



Wie Abnehmspritzen wirken und wer sie bekommt

Mithilfe einer Spritze schnell und nachhaltig abnehmen? Das klingt fast zu gut, um wahr zu sein. Tatsächlich haben Abnehmspritzen ihre Berechtigung und führen bei manchen Menschen zur lang ersehnten Gewichtsreduktion. Dennoch sind sie weder ein Wundermittel noch ein unbedenkliches Lifestyle-Produkt.

Was ist eine Abnehmspritze?

Es handelt sich um einen umgangssprachlichen Begriff für eine Injektion des Medikaments Semaglutid, das beim Abnehmen helfen soll. Semaglutid gibt es schon seit zwölf Jahren; es wurde ursprünglich für die Behandlung von Diabetes entwickelt. Schnell stellte man fest, dass es bei den Patienten als Nebeneffekt zu Gewichtsverlust führte. Ozempic und Wegovy sind Markennamen für das Medikament Semaglutid, jedoch in unterschiedlichen Dosierungen und zur Behandlung unterschiedlicher Erkrankungen zugelassen. Ozempic ist für die Behandlung von Diabetes mellitus Typus 2 freigegeben. Das höher dosierte Wegovy für die Behandlung von Adipositas.



Zu Beginn der Einnahme, also in den ersten sechs bis zwölf I
Behandlung, ist die Wirkung am grössten.

Dr. med. Thomas Köstler, Leiter Adipositaszentrum Limmattal

Wie funktionieren Abnehmspritzen?

Semaglutid aktiviert bestimmte Hormonrezeptoren im Körper, wodurch mehr Insulin produziert wird, was wiederum den Blutzuckerspiegel senkt und das Hungergefühl im zentralen Nervensystem reduziert. Ausserdem verlangsamt es die Passage der Nahrung im Magendarmtrakt, wodurch schneller ein gewisses Völlegefühl entsteht. Abnehmspritzen sind allerdings keine Wundermittel, sondern entwickeln ihre beste Wirkung zusammen mit einer Ernährungsumstellung und regelmässiger körperlicher Bewegung.

Hier erfährst du die wichtigsten Ernährungs-Facts für eine ausgewogene Ernährung.

Wie schnell kann man mit Abnehmspritzen Gewicht verlieren?

Studien haben ergeben, dass der Gewichtsverlust nach zwei Jahren Einnahme bei einem Diabetiker etwa zehn Prozent seines Körpergewichts beträgt. Bei einem Nicht-Diabetiker liegt er bei etwa zwölf Prozent. «Zu Beginn der Einnahme, also in den ersten sechs bis zwölf Monaten der Behandlung, ist die Wirkung am grössten», so Dr. Köstler. Danach setzt ein gewisser Gewöhnungseffekt ein und der Gewichtsverlust verlangsamt sich.

Für wen sind Abnehmspritzen geeignet?

In erster Linie für die ursprüngliche Zielgruppe von [Diabetikern und Diabetikerinnen](#) mit einem [BMI](#) zwischen 28 und 34. In zweiter Linie für adipöse Menschen, bei denen oftmals ein Gewichtsverlust mit Semaglutid im Vergleich zu operativen Eingriffen unzureichend ist. Bei einem adipösen Menschen mit einem Gewicht von 140 Kilo stellt ein Verlust von 14 bis 17 Kilo noch keinen Durchbruch dar. Mit einer [operativen Therapie](#) verlieren die Patienten das doppelte bis dreifache Gewicht im Vergleich zur Abnehmspritze. Somit bleibt bei schwerer Adipositas die Operation die Therapie der Wahl, so der Fachmann. In diesem Artikel erfährst du [mehr über Adipositas](#).

BMI, Kalorienbedarf und -Verbrauch berechnen

TOOL

TOOL

BMI berechnen

Wie gross bist du?

188 cm

Kalorienbedarf

Wie gross bist du?

188 cm

Kalorienverbrauch

Wie viel wiegst du? Ehrlich.

