

Wie geht ihr dem Corona-Virus entgegen?

Beitrag von „Fallen Angel“ vom 17. Februar 2021 13:29

[Zitat von Wollsocken80](#)

Ja, das sollte man unbedingt. Dazu gehört aber die Einsicht, dass an den von mir genannten Erkrankungen ein ganz grosser Teil der Betroffenen selbst die Verantwortung trägt. Der Zusammenhang zwischen Diabetes Typ II und schlechter Ernährung ist längst als kausal anerkannt. Trotzdem kommt immer noch das reflexartige "da kann man nichts dafür".

Es ist absolut typisch für die Diskussion zum Thema Übergewicht, dass als erstes sofort die eine Person im Bekanntenkreis genannt wird, die "nichts dafür kann", dass sie übergewichtig ist, weil es ja von den Medikamenten kommt. Bei allen (!) Übergewichtigen ist die Kalorienbilanz chronisch positiv, simple as that. Thermodynamik gilt halt immer. Und bei den allermeisten Übergewichtigen liegt's an zu viel rein und zu wenig Verbrauch. Bevor man das nicht anerkennt, und zwar ohne sinnlose Schuldzuweisungen und ohne Metadiskussionen über Bodyshaming, Leistungsdruck und Instagram, wird es wirklich nie was mit einer nachhaltigen Veränderung in dem Bereich.

Japaner und Südkoreaner werden doch hier immer mal wieder als Vorbilder in Sachen Pandemiebewältigung bemüht. Ich habe schon mal erwähnt, ich wollte aus diversen Gründen in keinem der beiden Länder leben. Aber bemerkenswert finde ich es schon, dass dort ein Vielfaches weniger an Herz-Kreislauf-Erkrankungen gestorben wird, die bei uns 40 % aller jährlichen Todesfälle ausmachen. Es sind auch die einzigen beiden Industrienationen, deren Durchschnitts-BMI nicht übergewichtig ist. In Grossbritannien ist der Leidensdruck unterdessen gross genug, dass der Staat reagiert und dem Zuckerkonsum den Kampf angesagt hat. Ja, solche radikalen Kampagnen würde ich mir wünschen. Das Rauchen im Restaurant verbieten ging ja auch und es hatte einen massiven Impact, viel grösser als man sich das überhaupt gedacht hätte.

Ich stimme dir da voll zu. Solche Diskussionen gehen nur leider oft in die Richtung "Die Raucher/Trinker/Dicken... sind zu dumm/faul/bequem um sich zu ändern" und das stimmt so nicht. An sich selbst zu arbeiten und Gewohnheiten abzulegen, die teils Jahrzehnte Teil des Lebens waren, ist nicht super einfach. Viele Leute brauchen dabei Unterstützung und kein Bashing. Bashing macht alles noch schlimmer.