

Therapie mit GLP1 Analoga bei Adipositas, bei Selbstzahler/innen

1. Indikation:

Eine Therapie mit einem GLP1 Analoga wird als Ergänzung zu einer kalorienreduzierten Ernährung und verstärkten körperlicher Aktivität zur Gewichtsregulierung bei erwachsenen Patient/innen mit **Adipositas** (BMI ≥ 30) oder **Übergewicht** (BMI ≥ 27) mit begleitenden Erkrankungen (z. B. Hypertonie, Diabetes, Hyperlipidämie) eingesetzt.

Bei Selbstzahler/innen ist eine Rezeptierung und Therapiebegleitung von hausärztlicher Seite her möglich und bedarf keiner Anbindung an ein spezialisiertes Adipositaszentrum.

Kosten als Selbstzahler pro Monat:

Wegovy® (Semaglutide): 180 CHF (pro Monatspackung, unabhängig Dosierung) (05/2026)

Mounjaro® (Tirzepatide): 225 CHF – 390 CHF (je nach Dosierung) (05/2026)

Hinweis: die Therapie ist zur längerfristigen Anwendung vorgesehen. Eine Kurzkur über wenige Wochen wird nicht empfohlen. Eine strukturierte Ernährungsberatung ist unbedingt zu empfehlen.

2. Vor der Behandlung:

Anamnese und Prüfung:

- **Übergewicht/Adipositas** (BMI ≥ 27 mit Begleiterkrankungen oder ≥ 30).
- **GLP1:** Wegovy® / Mounjaro® dürfen nicht in Kombination mit anderen GLP-1-Rezeptoragonisten angewendet werden.

Vorsichtshinweise / Kontraindikationen:

- **Nierenfunktion:** Bei eingeschränkter Nierenfunktion sollte die Behandlung besonders überwacht werden.
- **Pankreatitis:** Vorsicht bei Vorgeschichte von Pankreatitis
- **Schilddrüsenerkrankungen:** persönliche oder familiäre Vorgeschichte von medullärem Schilddrüsenkarzinom / MEN2
- Schwangerschaft / Stillzeit / Kinderwunsch
- schwere gastrointestinale Erkrankungen (z.B. schwere Gastroparese)
- bekannte Überempfindlichkeit gegen Semaglutid / Tirzepatid

3. Dosierung und Anwendung:

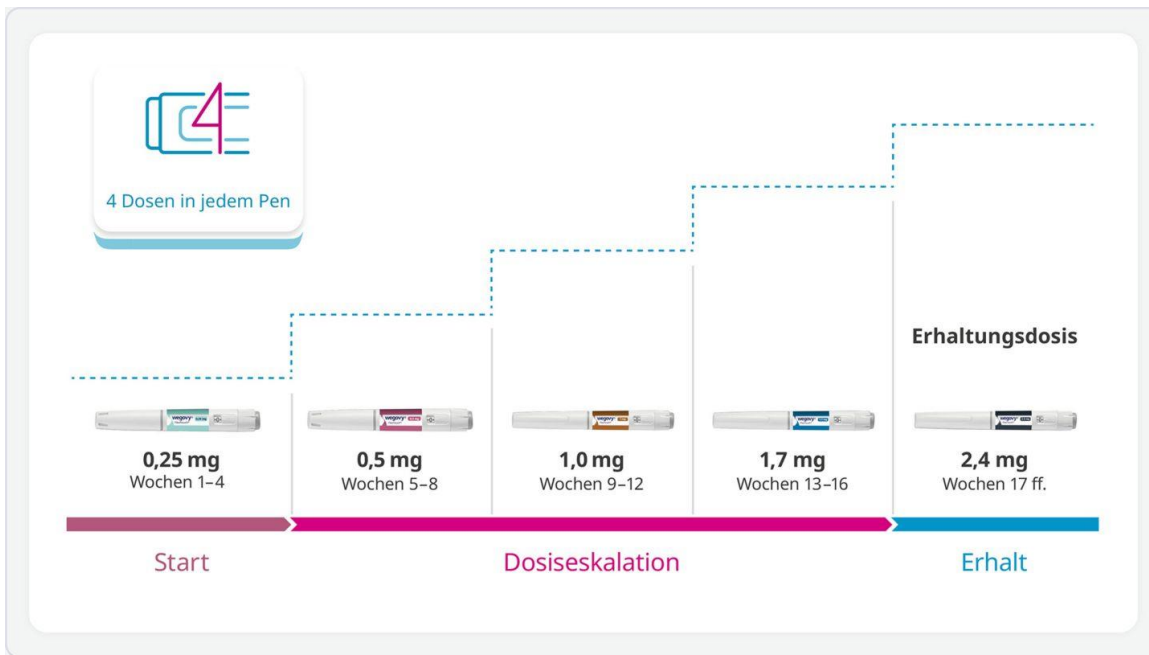
Dosierung:

