Verbraucherzentrale Südtirol
Centro Tutela Consumatori Utenti
Die Stimme der VerbraucherInnen
La voce dei consumatori

VZS-name

VZS-str
VZS-plz
VZS-tel
info@verbraucherzentrale.it

Für wen sind Abnehmspritzen geeignet?

Mon, 06/22/2026 - 09:30

Auf Social-Media-Plattformen zelebrieren viele Influencerinnen und Influencer unter dem Schlagwort „skinny“ (engl. dünn) ihre Abnehmerfolge mit Bildern von ultraflachen Bäuchen und hervorstehenden Knochen. Neben extremen Diäten und exzessivem körperlichem Training bewerben sie teilweise auch Abnehmspritzen.

„Wegovy“, „Mounjaro“ und „Saxenda“, so die Namen einiger Abnehmspritzen, sind verschreibungspflichtige Medikamente für die tägliche oder wöchentliche Injektion. Ihre Wirkung verdanken sie so genannten GLP-1-Agonisten[1] wie Semaglutid, Tirzepatid oder Liraglutid. Diese wurden ursprünglich für die Behandlung von Diabetiker:innen entwickelt, da sie den Blutzuckerspiegel senken. „Sie verzögern darüber hinaus die Magenentleerung und erhöhen das Sättigungsgefühl, so dass man weniger Hunger verspürt und weniger isst“, erklärt Silke Raffeiner, die Ernährungsexpertin der Verbraucherzentrale Südtirol. Studien zufolge bewirken die Medikamente bei Personen mit Adipositas oder starkem Übergewicht bei langfristiger Anwendung eine Gewichtsabnahme von bis zu 20 Prozent und senken zudem das Risiko für bestimmte Erkrankungen. Doch die **Nebenwirkungen** sind beträchtlich. Häufig kommt es zu Übelkeit, Durchfall oder Verstopfung, seltener zu Entzündungen der Bauchspeicheldrüse.

In Europa und den USA sind GLP-1-Agonisten ausschließlich für die Therapie von Patient:innen mit Typ-2-Diabetes, Adipositas (Körpermasseindex ab 30) oder starkem Übergewicht (Körpermasseindex ab 27) in Verbindung mit mindestens einer Begleiterkrankung zugelassen, „Wegovy“ in Italien auch für Jugendliche ab 12 Jahren mit Adipositas oder starkem Übergewicht. Die Kosten für die Behandlung müssen Personen ohne Diabetes-Erkrankung in Italien selbst tragen. Laut den Verbraucherzentralen ist in Deutschland je nach Präparat mit monatlichen **Kosten** zwischen 130 und 500 Euro zu rechnen.

Für normalgewichtige Personen, die für ihren „Strandkörper“ schnell mal ein paar Kilo abnehmen möchten, sind Abnehmspritzen aufgrund der Verschreibungspflicht und der strikten medizinischen Indikationen eigentlich nicht erhältlich – und aufgrund der Nebenwirkungen auch nicht sinnvoll. Testkäufe der Verbraucherzentrale Nordrhein-Westfalen im März dieses Jahres zeigen jedoch, dass es möglich und sogar ziemlich einfach ist, über telemedizinische Internetplattformen eine Verschreibung

zu erhalten – ganz ohne Beratungsgespräch, Prüfung der Identität und vor allem ohne Nachweis des Körpergewichts. Die Angabe eines fiktiven (höheren) Körpergewichts war ausreichend. Dem Missbrauch ist damit Tür und Tor geöffnet. Dazu gesellt sich ein mögliches Gesundheitsrisiko durch unseriöse Angebote im Internet. Hinter niedrigen Lockpreisen könnten sich Produkte aus unkontrollierten Quellen, mit falschen Dosierungen, gefälschten Wirkstoffen oder Verunreinigungen verbergen.

Personen, die die Kriterien für eine Behandlung erfüllen, sollten sich vom Hausarzt oder der Hausärztin persönlich beraten lassen, die Kosten über die gesamte Dauer der empfohlenen Behandlung kalkulieren und die Medikamente ausschließlich bei seriösen Anbietern kaufen, so der Rat der Verbraucherzentralen.

---

[1] GLP-1-Agonisten ahmen das Hormon GLP-1 (Glucagon-like Peptide 1) nach. Der menschliche Darm produziert dieses Hormon bei der Nahrungsaufnahme, es signalisiert dem Gehirn Sättigung und unterdrückt das Hungergefühl.