

„Du hast so ein schönes Gesicht – wenn du nur nicht so dick wärst, hörte ich oft“

Marion Rung-Friebe, 62, war jahrzehntelang übergewichtig – auch wenn man es ihr nach einer OP nicht mehr ansieht. Sie kennt schmerzhaft Sprüche aus eigener Erfahrung

Foto: W&B/Lena Giovanazzi

Die **ignorierte** Epidemie

Adipositas Mehr als 13 Millionen Erwachsene in Deutschland sind stark übergewichtig. Oft finden sie nicht oder erst spät die nötige Hilfe. Politik und Industrie sind gefordert, doch es passiert zu wenig, um der Entwicklung entgegenzuwirken

Wenn Marion Rung-Friebe ein erstes Gespräch mit Ratsuchenden führt, blickt sie oft in überraschte Gesichter. Etwa wenn sie klar sagt: „Sie sind nicht schuld.“ Nicht schuld daran, dass die Waage von Jahr zu Jahr mehr Kilos zeigt, trotz Crash-Diäten und zahlloser Versuche, gesund und kalorienarm zu essen. Nicht schuld daran, immer wieder gescheitert zu sein. „Sie haben nicht versagt. Sie haben eine chronische Erkrankung“, sagt sie dann. Und nicht selten fließen erst mal Tränen.

Marion Rung-Friebe ist zweite Vorsitzende im Adipositas-Verband Deutschland und bietet Selbsthilfegruppen für Menschen mit Adipositas an. So lautet der Fachbegriff, wenn erhöhtes Körpergewicht zur Krankheit wird. Ab einem Body-Mass-Index (BMI) von 30 zählt man zu den Betroffenen. Der BMI wird dabei mit einer einfachen Formel berechnet: Gewicht (in Kilogramm) geteilt

durch Körpergröße (in Metern)². Bei einer Person von 1,70 Metern wäre dies zum Beispiel ab 87 Kilogramm der Fall. Inzwischen sind in Deutschland knapp 20 Prozent der Erwachsenen an Adipositas erkrankt, etwa doppelt so viele wie noch in den 1990er-Jahren. Fachleute sprechen bereits von einer Epidemie. Die Kosten für die Gesellschaft sind enorm: Laut Universität Hamburg belaufen sich diese in Deutschland auf etwa 63 Milliarden Euro pro Jahr. Die Berechnung wurde 2016 veröffentlicht, heute wäre die Zahl wohl deutlich höher. Kosten verursacht Adipositas vor allem durch damit einhergehende Erkrankungen wie Diabetes, Herz-Kreislauf-Probleme und Krebs. Zudem leiden viele Betroffene stark unter ihrer Erkrankung, körperlich und seelisch.

Das Gefühl, falsch zu sein. Das ist das Erste, woran sich Marion Rung-Friebe erinnert, wenn man sie nach ihrer eigenen Geschichte fragt. „Ich war sieben Jahre alt, viel →