



Soziale Unterschiede des Körpergewichts und Einflüsse auf die Mortalität

Thomas Klein

Auszug aus dem Jahresbericht
„Marsilius-Kolleg 2010/2011“



Die Verbreitung von Übergewicht hat in den letzten Jahrzehnten stark zugenommen. Die WHO spricht gar von einer globalen Epidemie und von dem am schnellsten wachsenden Gesundheitsproblem in den Industrienationen. Denn Übergewicht ist ein zentraler Risikofaktor für zahlreiche Krankheiten, und das Körpergewicht ist insofern auch ein (vorklinischer) Gesundheitsparameter. Gleichzeitig ist das Körpergewicht Ausdruck des gesundheitsrelevanten Lebensstils. Dies begründet ein besonderes Interesse an der Analyse des Körpergewichts, denn es ist – anders als andere Gesundheitsparameter – durch individuelles Verhalten (Ernährungsverhalten und körperliche Aktivität) stark beeinflussbar. Im Rahmen meiner Förderung durch das Marsilius-Kolleg habe ich als Marsilius-Fellow begonnen, soziale Unterschiede des Körpergewichts und dessen Einflüsse auf die Mortalität zu untersuchen.

Soziale Unterschiede des Körpergewichts und Einflüsse auf die Mortalität

Thomas Klein

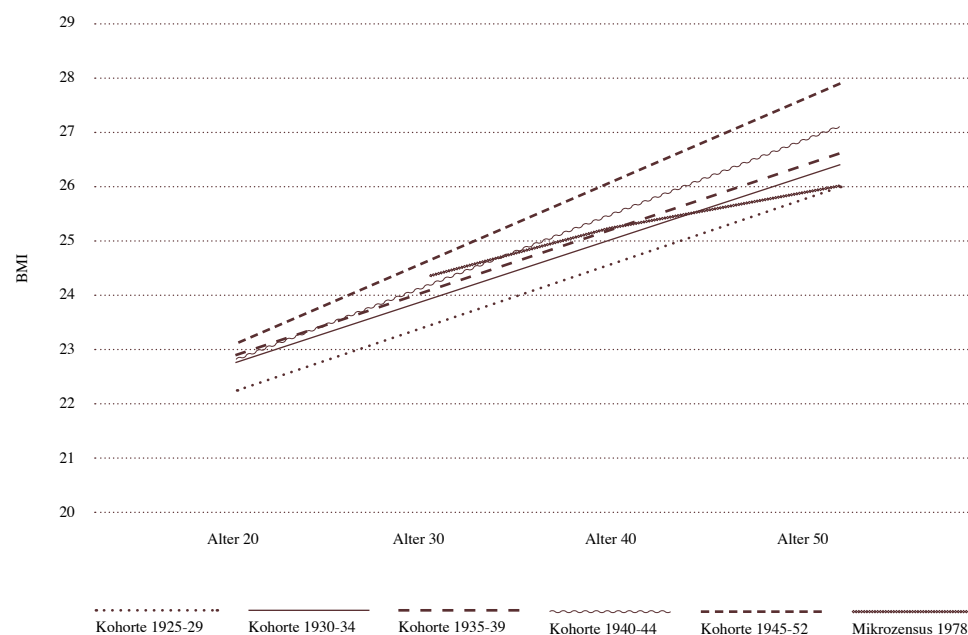
Der BMI zur Messung des Körpergewichts

Eine gebräuchliche Kennzahl für die Einschätzung des Körpergewichts in Relation zur Körpergröße und für die Definition von Über- und Untergewicht ist der sogenannte Body Mass Index (BMI): das Körpergewicht (in Kilogramm) dividiert durch die quadrierte Körpergröße (in Meter). Das Gros der Bevölkerung hat einen BMI-Wert zwischen 20 und 30. Jedoch haben BMI-Werte über 30 deutlich zugenommen. Etwa 15 % der erwachsenen Bevölkerung hat inzwischen in Deutschland einen BMI-Wert von 30 oder darüber und gelten nach einer WHO-Klassifikation als stark übergewichtig. Gleichzeitig ist aber auch Untergewicht zunehmend verbreitet.

