
Associate Professor an der Medizinischen Universität
Sofia, Bulgarien

Die sarkopene Adipositas, also das gleichzeitige Vorliegen von verminderter Muskelmasse und übermäßigem Körperfett, ist eine zunehmend häufige Erkrankung im höheren Lebensalter. Sie ist mit einem erhöhten Risiko für Behinderung, chronische Erkrankungen und Mortalität verbunden – und ihre gesundheitlichen Auswirkungen übertreffen jene von Sarkopenie oder Adipositas allein.

Aktuelle Erkenntnisse zeigen, dass unausgewogene Ernährung und mangelnde körperliche Aktivität die wichtigsten Ursachen dieser Erkrankung sind. Daher steht die Lebensstilmodifikation im Mittelpunkt der Therapie. Die Kombination aus individuell angepasster Ernährung und regelmäßiger körperlicher Aktivität, abgestimmt auf den jeweiligen Gesundheitszustand, bietet derzeit die besten Erfolgsaussichten.

Da bislang keine wirksamen pharmakologischen Behandlungsoptionen zur Verfügung stehen, sind frühe Diagnosestellung und gezielte Interventionen entscheidend. Weitere Forschung ist erforderlich, um präventive Strategien zu optimieren und potenzielle medikamentöse Therapieansätze zur Unterstützung der Muskelgesundheit älterer Menschen zu entwickeln.