

Wie gesund sind Deutschlands Kinder?

Früher waren es schlechte Hygiene, Mangelernährung und unzureichende medizinische Versorgung, die Kinder krank gemacht haben. Heute gehören Wohlstand und Bequemlichkeit zu den Krankmachern.

In den Industrieländern ist die akutmedizinische Versorgung heute sehr gut: Für Kinder früher gefährliche Infektionskrankheiten und die klassischen Kinderkrankheiten wie Masern oder Windpocken lassen sich mit Medikamenten oder Impfungen gut behandeln.

Weniger akute, dafür mehr chronische Erkrankungen

Das bedeutet aber nicht, dass Kinder heute durchweg gesünder sind als früher. Sie haben andere Krankheiten. Chronische Erkrankungen, allen voran die Allergien, sind auf dem Vormarsch. Außerdem treten bei Kindern immer häufiger Lern- und Verhaltensstörungen auf, auch Alkohol- und Drogenkonsum nehmen zu.

Manches ist in die Wiege gelegt

Viele körperliche Eigenschaften sind schon in den Genen festgelegt, zum Beispiel wie schnell ein Kind wächst oder wie groß es als Erwachsener sein wird. Trotzdem: Äußere Einflüsse können auch diese erblichen Vorgaben verschieben. Bekommt ein Kind beispielsweise nicht genug zu essen, entwickelt es sich körperlich und geistig langsamer. Eine Schwangere, die raucht, Alkohol trinkt oder andere Drogen zu sich nimmt, stört die kindliche Entwicklung ebenfalls. Aber auch übergewichtige Mütter ‚bahnen‘ bei ihren Kindern ein höheres Risiko für Allergien, Bluthochdruck, Diabetes, Asthma oder das Aufmerksamkeits-Defizit-Hyperaktivitäts-Syndrom (ADHS).

Vieles lässt sich verbessern

Übergewicht kommt nicht nur bei Erwachsenen, sondern auch bei Kindern immer häu-

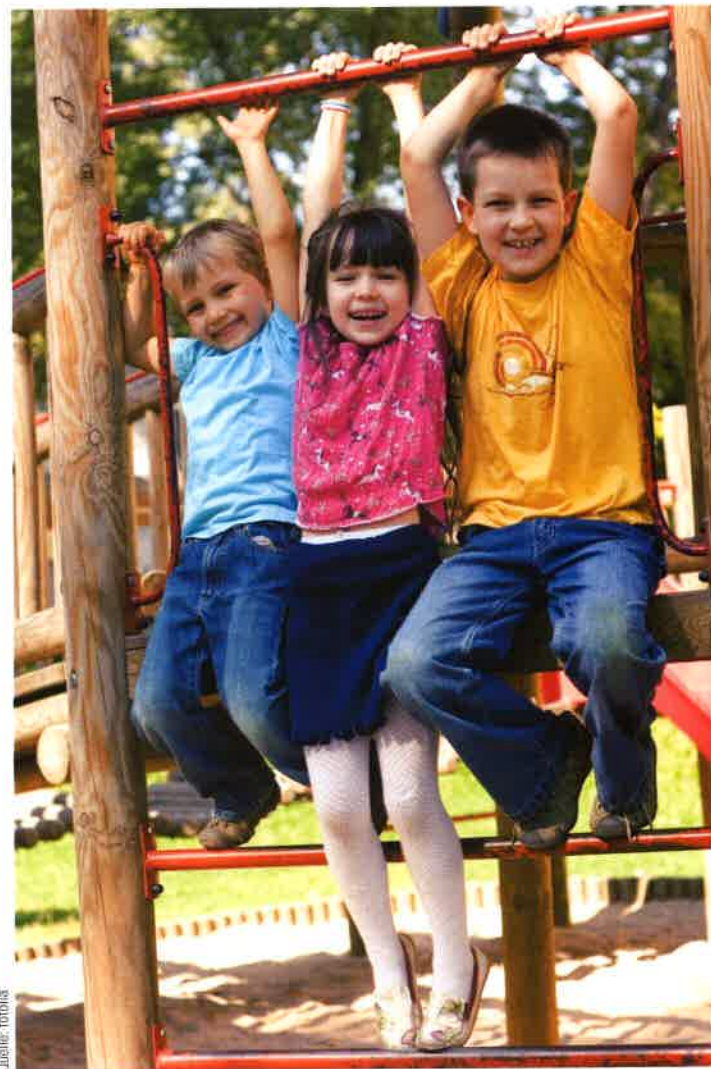
► **Kinder und Jugendliche sollten mindestens eine Stunde am Tag körperlich aktiv sein, gerade einmal 28 Prozent der Jungen und nur 17 Prozent der Mädchen erfüllen diese Empfehlung.**

figer vor. Schätzungsweise 1,9 Millionen übergewichtige Kinder leben in Deutschland. Die Hälfte davon trägt starkes Übergewicht (Adipositas) mit sich herum.

Ursachen sind mangelnde Bewegung und schlechte Ernährungsgewohnheiten – zu viel Essen auf einmal, zu fett und zu oft. An beiden Schrauben kann man drehen. Hier ist die ganze Familie gefordert. Runter vom Sofa, raus in die Natur und Finger weg vom Junkfood.

Unterstützung nutzen

Kinderärzte sind meist die ersten Ansprechpartner für besorgte Eltern und deren Kinder. Mit dem Kinderarzt lassen sich Behandlungen und weitere Unterstützungsmaßnahmen besprechen. Bei Kindern und Jugendlichen mit chronischen Erkrankungen, aber auch, wenn sich eine Krankheit noch vermeiden lässt, ist eine Rehabilitation sinnvoll. Für Kinder wird die Reha meist stationär und über einen Zeitraum von vier Wochen durchgeführt.



Quelle: Fotolia

In der Reha erhalten Kinder und Jugendliche auf ihre Bedürfnisse abgestimmte ärztliche, psychologische, pädagogische und physiotherapeutische Leistungen. Alle Maßnahmen sind darauf ausgerichtet, dass die Kinder ihre Krankheit besser verstehen und mit ihr freier leben können. Darüber hinaus werden Kurse angeboten, um bestehende Beschwerden zu verbessern und weiteren Problemen vorzubeugen – dazu gehören beispielsweise Kochkurse, Sport und sogar Raucherentwöhnung. Wann eine Rehabilitation für Ihr Kind sinnvoll ist, besprechen Sie am besten mit dem Kinderarzt. Die Formulare für die Antragsstellung bekommt man sowohl bei der Renten- als auch bei der Krankenversicherung – dort können die ausgefüllten Anträge auch wieder abgegeben werden.

Psychische Probleme bei Kindern und Jugendlichen

(Quelle: Robert Koch-Institut, 2008)

von 100	insgesamt	Mädchen	Jungs
Emotionale Probleme	9,1%	9,7%	8,6%
Verhaltensauffälligkeiten	14,8%	11,9%	17,6%
Erhöhte Aktivität	7,9%	4,8%	10,8%
Soziale Defizite	3,6%	2,5%	4,7%
ADHS (Hyperaktivität + Aufmerksamkeitsdefizite)	4,8%	1,8%	7,9%

◀ **Lebensphasenspezifische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen in Deutschland.**

INFO

Mehr zu Reha-Maßnahmen für Kinder und Jugendliche und weiterführende Links und Informationen zu Fachärzten und Kinderkliniken sowie Kinderfachabteilungen finden Sie unter www.arbeitskreis-gesundheit.de in der Rubrik „Für Patienten“ unter dem Punkt „Spezial: Kinder & Jugendliche“.