

Übergewicht – Ergebnis neuraler Trampelpfade

Der Gesundheitsreport 2012 der AOK belegt, was der Gladbacher Ernährungsmediziner Dr. Dietmar Katholnigg seit vielen Jahren in seiner Praxis beobachtet: Immer mehr Menschen sind fettleibig – und zu dieser Gruppe zählen immer mehr Junge.

von Angela pontzen

Die Zahlen der AOK besagen, dass 14,9 Prozent ihrer Gladbacher Versicherten fettleibig sind. Adipositas ist eine ernstzunehmende Gefahr für die Gesundheit. Spezialisten sind gefragt. Dietmar Katholnigg ist ein solcher Spezialist. Er hat sich vor zwölf Jahren mit einer eigenen Praxis in Mönchengladbach niedergelassen, seitdem beschäftigt er sich mit dem Zusammenhang von Ernährung und Medizin. Nach dem Medizinstudium in Bonn und Stationen in verschiedenen Krankenhäusern als Assistenz- und Facharzt für Innere Medizin reichte ihm die Ausbildung nicht mehr. „Mir fehlte etwas, mir blieb der Mensch auf der Strecke, und das wollte ich ändern.“ So ergänzt Katholnigg seine Ausbildung, wird Arzt für Naturheilverfahren. Von 2008 bis 2009 schließt sich das Studium der Ernährungsmedizin an. Er ist einer von sehr wenigen Fachärzten mit dieser Bezeichnung in der Stadt. Sein ernährungsmedizinisches Konzept ist von den Krankenkassen zertifiziert.

Ernährungsmedizin greife, wo andere Ärzte medizinisch nicht mehr helfen könnten. Als Beispiel nennt Katholnigg den Patienten, der mit Rückenschmerzen zum Orthopäden geht und die Therapieempfehlung erhält, er müsse abnehmen. Aber wie? Die Ernährungsmedizin sieht den Patienten medizinisch ganzheitlich. „Ernährungsmedizin ist die Medizin, die durch Ernährungs- bzw. Verhaltensumstellung dem erkrankten Patienten dient bzw. Prävention vor gesundheitlichen Störungen ist“, definiert Katholnigg. Der Unterschied zum Ernährungsberater liege in der medizinischen Beurteilungsmöglichkeit der Ursachen. „Ich muss eine Schilddrüsenüber- oder -unterfunktion oder eine Cortisolstörung (Nebennierenhormon) ausschließen können und die Medikamenteneinnahme berücksichtigen, um eine erfolgreiche Therapie anzuschließen.“ Die Diagnose Diabetes Typ II müsse er bei Übergewicht leider immer öfter stellen, schon bei 25-Jährigen.

Dietmar Katholnigg legt seine Therapie als multikomplexe Verhaltenstherapie an, denn Essgewohnheiten sind Verhaltensmuster, die sich im Gehirn als „ausgetretene neuronale Trampelpfade“ über Jahrzehnte verankert haben. Diese umzupolen könne bis zu zwei Jahre dauern. Deswegen bezieht er das persönliche Umfeld mit in die Therapie ein. Mit Aufklärungseinheiten, die er in Grundschulen präsentiert, möchte er früh ein Bewusstsein für gute Ernährung schaffen. „Denn gute Ernährung ist nicht teuer, sie versorgt den Körper länger mit lebenswichtigen Stoffen und macht deswegen satt“, informiert Dr. Katholnigg.



20121115 | **Eingangszeit:** 031000 | **Zeitung:** RP | **Seite:** 23 | **Nummer:** 266 | **DCID:** 10768196204 | **Ausgabe:** MOEN | **Ressort:** L |