

Forschung zeigt: Die "Pille" steht zu Unrecht im Ruf,
das Körpergewicht zu erhöhen

IQWiG ermuntert Frauen, informierte Entscheidungen über Verhütungsmittel und Gewichtskontrolle zu treffen / Manche Methoden zum Abnehmen sind gesundheitsschädlich

Köln, den 30. Oktober 2008. Dass man wegen der Antibabypille zunimmt, ist nicht wissenschaftlich belegt. Viele Frauen entscheiden sich gegen die "Pille" als Verhütungsmittel, weil zu den unerwünschten Wirkungen, die ihr zugeschrieben werden, auch Gewichtszunahme zählt. Sie schränken damit ihre Auswahlmöglichkeiten in Sachen Verhütung ohne guten Grund ein, so das Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG). Jedes Verhütungsmittel hat andere Vor- und Nachteile, die es individuell abzuwägen gilt. Das IQWiG hat die Forschung zu hormonellen Verhütungsmitteln und Gewichtskontrolle geprüft und als allgemeinverständliche Informationen auf seiner Website www.gesundheitsinformation.de (URL: <http://www.gesundheitsinformation.de>) veröffentlicht.

Gewichtszunahme durch die "Pille" nicht nachgewiesen

Hormonelle Präparate und die Spirale zum Einsetzen in die Gebärmutter sind die sichersten langfristig wirkenden Verhütungsmittel. Allerdings berichten manche Frauen, die die "Pille" nehmen, über unerwünschte Wirkungen wie Gewichtszunahme, andere auch über Gewichtsverlust. Laut dem Leiter des IQWiG, Professor Dr. med. Peter Sawicki, weiß man mittlerweile: Viele haben daraus vorschnell geschlossen, die Ursache sei die "Pille".

"Studien, die systematisch untersucht haben, was passiert, wenn Frauen die 'Pille' nehmen, haben keine entscheidende Verbindung zwischen hormoneller Verhütung und Gewichtszunahme nachgewiesen", so Professor Sawicki. "Viele Frauen nehmen an Gewicht zu, wenn sie älter werden, ob sie nun die 'Pille' nehmen oder nicht. Die Auswahl an Verhütungsmöglichkeiten zu begrenzen, wird Frauen nicht helfen, ihr Gewicht unter Kontrolle zu halten."

Ungesunde Methoden zur Gewichtskontrolle

Abzunehmen, kann wichtige gesundheitliche Vorteile haben und auch aus anderen Gründen erwünscht sein. Das IQWiG betont allerdings, dass es gesunde wie auch ungesunde Wege gibt, um Gewicht zu verlieren. So rauchen zum Beispiel viele junge Frauen, um schlank zu bleiben.

"Dass der Appetitzügler Rimonabant vor kurzem aus Sicherheitsgründen vom Markt genommen werden musste, unterstreicht die Probleme, die solche vermeintlich schnellen und bequemen Wege zur Gewichtsabnahme verursachen können. Andere Medikamente zum Abnehmen können Beschwerden im Magen-Darm-Bereich verursachen oder den Blutdruck erhöhen", sagt Professor Sawicki. "Es gibt keine bekannten einfachen Wege zu einer langfristigen, gesundheitsverträglichen Gewichtskontrolle. Dies lässt sich nur durch eine ausgewogene Ernährung und einen aktiven Lebensstil erreichen."

Die IQWiG-Website www.gesundheitsinformation.de (URL: <http://www.gesundheitsinformation.de>) informiert die Bevölkerung allgemeinverständlich und aktuell über medizinische Entwicklungen und Forschungsergebnisse zu wichtigen gesundheitlichen Fragen. Wer über die neuesten Veröffentlichungen der unabhängigen Gesundheits-Website auf dem Laufenden sein möchte, kann den Gesundheitsinformation.de-Newsletter (URL: <http://www.gesundheitsinformation.de/index.29.69.html>) abonnieren.

Kontakt: information@iqwig.de (URL: <http://www.gesundheitsinformation.de/mailto:information@iqwig.de>)

Weiterführende Informationen - die Pille: <http://www.gesundheitsinformation.de/nl.551.453.de.html> (URL: <http://www.gesundheitsinformation.de/nl.551.453.de.html>)

Weiterführende Informationen - Gesundheit und Gewichtsabnahme: <http://www.gesundheitsinformation.de/merkblatt.398.402.de.html> (URL: <http://www.gesundheitsinformation.de/merkblatt.398.402.de.html>)

Glossar

Antibabypille

Die Antibabypille, umgangssprachlich kurz „Pille“ genannt, ist ein Hormonpräparat, das von Frauen zur Verhütung einer Schwangerschaft eingesetzt wird. Es gibt Präparate, die die beiden weiblichen Hormone Östrogen und Gestagen enthalten, und Produkte mit Gestagen allein. Regelmäßig eingenommen verhindert die Antibabypille in der Regel, dass im Eierstock ein Ei heranreift und springt. Außerdem hält sie den Schleimpfropf des Muttermundes dick, so dass beim Geschlechtsverkehr Spermien nur schwer in die Gebärmutter eindringen können. Da die Hormone zudem den Aufbau der Gebärmutter Schleimhaut hemmen, kann sich selbst in dem unwahrscheinlichen Fall einer Befruchtung kein Ei in der Gebärmutter einnisten.

Quellen

Das Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG)

Dem Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG) obliegt von Gesetzes wegen die wissenschaftliche Bewertung des Nutzens, der Qualität und der Wirtschaftlichkeit von medizinischen Leistungen. Dazu gehören auch die Nutzenbewertung von Arzneimitteln sowie die Herausgabe von Gesundheitsinformationen für Bürger und Patienten.

Wissenschaftliche Basis dieser Gesundheitsinformation

Unsere Informationen basieren primär auf so genannten systematischen Übersichten. Um ein objektives Bild über eine medizinische Maßnahme zu erhalten, ist eine systematische Übersicht notwendig. Hierzu werden zunächst die relevanten Fragestellungen formuliert. Zu diesen Fragen werden Forscher dann alle Studien zu diesem Thema suchen und auswerten.

Eine Liste der berücksichtigten wissenschaftlichen Literatur dieser Gesundheitsinformation finden Sie unter www.gesundheitsinformation.de.

Hinweis für die Nutzer:

Diese Gesundheitsinformationen wurden vom Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG) erstellt und veröffentlicht. Sie basieren auf der Bewertung der zum Zeitpunkt der Erstellung verfügbaren wissenschaftlichen Literatur und anderer Informationsquellen.

Gesundheitsinformationen des IQWiG werden ausschließlich für Patienten in Deutschland zur Verfügung gestellt. Die Informationen sollten nicht für die Erstellung eigenständiger Diagnosen verwendet werden, da sie eine Beratung zwischen Ärztin/Arzt und Patientin/Patient nicht ersetzen können und nicht ersetzen sollen.