

Achim Peters

Mythos Übergewicht

Warum Dicke länger leben

Auch in der Medizin ist nicht alles auf höchstem wissenschaftlichen Niveau exakt nachgewiesen, viele plausibel erscheinende Zusammenhänge basieren auf Ideologie und Wunschdenken. So z.B. dass Dicke dick sind, weil sie zu viel essen und sich zu wenig bewegen. Wären sie nicht so faul, unbeherrscht und undiszipliniert, müssten sie doch eine Diät schaffen. Schon Udo Pollmer warnte vor jeder Art von Diät, wies nach dass keine der 10.000 (!) Diäten was nützt, nur schadet. Neuerdings mussten großangelegte Diätversuche abgebrochen werden, weil die schädlichen Nebenwirkungen beträchtlich waren. Und umgekehrt: auch zunehmen geht nicht so einfach: Häftlingen wurden die Freilassung versprochen, wenn sie 20 kg zunehmen. Auch das schaffte langfristig kaum jemand.

Und: es gibt keinen einzigen sauberen Beweis, dass Dicke, die abnehmen, deswegen länger leben. Im Gegenteil: jene die sich dem Magen verkürzen ließen, starben 700% häufiger als Selbstmord

Achim Peters, Univ.-Prof. und Leiter einer hochkarätigen Forschungsgruppe zum Thema „Selfish Brain“ hat nun den Beweis warum dies so ist. Dick wird man nicht weil man zu viel isst, sondern weil man unter schädlichem psychosozialen Dauerstress steht. Dabei gibt es zwei Stresstypen, den A- und B- Typ, zu welchem man gehört ist wahrscheinlich vererbt. A- Typen regen sich immer gleich auf, sind schlank und haben ein erhöhtes Herzinfarkt- und Schlaganfallrisiko. B-Typen haben sich an den Stress gewöhnt, zahlen diesen Schutzmechanismus aber mit einer Fettschicht. Sie leben länger und wenn sie erkranken, haben sie bessere Überlebenschancen.

Peters zeigt auch auf, dass die Diskriminierung der Dicken ein Ausmaß erreicht hat, dass an die Rassendiskriminierung erinnert. Stress ist bei Peters auch Armut, Arbeitslosigkeit, Einsamkeit, Ausgrenzung.

Um auf die genauen Mechanismen zu verweisen, müsste man sich mit seiner, bereits vor 10 Jahren entdeckten Selfish-Brain Theorie auseinandersetzen.

Diese beiden Bücher zusammen sind hervorragend zum Verständnis des Stoffwechsels aus heutiger wissenschaftlicher Sicht.