

## Ernährungszustand

Zwischen dem Vorhandensein von Übergewicht (BMI 25 bis 29,9 kg/m<sup>2</sup>) bzw. Adipositas (Fettleibigkeit, BMI  $\geq$  30,0 kg/m<sup>2</sup>) und dem Harnsteinleiden besteht ein eindeutiger Zusammenhang. Insbesondere beim Calciumoxalat-Steinleiden ist dies auf eine vermehrte Oxalat-Produktion im Körper bzw. eine gesteigerte Aufnahme aus dem Darm zurückzuführen. Dabei wird letztere von der aufgenommenen Oxalat-Menge und anderen Nahrungskomponenten beeinflusst, wie der Calcium-, Fett- oder Ballaststoffzufuhr. Ab einem Body Mass Index (BMI) von BMI > 25 kg/m<sup>2</sup> werden vermehrt Substanzen ausgeschieden, die das Steinleiden fördern können, wie Harnsäure, Natrium, Phosphat und Calcium.

BMI (kg/m<sup>2</sup>)

Untergewicht

< 18,5

Normalgewicht

18,5 &ndash; 24,9

Übergewicht

25,0 &ndash; 29,9

Adipositas  
Grad 1

30,0 &ndash; 34,9

Adipositas  
Grad 2

35,0 &ndash; 39,9

Extreme  
Adipositas Grad 3

&ge; 40,0

(Einordnung des Body Mass Index (WHO 1998)).

