

Die Fettleber ist als Folgeerkrankung der Adipositas sehr häufig (bei 25 bis 35 Prozent der Übergewichtigen).

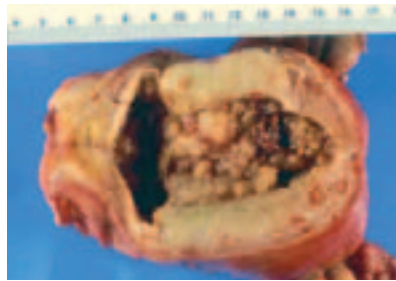
## Gelenkerkrankungen

Krankhafte Veränderungen können fast alle Gelenke betreffen, vor allem das Kniegelenk.

## Krebs

Das Risiko, an Krebs zu erkranken, ist bei Menschen mit Adipositas gegenüber Normalgewichtigen erhöht. Fettleibige Männer entwickeln häufiger Dickdarm-, Enddarm- und Prostatakarzinome. Bei

übergewichtigen Frauen häufen sich gynäkologische Tumoren, vor allem Brust- und Gallenblasenkarzinome sowie Tumoren der Gebärmutter Schleimhaut.



Starker Befall der Gebärmutter Schleimhaut durch eine spezielle Tumorform (papilläres seröses Endometriumkarzinom).

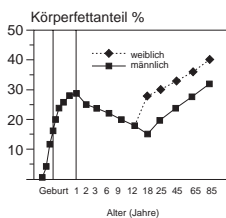
Autor:  
Prof. Dr. H.-J. Radzun  
Abteilung Pathologie  
Bereich Humanmedizin der  
Georg-August-Universität Göttingen

# Fettleibigkeit bei Kindern und Jugendlichen

## Wann ist ein Kind fettleibig?

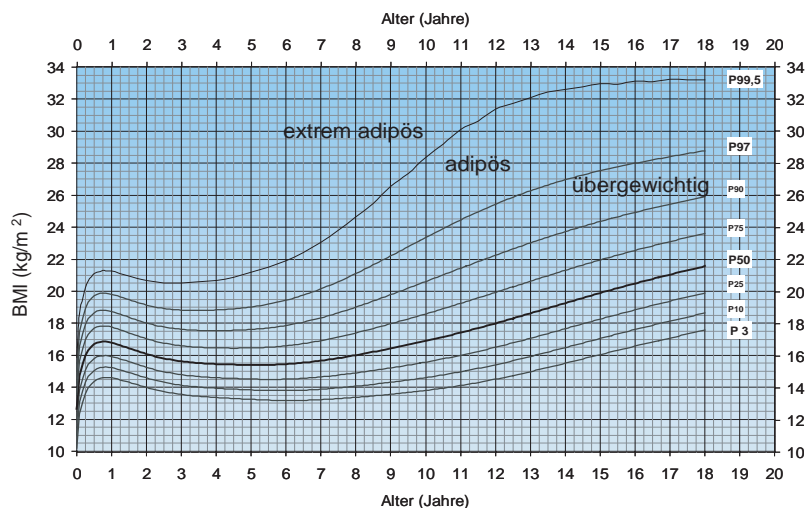
Von Adipositas (Fettleibigkeit) spricht man, wenn der Körperfettanteil über seinen normalen Anteil an der Gesamtkörpermasse hinausgeht.

Es gibt verschiedene Methoden, den Körperfettanteil zu bestimmen. Bei Erwachsenen hat sich der Body Mass Index (BMI) als Methode durchgesetzt: Körpergewicht (in Kilogramm) geteilt durch die Körpergröße (in Metern) zum Quadrat.

