

■ Bestimmung des Taillenumfangs

Standardarbeitsanweisung (SOP) für die Apotheke

1. Ausstattung der Apotheke

- Vom Publikumsverkehr abgeschirmter Beratungsraum/Messplatz
- Maßband zur Bestimmung des Taillenumfangs (z. B. Rollmaß > 100 cm)
- Dokumentationsvorlagen (z. B. Patienten-Protokolle)

2. Gesamtkörperfettverteilung

Das Risiko für übergewichtsassoziierte Folge- und Begleiterkrankungen wird nach neuesten epidemiologischen Studien maßgeblich durch das Fettverteilungsmuster beeinflusst.

Es wird allgemein unterschieden zwischen dem androgenen Fettverteilungstyp, der durch eine zentrale (abdominale, körperstammbetonte) Fettverteilung gekennzeichnet ist, und dem gynoiden Verteilungstyp, bei dem eine periphere, hüftbetonte Fettverteilung vorliegt. Die abdominale Fettverteilung („Apfel-Typ“) ist vermehrt bei Männern verbreitet und mit einem höheren Morbiditäts- und Mortalitätsrisiko als die hüftbetonte Fettansammlung („Birnen-Typ“) verbunden.

Der Taillenumfang gilt als Maß zur Einschätzung der viszeralen Fettdepots. Bei einem Taillenumfang von **≥ 88 cm bei Frauen** bzw. **≥ 102 cm bei Männern** liegt häufig eine abdominale Adipositas vor (Tab. 1).

Tab. 1: Taillenumfang und Morbiditätsrisiko differenziert nach Geschlecht

Risiko für metabolische und kardiovaskuläre Komplikationen	Taillenumfang (cm)	
	Männer	Frauen
erhöht	≥ 94	≥ 80
deutlich erhöht	≥ 102	≥ 88

3. Bestimmung des Taillenumfangs

Die Messung des Taillenumfangs erfolgt im Stehen zwischen dem unteren Rippenbogen und dem Beckenkamm. Während der Messung normal weiter atmen – nicht die Luft anhalten. Das Maßband sollte gut anliegen, aber nirgendwo in die Haut einschneiden.

