

Liebe  
dich  
selbst!



MAG. SABINE STANDENAT  
Klinische und Gesundheitspsychologin, Wien

# „Chance, aber kein Wundermittel“

Wirkstoffe für die schlanke Linie sind in aller Munde – so ist jener wie Sematglutid in sogenannten „Abnehmspritzen“ enthalten. Eines steht jedoch fest: Dieses Arzneimittel gehört nur in ärztliche Hände!

Hinter dem sperrigen Ausdruck „Semaglutid“ verbirgt sich ein hochmodernes Medikament, ein sogenannter GLP-Rezeptor Agonist, der ursprünglich für Menschen mit Diabetes entwickelt wurde. „Einfach erklärt, ahmt es ein körpereigenes Darmhormon nach, das nach dem Essen ausgeschüttet wird und unser Sättigungsgefühl im Gehirn verstärkt“, erläutert dazu Univ.-Prof. Dr. Siegfried Meryn, der in seiner Wiener Ordination den Schwerpunkt auf Abnehmen, Übergewicht und Adipositas gelegt hat. Er ist auch Autor des Buches „Schlank auf Rezept – die Abnehmrevolution“ (Verlag edition a), das sich mit diesem Thema auseinandersetzt.

Bereits im Jahr 2017 wurde der Wirkstoff Semaglutid in den USA zur Behandlung von Typ-2-Diabetes zugelassen, in der EU erfolgte dies 2018. Im Juni 2021 kam eine höher dosierte Version auf den Markt.

## Schon lange Gegenstand der Forschung

„Experten entdeckten, dass Semaglutid nicht nur den Blutzucker reguliert, sondern auch stark beim Abnehmen hilft. Es macht länger und nachhaltiger satt. Es verlangsamt die Magenentleerung, reduziert Heißhunger und hilft, das Gedankenkarussell rund ums Essen zu stoppen. Für viele ist es das erste Mal, dass Abnehmen überhaupt gelingt“, gibt der Experte zu bedenken. Deshalb wird es heute bei krankhaftem Übergewicht und Adipositas eingesetzt.



Foto: fusssergei - stock.adobe.com

„**Ich halte die neuen Wirkstoffe aufgrund ihrer weiteren vielfältigen Zusatzwirkungen für eine der größten Entdeckungen in der Medizin in den vergangenen zehn Jahren.**“

Univ.-Prof. Dr. Siegfried Meryn, Medizinische Universität Wien



Foto: lukas-beck

Gefährliches Übergewicht mit all seinen risikoreichen Folgeleiden sowie Diabetes sollten behandelt werden, aber nur unter ärztlicher Aufsicht!

**Mein  
Medikament**

UMGANG MIT ARZNEIMITTELN  
LEICHT GEMACHT

Bei Menschen mit Diabetes hilft es zusätzlich, den Blutzucker zu senken. Aber auch jene, die nicht unter der Zuckerkrankheit leiden, aber mit schwerem Übergewicht kämpfen, profitieren deutlich. Für sie ist es oft die erste wirklich effektive Möglichkeit, Gewicht zu reduzieren und die Folgekrankheiten von Fettsucht – wie Bluthochdruck, Nierenprobleme, Gelenkprobleme oder Herz-Kreislauf-Erkrankungen – zu vermeiden.

„Aber es ist kein Wun-

dermittel! Es muss seriös eingesetzt werden, begleitet von ärztlicher Expertise“, stellt der Facharzt für Innere Medizin klar. „Wer unter Adipositas leidet, kann durch die Therapie jedoch ein neues Leben beginnen: weniger Medikamente, mehr Beweglichkeit, bessere Lebensqualität.“

## Die Arznei „einfach so“ zuführen?

Keinesfalls! Für Gesund ist es niemals angezeigt, den Wirkstoff zu sich zu nehmen, auch wenn die zahlrei-

Ohne ein umfassendes Programm für gesunden Lebensstil gelingt die Abnahme nicht.



Foto: M.studio - stock.adobe.com

## DAS PASSIERT IM KÖRPER

Semaglutid ahmt ein körpereigenes Hormon namens **GLP-1** nach. Dieses Hormon wird normalerweise nach dem Essen freigesetzt und hilft dann dem Organismus dabei:

- mehr Insulin zu produzieren (senkt den Blutzucker)
- die Magenentleerung zu verlangsamen (Zucker gelangt langsamer ins Blut),
- das Hungergefühl zu reduzieren und das Sättigungsgefühl zu steigern

## WEITERE WIRKSTOFFE DER ABNEHMSPRITZEN

- **Tirzepatid:** Kombiniert die Wirkung von GLP-1 und GIP (Glucoseabhängiges insulinotropes Peptid) und führt zu stärkerer Blutzuckersenkung und noch ausgeprägterem Sättigungsgefühl.
- **Liraglutid:** Ähnlich wie Semaglutid, aber mit täglicher Anwendung statt wöchentlicher.

chen positiven Auswirkungen auf den Körper dazu verlocken würden: „Semaglutid ist kein Lifestyle-Produkt, sondern ein hochwirksames Arzneimittel und gehört in ärztliche Hand! Gesunde Normalgewichtige sollten es nicht nehmen. Medikamente sind keine Schlankheits-Kosmetik – hier überwiegen die Risiken klar den Nutzen.“

Wirkstoffe wie Semaglutid stellen Unterstützung für jene Menschen dar, die an krankhaftem

Übergewicht leiden – aber es ersetzt nicht Bewegung, ausgewogene Ernährung und einen gesunden Lebensstil, wie der Experte betont.

Essenziell ist ein Gesamtkonzept für die betroffenen Patienten, bestehend aus medizinischer Betreuung, Ernährungsberatung, Bewegungstherapie und mentaler Unterstützung. Nur so wird der Jo-Jo Effekt vermieden und der Erfolg bleibt dauerhaft.

Dr. Eva Greil-Schähs