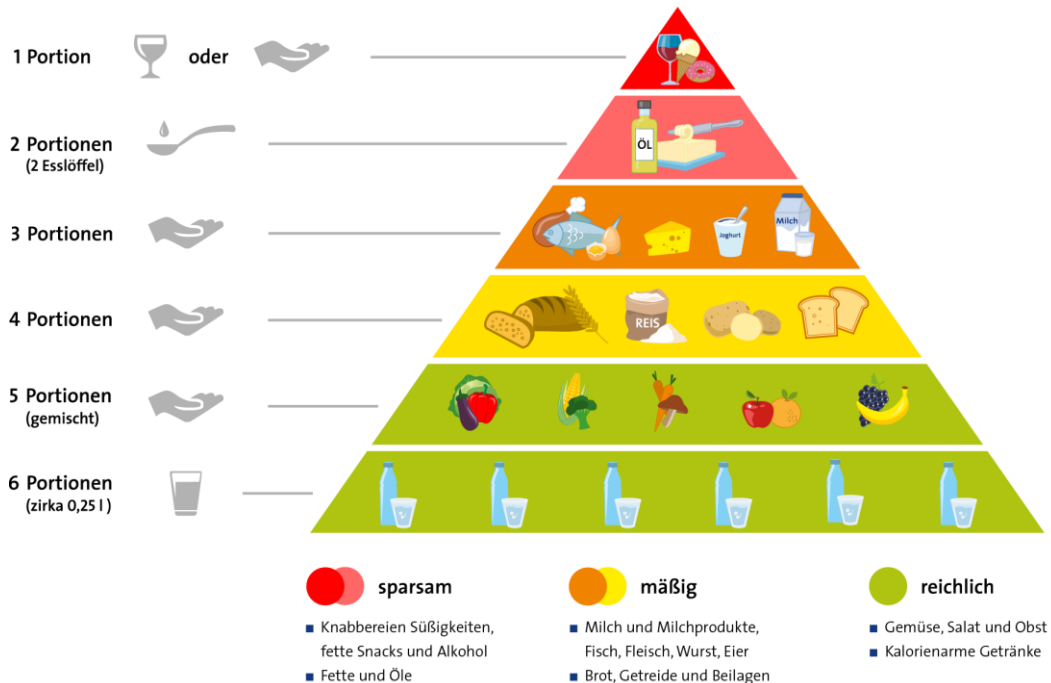




Überernährung

Risiko von Überernährung



<https://www.kkh.de/content/dam/kkh/grafiken/ernaehrungspyramide.png>

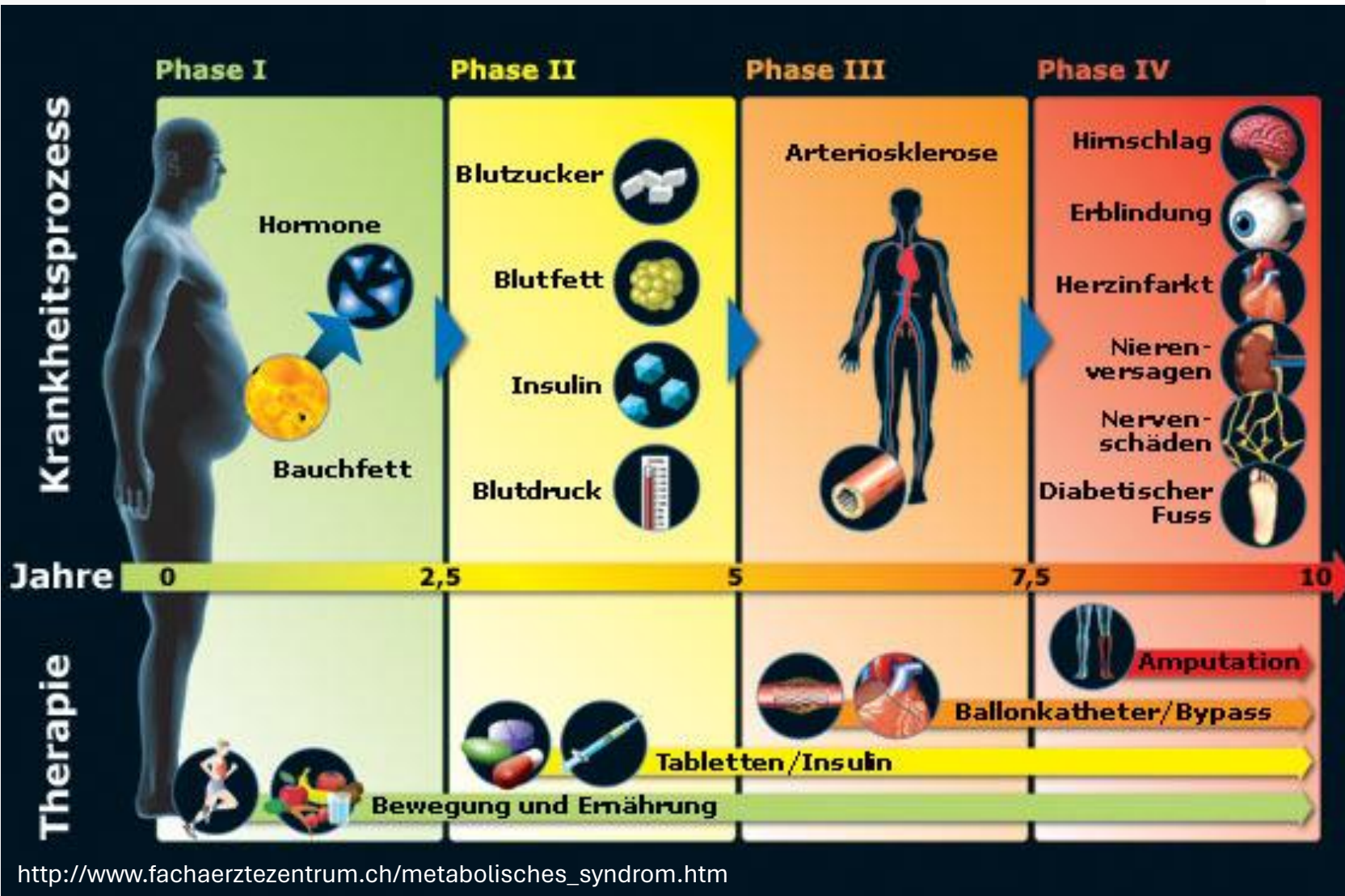


© diabinfo

Quelle: Deutsche Adipositas-Gesellschaft et al.: Interdisziplinäre Leitlinie der Qualität S3 zur „Prävention und Therapie der Adipositas“. Version 2.0. 2014

Metabolisches Syndrom

Phasen und Auswirkungen auf den Körper



Das metabolische Syndrom - die fünf Risikofaktoren

Taillenumfang
 Frauen über 88 Zentimeter
 Männern über 102 Zentimeter

Blutdruck
 über 130 zu 85 mmHg



*Etwa 1 von 5 Deutschen
 leidet unter dem
 metabolischen Syndrom*

Blutzucker
 nüchtern über 100 mg/dl

Triglyzeride
 nüchtern über 150 mg/dl

HDL-Cholesterol
 Frauen unter 40 mg/dl
 Männer unter 50 mg/dl