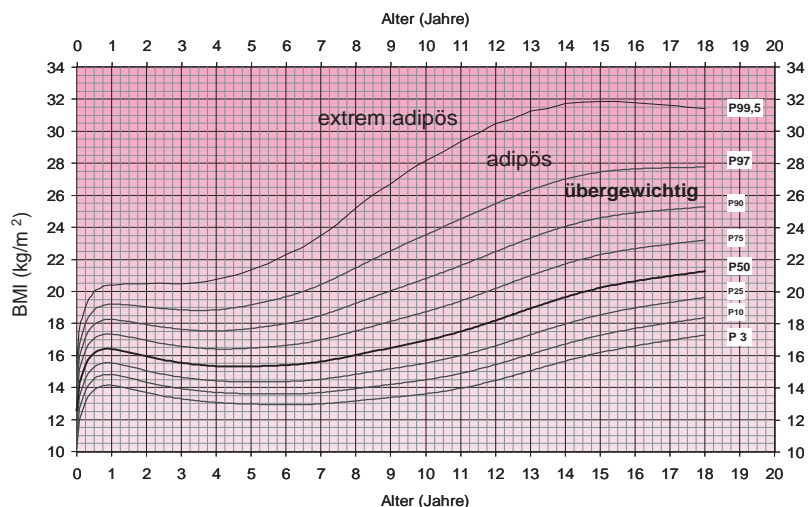


Normaler Anteil von Fett am Körpergewicht bei Kindern und Jugendlichen.

Perzentilkurven für den Body Mass Index (Jungen 0 - 18 Jahre)



Perzentilkurven für den Body Mass Index (Mädchen 0 - 18 Jahre)



Bei Kindern und Jugendlichen dagegen gelten die BMI-Werte der Erwachsenen nicht. Der normale Körperfettanteil verändert sich ständig, je nach Alter und Geschlecht. Um dieser Abhängigkeit des Körperfettanteils von Alter und Geschlecht Rechnung zu tragen, hat man für Kinder und Jugendliche Normwertkurven (Perzentilkurven) für den Body Mass Index erstellt.

Kennt man Alter und BMI, kann man von dieser Normwertkurve ablesen, in welchem Kurvenbereich sich der Wert befindet.

Wer einen Wert unterhalb der 90. Perzentilenkurve hat, ist normalgewichtig. Ein Wert zwischen der 90. und 97. Perzentilenkurve wird als Übergewicht bezeichnet. Als fettleibig (adipös) gelten Jugendliche mit einem Wert über der 97. Perzentilenkurve.

Normwertkurven zur Bestimmung von Übergewicht bei Kindern und Jugendlichen. Oben: Normwertkurve für Jungen, unten: Normwertkurve für Mädchen (Quelle: K. Kromeyer-Hauschild et al.: Monatsschr. Kinderheilk. 149 (2001))

## Wie kommt es zu Übergewicht bei Kindern?

Es gibt verschiedene Risikofaktoren für die Entstehung der Adipositas im Kindesalter:

- Übergewicht beider Eltern
- Übergewicht bei einem Elternteil
- Hohes Geburtsgewicht
- Rauchen in der Schwangerschaft
- Nicht-Stillen
- Kalorienhaltige Einschläfflaschen
- Zu wenig Schlaf (weniger als 10,5 Stunden pro Nacht)
- Geringe elterliche Bildung
- Zugehörigkeit zu einer niedrigen sozialen Schicht

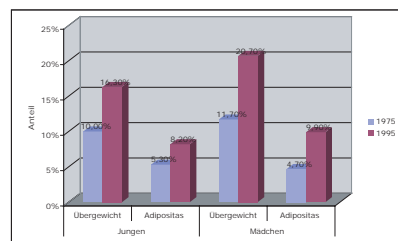
Region	Häufigkeit (in Prozent)
Göttingen	10,2
Hochsauerlandkreis	10,5
Bayern (Teilgebiete)	15
Bezirk Weser-Ems	15 -16
Düsseldorf (Garath)	21
Kiel	23

Anteil der übergewichtigen und fettleibigen Kinder im Alter von fünf bis sechs Jahren in Deutschland in Prozent.

## Weshalb gibt es immer mehr übergewichtige Kinder und Jugendliche?

Dafür gibt es im Wesentlichen drei Gründe:

- Es gibt ein ständiges Überangebot an sehr energiereichen Lebensmitteln.
- Kinder bewegen sich immer weniger, auch in ihrer Freizeit.
- Das Essverhalten hat sich verändert.