80.5 kg

Wie lange muss man das Medikament einnehmen?

Es wird heute davon ausgegangen, dass Semaglutid ein Leben lang eingenommen werden muss, denn Studien haben ergeben, dass praktisch alle Patientinnen und Patienten, die das Medikament absetzen, wieder an Gewicht legen. «Ein Jahr nach Abschluss der Behandlung haben sie bereits wieder zwei Drittel des verlorenen Gewichts zugenommen», sagt Dr. Köstler. Der sogenannte Jo-Jo-Effekt tritt ein.

Was sind die Nebenwirkungen der Abnehmspritze?

Übelkeit ist die häufigste Nebenwirkung, die sich direkt auf das Hungergefühl auswirkt. Zu den weiteren Nebenwirkungen zählen Reflux, [Sodbrennen](#), Bauchschmerzen, Durchfall, Koliken, [Kopfschmerzen](#), Müdigkeit und Abgeschlagenheit, die durch die Senkung des Blutzuckers entstehen. Zum heutigen Zeitpunkt gibt es noch keine zuverlässigen Daten über die Nebenwirkungen des Medikaments bei einer langjährigen Einnahme.

Für wen ist die Abnehmspritze zugelassen?

Die Behörde Swissmedic hat Wegovy einerseits für Menschen mit starkem Übergewicht freigegeben, also ab BMI 28, die an einer Begleiterkrankung leiden wie [Bluthochdruck](#) oder [Diabetes](#), was bei den Betroffenen häufig der Fall ist. Andererseits ist es auch für Patientinnen und Patienten ab einem BMI von 35 zugelassen, die keine Begleiterkrankungen haben. Die Verordnung muss durch einen Facharzt wie beispielsweise einen Endokrinologen oder in einem Adipositaszentrum erfolgen. Das Rezept kann unter anderem in den grössten Online-Apotheken der Schweiz eingelöst werden, die zum Teil auch eine [Verfügbarkeitsabfrage](#) bieten.

Verändere deinen Lebensstil

Du möchtest dich gesünder ernähren und mehr bewegen? iMpuls unterstützt dich mit den passenden Angeboten:

- [Jeden Tag ein bisschen gesünder mit dem iMpuls Coach](#)

- [Lass dich von unseren ausgewogenen Rezepten inspirieren](#)
- [Vereinbare ein Gratis-Erstgespräch mit einem Gesundheitscoach](#)
- [Berechne deinen Kalorienverbrauch](#)
- [Berechne deinen Kalorienbedarf](#)
- [Berechne deine BMI](#)

(Fortsetzung weiter unten...)

ZUR ROSE

Brauchst du regelmässig Medikamente auf Rezept?

Mit einem gültigen ärztlichen Rezept kannst du bei der Online-Apotheke Zur Rose direkt und einfach bestellen. Dabei sparst du nicht nur Aufwand, sondern auch Zeit.

Was kostet die Behandlung?

Momentan kostet die Behandlung etwa 190 Franken im Monat. Das BAG hat die Behandlung für die Dauer von drei Jahren freigegeben. Danach muss der Patient die Kosten selbst tragen. Da das Gewicht nach dem Absetzen des Medikaments wieder steigt, muss davon ausgegangen werden, dass es sich um eine lebenslange, relativ teure Therapie handelt.

Bei welchen Fällen übernimmt die Krankenkasse die Kosten?

Das Medikament ist seit 1. März 2024 auf der Spezialitätenliste des BAG und wird deshalb von der Grundversicherung gedeckt. Bedingung für die Kostenübernahme durch die Krankenkasse ist, dass die Patienten und Patientinnen die oben genannten Voraussetzungen erfüllen und regelmässige Gewichtsziele erreichen. Die Kosten für die Allgemeinheit sind erheblich, so Dr. Köstler: «Man kann davon ausgehen, dass Abnehmspritzen 100 bis 300 Millionen Franken Ausgaben pro Jahr verursachen werden. Diese Kosten werden wir alle über unsere Krankenkassenprämien zahlen.»