- Startdosis: subkutan einmal wöchentlich, dann Steigerung der Dosis bis der gewünschte Gewichtsverlust erreicht wird. (Eine Steigerung bis zur Maximaldosis ist nicht immer sinnvoll.)
- Es ist wichtig, mit einer niedrigen Dosis zu beginnen, um die Verträglichkeit zu testen und Nebenwirkungen zu minimieren.

Verabreichung:

- Wegovy® / Mounjaro® wird **subkutan** in den Oberschenkel, den Bauch oder den Oberarm verabreicht.

Wegovy®-Injektionen: Wochenübersicht



Quelle: Novo Nordisk

Mounjaro®-Injektionen: Wochenübersicht



Quelle: Lilly

4. Anwendungshinweise für Patient/innen:

1. Vorbereitung der Injektion:

- Waschen Sie sich gründlich die Hände.
- Entfernen Sie die Kappe der Spritze und prüfen Sie, ob die Lösung klar und farblos ist.
- Desinfizieren Sie den Injektionsbereich mit einem Alkoholtupfer und lassen Sie ihn trocknen.
- Setzen Sie die Nadel an und injizieren Sie das Medikament mit gleichmäßigem Druck unter die Haut.

2. Durchführung der Injektion:

- Injizieren Sie das Medikament einmal pro Woche, immer am gleichen Wochentag.
- Variieren Sie den Injektionsbereich (Bauch, Oberschenkel oder Oberarm) für eine gleichmäßige Verteilung.

3. Lagerung:

- Die Pens sollten im **Kühlschrank** (2–8°C) aufbewahrt werden. Es darf nicht eingefroren werden.
- Nach Anbruch kann der Pen bis zu **4 Wochen** bei Raumtemperatur (max. 30°C) aufbewahrt werden, wenn sie nicht verwendet wird.

5. Erwartete Wirkungen:

- **Gewichtsreduktion:** In klinischen Studien wurde gezeigt, dass GLP1 Analoga in Kombination mit Ernährungsumstellung und Bewegung eine signifikante Gewichtsreduktion bewirken kann
 - **Semaglutide (Wegovy®):** - 12 - 15% des Körpergewichts in 72 Wochen
 - **Tirzepatide (Mounjaro®):** -19 - 21% des Körpergewichts in 72 Wochen

Aronne LJ, Tirzepatide as Compared with Semaglutide for the Treatment of Obesity, NEJM(2025)

- **Wirkung:** rascher einsetzende und länger anhaltende Sättigung. Verzögerte Magenentleerung. Reduktion von Hungerattacken.

Zieldefinition und Abbruchkriterien:

- **Ziel:** Die Therapie kann als „erfolgsversprechend“ gewertet werden, wenn:
Ziel: $\geq 5\%$ Gewichtsreduktion nach 3–6 Monaten
- **Abbruch:** Wenn nach 6 Monaten unter voller Dosis keine relevante Gewichtsreduktion erreicht werden kann → Nutzen/Risiko neu beurteilen und evtl. Absetzen
- **Bei erfolgloser Therapie** ist eine Zuweisung an unser Zentrum zur Information und Aufklärung weiterer Therapieoptionen jederzeit möglich und erwünscht.

6. Nebenwirkungen und Monitoring:

Häufige Nebenwirkungen:

- **Übelkeit** (häufig zu Beginn der Therapie), die oft mit einer langsamen Dosissteigerung verringert wird.
- **Durchfall, Erbrechen, Kopfschmerzen, Müdigkeit und Verstopfung.**
- **Geringer Blutzuckerspiegel** bei Diabetiker/innen, daher regelmäßige Blutzuckermessung notwendig.

