

## **Von Erfolgsgeschichten bis Nebenwirkungen: Oviva Umfrage zeigt, Abnehmmedikamente wirksam mit langfristiger Ernährungsumstellung**

- Die App-begleitete Ernährungsberatung Oviva hat in einer Umfrage die Nebenwirkungen und Erfahrungen von Abnehmmedikamenten herausgefunden
- Abnehmmedikamente sind effektiv, jedoch ist eine Ernährungsumstellung für langfristigen Erfolg essentiell

**Berlin, 21. September 2023** - Abnehmmedikamente, wie Wegovy, das seit Juli in Deutschland erhältlich ist, sind momentan in aller Munde. Die Spritzen sollen Menschen mit Übergewicht dabei helfen, schnell und einfach Gewicht zu verlieren. Doch bisher kommen wenig Stimmen von Patient\*innen zu Wort, die über die Herausforderungen und die tatsächlichen Erfahrungen berichten. Oviva, die Ernährungsberatung für Menschen mit Adipositas und starkem Übergewicht, hat bei 86 Patient\*innen nachgefragt, wie sie die Einnahme empfinden, welche Nebenwirkungen sie tatsächlich haben und ob sie das Medikament empfehlen würden.

### **Effektivität der Medikamente**

Die Abnehmmedikamente zeigten insgesamt eine hohe Wirksamkeit. 63 Prozent der Patient\*innen hatten einen signifikanten Gewichtsverlust. Nur zehn Prozent berichteten, sie hätten nicht oder kaum abgenommen. Die Einnahmedauer variierte zwischen 1-3 Monaten, 3-6 und über sechs Monaten.

### **Der Abnehmeffekt steht über den Nebenwirkungen**

Drei Viertel der Patient\*innen hatten während der Einnahme Nebenwirkungen, doch die Intensität wurde unterschiedlich wahrgenommen. Über die Hälfte der Befragten (51,2%) empfand die Nebenwirkungen als akzeptabel. Dies deutet darauf hin, dass viele Patient\*innen die Vorteile des Medikaments höher einschätzen als die Nebenwirkungen. Häufige Nebenwirkungen waren Übelkeit, Verstopfung, Durchfall, Kopfschmerzen, Müdigkeit und extreme Flatulenz.

### **Bedeutung einer Ernährungsumstellung**

64 Prozent berichten, das Hungergefühl sei während der Einnahme schwächer geworden. Die Abnehmspritze hält demnach, was sie verspricht. Doch was passiert nach dem Absetzen? Während der Einnahme haben 43 Prozent der Patientinnen weniger gegessen, aber sonst keine großen Veränderungen vorgenommen. Nur 30 Prozent haben ihre Ernährung drastisch umgestellt. Hier ist demnach noch viel Aufklärung nötig, damit langfristig ein gesundes Gewicht erreicht und gehalten werden kann.

Oviva hat sich als entscheidend für den Erfolg vieler Patient\*innen herausgestellt. Fast die Hälfte betrachtete die Kombination aus Oviva und Abnehmmedikamenten als entscheidenden Faktor für ihren signifikanten Gewichtsverlust.

"Die Ergebnisse dieser Umfrage unterstreichen die Bedeutung einer ganzheitlichen Herangehensweise an das Abnehmen", so Dr. Anna Haas, Geschäftsführerin von Oviva Deutschland, "Während Abnehmmedikamente ein wertvolles Instrument sein können, zeigt unsere Umfrage, dass eine Ernährungsumstellung und Expertenbegleitung, wie sie Oviva bietet, für einen nachhaltigen Gewichtsverlust unerlässlich sind."

Weitere Informationen zur Studie gibt es exklusiv unter:

<https://oviva.com/de/de/adipositas-medikamente/#ovivaumfrage>

**Hinweis für die Redakteur\*innen:**

\* Alle Insights basieren auf Angaben von 86 Oviva Patient\*innen von September 2023. Sie bilden keine repräsentative Befragung ab.

## **ABOUT Oviva**

Oviva wurde im Jahr 2014 von einem multidisziplinären Team bestehend aus Experten der Medizin- und Technologiebranche gegründet. Die Hälfte der europäischen Bevölkerung leidet an Übergewicht und ist so einem höheren Risiko ausgesetzt, an Diabetes Typ 2 zu erkranken. Die drei Gründer Kai Eberhardt (CEO), Manuel Baumann (CTO) und Mark Jenkins (UK Managing & Medical Director) erkannten, dass es trotz dieser Ausgangslage keine individuellen, langfristig wirksamen Behandlungsmöglichkeiten gab.

Die Lösung fanden sie in der Kombination aus persönlicher Beratung mit einer smarten App, über die Menschen Informationen wie Mahlzeiten, körperliche Aktivität oder Gewicht festhalten. Zudem ermöglicht die App einen Austausch mit der Ernährungsberaterin via Chat und versorgt die Nutzer mit hilfreichen Lerninhalten. Langfristig gesehen hilft Oviva ihren Patienten, ein gesünderes Leben zu führen, entlastet Fachkräfte im Hinblick auf Fragen rund um Gewicht und Lebensgewohnheiten und führt zu Einsparungen des Gesundheitssystems. Oviva arbeitet direkt mit gesetzlichen Krankenkassen und nationalen Gesundheitssystemen zusammen und ist in der Schweiz, in Deutschland, in der UK und in Frankreich tätig.

Weitere Informationen gibt es unter: <https://oviva.com/de/de/>