

## Risikofaktor Adipositas

### Arbeitsauftrag:

#### Einzelarbeit

1. Informieren Sie sich über die Ursachen und Auswirkungen folgender Krankheiten.
2. Mit welchen gesundheitlichen Risiken ist diese Krankheit verbunden?

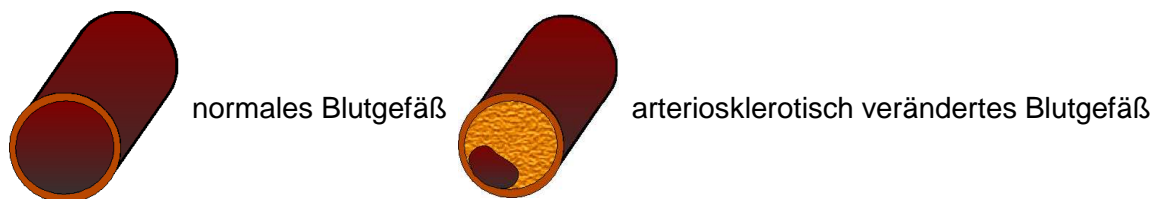
#### Gruppenarbeit

1. Informieren Sie sich gegenseitig über die Krankheiten und entwickeln Sie gemeinsam zu jeder Krankheit eine kurze Beschreibung, die sie in Ihrem Heft unter der Überschrift „Risikofaktor Adipositas“ notieren.
2. Diskutieren Sie gemeinsam einerseits den Zusammenhang zwischen diesen Krankheitsbildern und andererseits ihre Bedeutung im Zusammenhang mit Adipositas.
3. Stellen Sie die Zusammenhänge in Ihrem Heft grafisch dar.

### Hohe Blutfettwerte (Hyperlipidämie):

Es gibt viele Erkrankungen, die zur Erhöhung der Blutfettwerte führen. Die Erkrankungen können angeboren sein. Sehr häufig kommen erhöhte Blutfettwerte jedoch im Zusammenhang mit Übergewicht und Mangel an Bewegung vor.

Am Anfang verspürt man bei erhöhten Blutfettwerten keine gesundheitlichen Beschwerden. Nach einiger Zeit kann es jedoch zu Schäden an den Blutgefäßen kommen. Fettpartikel, Cholesterin und andere Substanzen lagern sich an der Wand der Blutgefäße ab. Die abgelagerten Substanzen verändern die Wand der Blutgefäße und lassen sie starrer und poröser werden. Außerdem verengen sich die Blutgefäße durch die Ablagerungen. Ein solch verändertes und verengtes Blutgefäß nennt man „arteriosklerotisch verändertes Blutgefäß“.



Durch ein arteriosklerotisch verändertes Blutgefäß kann das Blut nicht mehr ungehindert durchfließen. Dadurch kommt es zu Durchblutungsstörungen. Ein völliger Verschluss der Gefäße führt zu Herzinfarkt oder Schlaganfall.

## Risikofaktor Adipositas

### Arbeitsauftrag:

#### Einzelarbeit

1. Informieren Sie sich über die Ursachen und Auswirkungen folgender Krankheiten.
2. Mit welchen gesundheitlichen Risiken ist diese Krankheit verbunden?

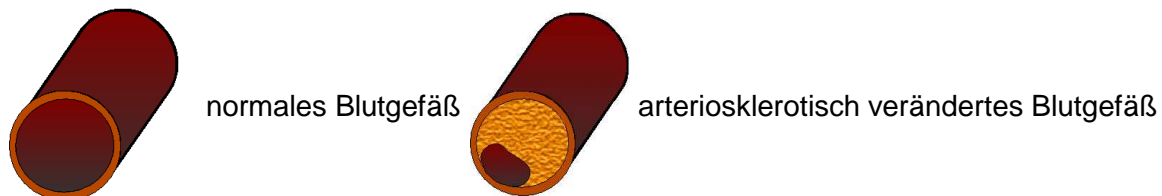
#### Gruppenarbeit

1. Informieren Sie sich gegenseitig über die Krankheiten und entwickeln Sie gemeinsam zu jeder Krankheit eine kurze Beschreibung, die sie in Ihrem Heft unter der Überschrift „Risikofaktor Adipositas“ notieren.
2. Diskutieren Sie gemeinsam einerseits den Zusammenhang zwischen diesen Krankheitsbildern und andererseits ihre Bedeutung im Zusammenhang mit Adipositas.
3. Stellen Sie die Zusammenhänge in Ihrem Heft grafisch dar.

