



**Fallbeispiel:** gesunde Gewichtsreduzierung  
**Fachgebiet:** Ernährungsmedizin

## 1 Patientendaten



Alter: 57 Jahre  
 Geschlecht: männlich  
 Größe: 1,54 m

Anfangsgewicht: 99,25 kg  
 Anfangs-BMI: 41,80 kg/m<sup>2</sup>  
 Endgewicht: 67,85 kg  
 End-BMI: 28,60 kg/m<sup>2</sup>

## 2 Anamnese/Diagnose

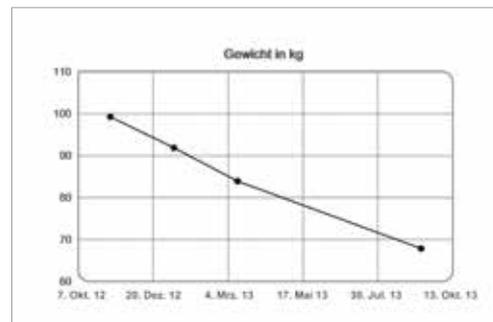
Ein 57-jähriger Mann mit Diabetes mellitus Typ 2 und dem metabolischen Syndrom kam mit dem Ziel der Gewichtsreduktion aus gesundheitlichen Gründen zur Ernährungsberatung. Neben Metformin zur Regulierung des Blutzuckerspiegels musste der Patient zu diesem Zeitpunkt Vocado und Bisoprolol zur Senkung des Blutdruckes sowie die Schmerzmittel Katadolon und Ibuprofen nach einem Bandscheibenvorfall einnehmen. Die Ernährung wurde auf eine kalorienreduzierte Mischkosternährung umgestellt und mit einer vermehrten Alltagsaktivität durch den Wiedereinstieg in den Beruf nach längerer Krankheit (Bandscheibenvorfall) verbunden.

## 3 Verlauf der Messergebnisse

### Gewichtsverlauf

Das Gewicht wurde innerhalb eines knappen Jahres um 31,00 kg reduziert. Die Gewichtsabnahme erfolgte kontinuierlich.

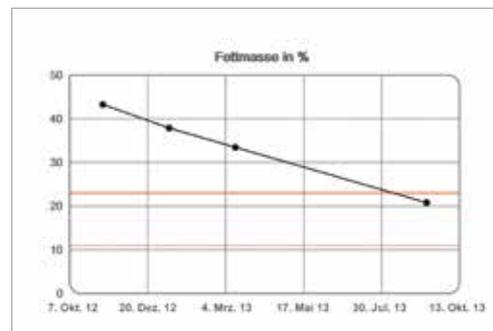
- 7. November 2012: 99,25 kg
- 9. Januar 2013: 91,85 kg
- 13. März 2013: 83,90 kg
- 11. September 2013: 67,85 kg



### Fettmasse

Die prozentuale Fettmasse wurde über den gesamten Zeitraum kontinuierlich abgebaut. Der finale Messpunkt befindet sich im Normalbereich.

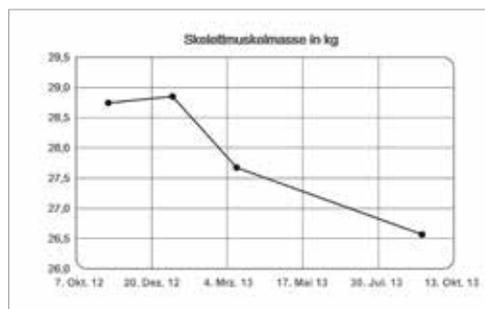
- 7. November 2012: 43,00 %
- 9. Januar 2013: 38,00 %
- 13. März 2013: 33,00 %
- 11. September 2013: 21,00 %



### Skelettmuskelmasse

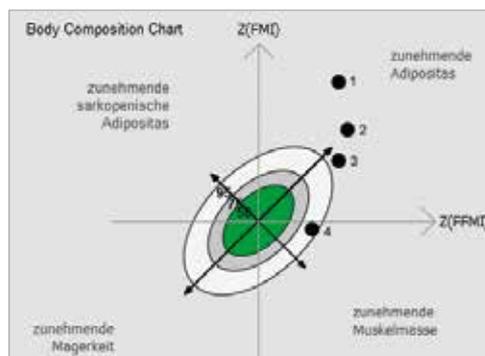
Auch die Skelettmuskelmasse nimmt über den Gesamtzeitraum ab, jedoch werden im Vergleich zur Fettmasse nur knapp 3,00 kg der Skelettmuskelmasse abgebaut. Bei einem Gesamtgewichtsverlust von 31,20 kg kann dies jedoch nahezu vernachlässigt werden.

- 7. November 2012: 28,75 kg
- 9. Januar 2013: 28,85 kg
- 13. März 2013: 27,70 kg
- 11. September 2013: 26,60 kg



### Body Composition Chart (BCC)

Die Reduktion der Fettmasse ist auch im BCC gut zu erkennen. Der Patient startet weit außerhalb des Normalbereiches im Bereich der Adipositas. Die Messpunkte bewegen sich mit der Zeit in den Bereich der hohen Muskelmasse. Die fettfreie Masse (Skelettmuskelmasse, Gesamtkörperwasser) verringert sich kaum, sie konnte nahezu erhalten werden.



## 4 Fazit

Durch die Reduktion des Gewichtes konnte die Gabe von Medikamenten reduziert, die metabolische Stoffwechsellage verbessert und somit das Therapieziel erreicht werden.

Die Messung der Körperzusammensetzung mit dem seca mBCA unterstreicht den positiven Verlauf der Therapie. Besonders deutlich wird die positive Gewichtsreduktion im Body Composition Chart (BCC). Der Patient hat innerhalb eines knappen Jahres 31,00 kg abgenommen. Diese Gewichtsabnahme ging mit einem verhältnismäßig geringen Verlust (2,80 kg) der Skelettmuskelmasse und einer starken Reduktion der relativen Fettmasse (22 %) einher. Auf Grund des geringen Verlustes der Skelettmuskelmasse und der starken Abnahme in der Fettmasse kann hier von einem gesunden Abnehmen gesprochen werden.

**Der Patient konnte durch die gesunde Gewichtsreduktion im Bereich der Fettmasse, welche mit dem seca mBCA beurteilt werden kann, seine metabolische Stoffwechsellage verbessern.**

seca | mBCA



Scannen Sie diesen Code mit Ihrem Handy oder besuchen uns auf unserer Webseite: [mbca.seca.com](http://mbca.seca.com)