Alters- und generationsbezogene Unterschiede des Körpergewichts

Wohlbekannt sind die Altersunterschiede des BMI. Zumindest bis in einen Altersbereich zwischen 60 und 75 Jahren gilt: Je höher das Alter, umso höher ist durchschnittlich der BMI und umso weiter ist Übergewicht verbreitet. Im Unterschied zu diesen Altersunterschieden des BMI hat in Deutschland die Frage nach Generations- bzw. Kohortenunterschieden noch kaum eine Rolle gespielt. Eine während meiner Zeit als Marsilius-Fellow durchgeführte Analyse zeigt, dass die

langfristige Gewichtszunahme der Bevölkerung in Deutschland auch durch Kohortenunterschiede geprägt ist (vgl. hierzu und im Folgenden Klein und Rapp 2011). Nachfolgende Geburtsjahrgänge haben in jedem Lebensalter tendenziell ein höheres Durchschnittsgewicht als vorangegangene Jahrgänge. Besonders ausgeprägt ist dies bei Männern der Fall. Das zeigt Abbildung 1. Wie aus der Abbildung ersichtlich, steigt der BMI mit zunehmendem Alter stark an. Die Abbildung zeigt jedoch, dass der BMI auch in der Generationenfolge kontinuierlich angestiegen ist: Die ältesten hier analysierten Geburtsjahrgänge der 1925 bis 1929 Geborenen weisen in jedem Alter die niedrigsten BMI-Werte auf und die jüngsten Jahrgänge der 1945 bis 1952 Geborenen in jedem Alter die höchsten.



Quelle: ESTHER-Studie, eigene Berechnung; Mikrozensus 1978, Berechnung durch das Statistische Bundesamt, Wiesbaden 2010 (vgl. Klein und Rapp 2011).

Abb. 1: Alters- und kohortenbezogene Unterschiede des durchschnittlichen BMI bei Männern

Diese Generationsunterschiede hängen möglicherweise mit einer unterschiedlichen Prägung der Ernährungs- und Bewegungsgewohnheiten in der Jugend zusammen.

Eine weitere Erkenntnis aus Abbildung 1 ist auch die Folgende: Die in der Abbildung dargestellten Altersunterschiede des BMI repräsentieren den tatsächlichen Altersanstieg des BMI im Lebenslauf, und werden nicht, wie dies in der sonst üblichen Querschnittsbetrachtung der Fall ist, von Kohortenunterschieden überlagert. Eine in der Abbildung ebenfalls dargestellte Querschnittskurve aus dem Jahr 1978 suggeriert nämlich einen deutlich geringeren Altersanstieg des BMI als er in der Kohortenbetrachtung zum Ausdruck kommt. Diese Unterschätzung beruht darauf, dass in der Querschnittsbetrachtung ein höheres Alter mit einem älteren Geburtsjahrgang einhergeht: Beispielsweise werden die 50-Jährigen des älteren Geburtsjahrgangs mit den 40-Jährigen des 10 Jahre jüngeren Geburtsjahrgangs verglichen. Dabei sind zwar die 40-Jährigen wegen ihres niedrigeren Alters leichter als die 50-Jährigen, der Gewichtsunterschied wird aber dadurch reduziert, dass die 40-Jährigen einer Generation angehören, die zeitlich schwerer ist. Die Kohortenunterschiede bedeuten also, dass der mit zunehmendem Alter einhergehende Anstieg des Durchschnittsgewichts auf Basis der bisher vorliegenden Querschnittstudien deutlich unterschätzt wurde.

Weitere, hier nicht abgebildete Ergebnisse weisen allerdings nach, dass auch Untergewicht zunehmende Verbreitung gefunden hat und dass somit eine zunehmende Polarisierung des Körpergewichts in der Bevölkerung stattfindet.

Partnerschaft und Körpergewicht

Zu den bekannten sozialen Unterschieden des BMI zählen vor allem die Schichtunterschiede, nach denen niedrigere Sozialschichten gewöhnlich einen höheren BMI aufweisen als mittlere und höhere Schichten.