## Diabetes

Bei Übergewichtigen befindet sich ständig ein Überangebot an Nährstoffen im Blut. Um das Überangebot an Nährstoffen in den Griff zu bekommen, verändert die Muskelzelle ihren Stoffwechsel: Es kommt zu einer Insulinresistenz (Diabetes-Typ-2). Das bedeutet, dass die Zellen nicht mehr ausreichend auf Insulin reagieren. Insulin ist ein Hormon, das Glucose (Traubenzucker) – der Hauptnährstoff der Körperzellen- in die Zellen schleust. Reagiert die Zelle nicht mehr ausreichend auf Insulin kann die Glucose nicht in die Zellen geschleust werden, was zu einem ständig hohen Blutzuckerspiegel führt.

Als Folge des zu hohen Blutzuckerspiegels verengen sich die Blutgefäße und entsprechen somit den „arteriosklerotisch veränderten Blutgefäßen“.



Durch ein arteriosklerotisch verändertes Blutgefäß kann das Blut nicht mehr ungehindert durchfließen. Dadurch kommt es zu Durchblutungsstörungen. Ein völliger Verschluss der Gefäße führt zu Herzinfarkt oder Schlaganfall.

## Risikofaktor Adipositas

### Arbeitsauftrag:

#### Einzelarbeit

1. Informieren Sie sich über die Ursachen und Auswirkungen folgender Krankheiten.
2. Mit welchen gesundheitlichen Risiken ist diese Krankheit verbunden?

#### Gruppenarbeit

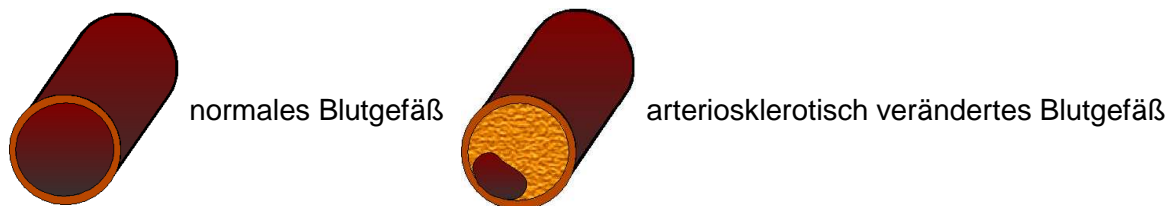
1. Informieren Sie sich gegenseitig über die Krankheiten und entwickeln Sie gemeinsam zu jeder Krankheit eine kurze Beschreibung, die sie in Ihrem Heft unter der Überschrift „Risikofaktor Adipositas“ notieren.
2. Diskutieren Sie gemeinsam einerseits den Zusammenhang zwischen diesen Krankheitsbildern und andererseits ihre Bedeutung im Zusammenhang mit Adipositas.
3. Stellen Sie die Zusammenhänge in Ihrem Heft grafisch dar.

### Bluthochdruck

Übergewicht führt zu Bluthochdruck. Übergewichtige besitzen eine größere Blutmenge als Normalgewichtige, dadurch muss das Herz stärker schlagen um das Blut in Bewegung zu halten. Folge: erhöhter Blutdruck.

Der erhöhte Druck belastet die Blutgefäßwände. Besteht über einen längeren Zeitraum ein erhöhter Blutdruck verändern sich die Gefäßwände. Fett- und Kalkpartikel lagern sich an den Blutgefäßwänden ab.

Die abgelagerten Substanzen lassen die Gefäßwände starrer und poröser werden. In Folge der abnehmenden Elastizität können sich die Blutgefäße nicht mehr durch Eng- oder Weitstellen den normalen Schwankungen des Blutflusses anpassen: der Blutdruck steigt noch weiter. Außerdem verengen sich die Blutgefäße durch die Ablagerungen. Ein solch verändertes und verengtes Blutgefäß nennt man „arteriosklerotisch verändertes Blutgefäß“.



Durch ein arteriosklerotisch verändertes Blutgefäß kann das Blut nicht mehr ungehindert durchfließen. Dadurch kommt es zu Durchblutungsstörungen. ein völliger Verschluss der Gefäße führt zu Herzinfarkt oder Schlaganfall.