Die Entwicklung der Häufigkeit von Übergewicht und Adipositas bei 7- bis 14-jährigen Jungen und Mädchen in Jena. (Quelle: Kromeyer-Hauschild et al.: Int J Obes Relat Metab Disord 23 (1999))



Von der Bewegungswelt zur Sitzwelt: Anteil an Bewegung im normalen Tagesablauf eines Kindes.

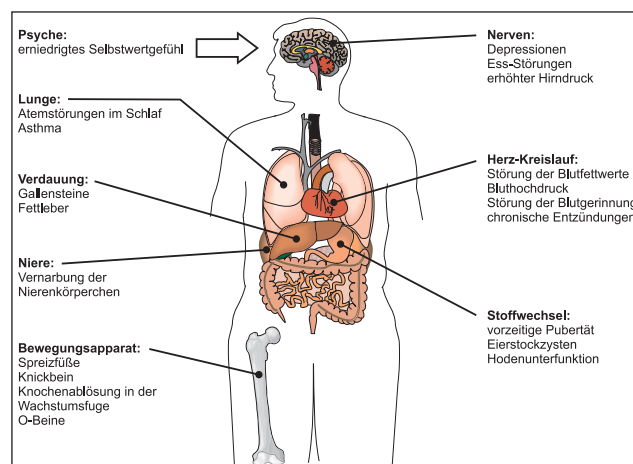
## Kinder essen heute anders

- Die Funktion der Nahrung hat sich verändert - der Ernährungsfaktor tritt in den Hintergrund.
- Essen als Nebensache: gegessen wird in Begleitung sitzender Tätigkeiten (vor dem Fernseher).
- Die Mahlzeiten werden dem Tagesablauf angepasst und sind oft unregelmäßig.
- Essen als Trostpflaster: Häufig wird mit Essen Stress bewältigt.
- 25 Prozent der Nahrung ist Fast Food.
- Doppelte Portion: Kingsize- und XXL-Packungsgrößen haben Konjunktur.

## Welche Folgen hat Übergewicht?

Übergewicht und Fettleibigkeit können Folgeerkrankungen nach sich ziehen. Diese treten schon bei Kindern und Jugendlichen auf!

Übergewicht und Adipositas sind chronische Erkrankungen. Je früher sie behandelt werden, desto niedriger ist das Risiko für Begleiterkrankungen.

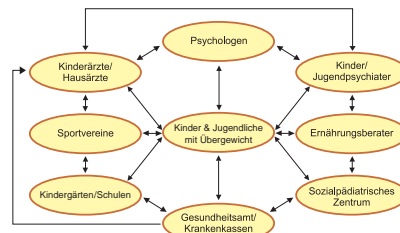


Mögliche Begleiterkrankungen von Übergewicht und Fettleibigkeit.

## Göttingen braucht ein Netzwerk gegen Übergewicht

Am Anfang steht die Vorbeugung: Schon in Kindergärten und Grundschulen müssen entsprechende Maßnahmen ansetzen. Politik und Gesellschaft sind gefordert, die notwendigen Strukturen zu schaffen.

Übergewicht und Fettleibigkeit müssen qualifiziert behandelt werden. Je besser die Fachleute dabei zusammenarbeiten, desto wirksamer wird das Netzwerk gegen Übergewicht.



Göttingen braucht ein Netzwerk gegen Übergewicht!

### Angebote in Göttingen

- Unser Team im Sozialpädiatrischen Zentrum besteht aus Spezialisten aus unterschiedlichen Fachrichtungen. Wir können Übergewicht und Fettleibigkeit bei Kindern und Jugendlichen erkennen und behandeln. Weitere Informationen erhalten Sie unter der Telefonnummer 0551/39-13241.
- Der ASC Göttingen bietet ein spezielles Sportprogramm für übergewichtige und adipöse Kinder und Jugendliche an. Auskunft unter 0551/5174641.

Autor:  
Dr. med. M. Röhl  
Abteilung Pädiatrie II  
Bereich Humanmedizin der  
Georg-August-Universität Göttingen