Demgegenüber sind die Gewichtsunterschiede, die mit dem Partnerschaftsstatus einhergehen, noch weniger untersucht. Die Ergebnisse aus früheren Untersuchungen zum Gewichtsunterschied zwischen Menschen mit und ohne Partner sind uneinheitlich. Vergleicht man nicht diejenigen mit und ohne Partner, sondern betrachtet man die individuellen Gewichtsveränderungen, die im

Lebenslauf mit Veränderungen des Partnerschaftsstatus einhergehen, ist hingegen der Beginn einer Partnerschaft mit Gewichtszunahme verbunden, und eine Beendigung geht mit Gewichtsabnahme einher.

Die Erklärungsmechanismen, die für diese Gewichtsveränderungen bei Beginn und Ende einer Partnerschaft verantwortlich sind, waren bislang kaum identifiziert. Während bisher gemeinsame Mahlzeiten, ein passiver(er) Lebensstil und ähnliches für die Gewichtszunahme in einer Partnerschaft verantwortlich gemacht wurden, zeigt eine von mir als Marsilius-Fellow durchgeführte Analyse, dass der Gewichtsunterschied zwischen Personen mit und ohne Partner je nach der Konkurrenz auf dem Partnermarkt variiert (vgl. hierzu und im Folgenden Klein 2011): Je größer der Konkurrenzdruck auf dem Partnermarkt, umso stärker achten Partnerlose auf ihr Gewicht und umso stärker ist demzufolge ihre Gewichtszunahme nach dem Beginn einer Partnerschaft. Die Gewichtszunahme nach Beginn einer Partnerschaft ist also mit der verringerten Orientierung des Körpergewichts an Kriterien des Partnermarkts und der Partnersuche zu erklären. Damit verbunden ist eine Neubewertung anderer Faktoren, denn regelmäßige Mahlzeiten und andere Auswirkungen des partnerschaftlichen Zusammenlebens sind offenbar keineswegs so negativ zu bewerten wie empirische Studien bislang möglicherweise nahe gelegt haben.

Die Selektion auf dem Partnermarkt nach physischer Attraktivität und Körpergewicht macht auch verständlich, warum zwischen Menschen mit und ohne Partner kein Gewichtsunterschied sichtbar ist. Denn beide Effekte – eine Gewichtszunahme nach dem Beginn einer Partnerschaft und das zuvor niedrigere Gewicht und das seltenere Übergewicht derer, die bei der Partnersuche erfolgreich waren – wirken einander entgegen, was dazu beiträgt, dass, wie geschildert, die Gewichtsunterschiede in Bezug auf den Partnerschaftsstatus gering und eher uneinheitlich ausfallen.

Eine in der bisherigen Forschung vernachlässigte Frage war auch, inwieweit die oft augenscheinliche BMI-Ähnlichkeit von Partnern auf Anpassung der Partner aneinander und/oder auf entsprechende Partnerwahl zurückgeht. Die Antwort sieht so aus: Die BMI-Ähnlichkeit beruht interessanterweise nur auf der Partnerwahl, während eine Angleichung der Lebensumstände und des Lebensstils nicht an einer im Verlauf der Partnerschaft zunehmenden BMI-Ähnlichkeit abzulesen ist.

Einflüsse des Körpergewichts auf die Mortalität

Weitere, noch nicht abgeschlossene und noch nicht publizierte Untersuchungen bestätigen, dass sich das Körpergewicht nachhaltig auf die Mortalitätsrate auswirkt. Dabei erweist sich nicht nur Über-, sondern auch Untergewicht als problematisch.

Publikationen im Projektjahr

- Klein, T. (2011): „Durch Dick und Dünn.“ *Ergebnisse des Partnermarktsurvey zum Einfluss von Partnerschaft und Partnermarkt auf das Körpergewicht*. In: Kölner Zeitschrift für Soziologie und Sozialpsychologie 63, 2011, S. 459-479.
- Klein, T. / Rapp, I. (2011): Alters- und kohortenbezogene Unterschiede des Körpergewichts. In: Das Gesundheitswesen; <http://www.thieme-connect.de/ejournals/toc/gesu/efirst>.