Seltene, aber schwere Nebenwirkungen:

- **Pankreatitis:** Akute Bauchschmerzen, Übelkeit und Erbrechen sollten schnell abgeklärt werden.
- **Gallensteine:** Bei Patienten mit chronischer Gallenblasenerkrankung sollte eine regelmäßige Kontrolle erfolgen.
- **Schilddrüsenerkrankungen:** Symptome wie Kloßgefühl im Hals, Heiserkeit oder Atembeschwerden sollten beobachtet werden.

Gewichtsverlust $\geq 14\%$ in 3-4 Monaten ist assoziiert mit signifikantem Knochenschwund.

Gefahr der sarkopenen Adipositas v.a. bei fehlender strukturierter Ernährungsumstellung und körperlicher Aktivität.

Empfohlene Kontrollen:

- Strukturierte Ernährungsberatung zur begleiteten Ernährungsumstellung
 - Screening Malnutrition
 - Spezifische Thematisierung z.B. von Calcium, Eisen
 - Ggf. Empfehlung Supplementation mittels Multivitaminpräparat

- Im Rahmen Ärztlicher Kontrollen
 - Screening Malnutrition, Klinik?
 - Evaluation bei Bedarf (nicht Routinemässig) von Eisenstatus, Calcium (Rechner), Magnesium, Zink, Vitamin D, B1, B12 (ev. A, E,C)

7. Patientenaufklärung und Sicherheitshinweise:

Langsame Dosissteigerung: Um Nebenwirkungen wie Übelkeit zu minimieren, wird die Dosis schrittweise erhöht. Dies sollte dem Patienten erklärt werden. Bei Auftreten erheblicher gastrointestinaler Symptome ist in Betracht zu ziehen, die Dosissteigerung bis zur Besserung der Symptome auszusetzen.

Ernährungsumstellung und Bewegung: Eine erfolgreiche Therapie mit Wegovy® / Mounjaro® sollte immer mit einer strukturierten Ernährungsumstellung und regelmäßiger Bewegung kombiniert werden. Die Optimierung des Lebensstils entscheidet massgeblich über den Erfolg.

Keine Doppeldosis: Falls eine Dosis versäumt wird, darf die Injektion nicht verdoppelt werden, sondern sollte einfach in der folgenden Woche nachgeholt werden.

Informationen für Patient/innen:

Wegovy®:

Patientenbroschüre (Novo Nordisk)

https://pro.novonordisk.at/content/dam/hcp-plus/at/de_at/products/wegovy/clinical-studies/pdfs/Wegovy-Patientenbrosch%C3%BCre.pdf

Anwendungshinweise: Inklusive Instruktionsvideo (Novo Nordisk)

<https://pro.novonordisk.at/produkte/wegovy/anwendung.html>

Mounjaro®:

Patientenbroschüre (Lilly)

https://dw250ad2fwsz1.cloudfront.net/962a1cfe-f9f4-4134-8c11-1f2de1c4386d/8735eddf-c4c3-4d5f-9eae-c4dc80f51119/8735eddf-c4c3-4d5f-9eae-c4dc80f51119_source_v.pdf

Merkblatt Pen (Lilly)

https://dw250ad2fwsz1.cloudfront.net/962a1cfe-f9f4-4134-8c11-1f2de1c4386d/d365e238-41fa-4502-ab37-169fee14bc73/d365e238-41fa-4502-ab37-169fee14bc73_source_v.pdf

Gebrauchsinformation (Lilly)

<https://www.gebrauchsinformation4-0.de/gi/mounjaro-r-2-5-mg-5-mg-7-5-mg-10-mg-12-5-mg-15-mg-dosis-kwikpen-injektionslosung-in-einem-fertigpen~019963>

Zusammenfassung:

GLP 1 Analoga sind eine effektive Behandlung zur Gewichtsreduktion bei übergewichtigen und adipösen Patient/innen. Wichtig ist eine schrittweise Dosierungserhöhung, die Begleitung durch eine strukturierte Ernährungsberatung, regelmässige Bewegung sowie eine ärztliche Kontrolle der Therapie.

Bei Fragen oder Unsicherheiten stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung:

Adipositaszentrum, STGAG: Telefon +41 58 144 80 50, Mail: adipositaszentrum@stgag.ch