

# Mit Spritze vom riskanten zum sicheren Konsum?

Kennen Sie auch jemanden, der auf die Abnehmspritze schwört? Das Wundermittel gegen überflüssige Pölsterchen? Ich schaue in den Spiegel und komme ins Grübeln...

**D**ass die Abnehmspritze, ein Semaglutid-Präparat, hilft, einige Kilos loszuwerden, ist vielfach bekannt. Die Spritze scheint aber weit mehr zu können, als nur das Sättigungsgefühl zu regulieren. Ein Blick in die aktuelle Fachliteratur offenbart eine weitere interessante Facette.

Zum Hintergrund: GLP-1 (Glucagon-like Peptide-1) ist ein natürliches Hormon, das die Insulinproduktion anregt, den Blutzuckerspiegel senkt und dem Körper Sättigung signalisiert. Es steuert über das Belohnungszentrum im Gehirn die Gewichtsregulation und auch das Suchtverhalten. GLP-1-Rezeptoragonisten, wie das Semaglutid der Abnehmspritze, ahmen dieses Hormon nach, binden an die gleichen Rezeptoren, wirken aber viel länger. Sie sind zur Therapie von Diabetes Typ 2 wie auch bei hohem Übergewicht (BMI ab 30, also ungefähr 90 kg bei 1,70 Körpergröße) zugelassen.

Erste klinische Daten (Klausen, MK. et al.: Once-weekly semaglutide versus placebo in patients with alcohol use disorder and comorbid obesity, Lancet 2026; 407: 1687-98) weisen nun darauf hin, dass mit Semaglutid nicht nur die Pfunde purzeln, sondern auch das Suchtverhalten positiv beeinflusst werden kann.

Die Studie umfasste 108 Probanden mit starkem Übergewicht und einem diagnostizierten Alkoholproblem. Sie wurde doppelblind und placebokontrolliert durchgeführt; damit wussten weder die Teilnehmer noch das Behandlungsteam, wer das Medikament und wer das wirkungslose Placebo verabreicht bekam. Die eine Hälfte der Teilnehmenden erhielt eine wöchentliche Dosis von 2,4 mg Se-

maglutid per Injektion, die Kontrollgruppe ein Placebo in Form einer Kochsalzlösung. Um die psychologische Komponente zu berücksichtigen, absolvierten beide Gruppen darüber hinaus noch zehn Sitzungen einer kognitiven Verhaltenstherapie.

Nach 26 Wochen sank in der Semaglutidgruppe die Zahl der riskanten Trinktage pro Monat um ca. 41 % (um 7,3 Tage), in der Placebogruppe lediglich um knapp 27 % (minus 4,9 Tage). Darüber hinaus reduzierte sich die konsumierte Alkoholmenge mit der Abnehmspritze drastisch vom riskanten zum moderaten Konsum: von fast 2.300 Gramm pro Monat auf nur noch 750 Gramm. Dies entspricht einer Reduktion von durchschnittlich 77 Gramm pro Tag auf ca. 25 Gramm Alkohol und damit einem moderaten Maß. In der Kontrollgruppe sank der monatliche Konsum von 2.200 Gramm, entsprechend ca. 73 Gramm pro Tag um 1026 Gramm auf 39 Gramm. Die Abnehmspritze führte im Fazit zu einer signifikanten Optimierung der Verhaltenstherapie, die bei Menschen mit Gewichts- und Alkoholproblemen natürlich auch eine Rolle spielt.

Diese Studienergebnisse lassen sich allerdings nicht auf moderate Genusskonsumenten übertragen, da es sich bei den Probanden um übergewichtige Alkoholranke mit meist gestörtem Belohnungssystem handelte.

Ich denke, ich bleibe bei meinem Genießer-Gläschen und begegne den kleinen Pölsterchen einfach mit etwas mehr Sport. ◀

Dr. Claudia  
Hammer

*bleibt lieber beim  
Sport, als zur  
Abnehmspritze zu  
greifen.*



**WINEinMODERATION**

WEIN | BEWUSST | GENIESSEN