

Fast jedes achte Hamburger Kind ist zu dick



Übergewicht einzuschulender Kinder in den Hamburger Bezirken

(2004/2005 zusammengefasst)



Insgesamt sind in Hamburg 11,8 Prozent der Erstklässler übergewichtig. Die Grafik zeigt die Zahl der Betroffenen in den einzelnen Bezirken.

Quelle: Schulärztliche Dokumentation

Nicht in allen Bezirken ist das Problem gleich schwerwiegend. Mit 15,3 Prozent leben die meisten übergewichtigen Kinder im Bezirk Mitte, gefolgt von Harburg mit 14,6 Prozent. Experten fordern eine gesündere Verpflegung in den Schulen.

Vanessa Seifert
Axel Gerdau

Die Zahl der übergewichtigen und krankhaft fettleibigen (adipösen) Kinder nimmt nach Aussage von Ärzten und Ernährungsexperten auch in Hamburg dramatisch zu. „Ein nationaler Aktionsplan ist notwendig, um den Trend so schnell wie möglich zu stoppen“, sagte Joachim Westenhöfer, Professor für Ernährungs- und Gesundheitspsychologie an der Hamburger Hochschule für Angewandte Wissenschaften (HAW) gestern auf der Jahrestagung der Deutschen Adipositas-Gesellschaft. 15 Prozent der Kinder zwischen drei und 17 Jahren sind übergewichtig. „Und in Hamburg sieht das leider nicht anders aus“, so der Experte.

Laut einer Studie der Gesundheitsbehörde sind in der Hansestadt 11,8 Prozent der Erstklässler übergewichtig – das ist fast jedes achte Kind. Bei ihrer Einschulung sind 11,5 Prozent der Mädchen und 12,1 Prozent der Jungen zu dick. Vor zehn Jahren lag die Quote noch bei neun Prozent. Tendenz weiter steigend. Mehr als ein Drittel der übergewichtigen Sechsjährigen gelte gar als fettleibig. Besonders häufig seien auch Kinder mit Migrationshintergrund betroffen: Hier gelten sogar 18 Prozent als übergewichtig. Behördensprecherin Jasmin Eisenhut:

„Wir haben zahlreiche Projekte ins Leben gerufen, um Kinder und Eltern über gesunde Ernährung aufzuklären.“

Auffallend: Nicht in allen Bezirken ist das Problem gleich schwerwiegend. Mit 15,3 Prozent leben die meisten übergewichtigen Kinder im Bezirk Mitte, gefolgt von Harburg mit 14,6 Prozent. „In sozial schwachen Stadtteilen wie Lurup oder Wilhelmsburg gibt es den größten Handlungsbedarf“, sagt Dörte Frevel von der Hamburgischen Arbeitsgemeinschaft für Gesundheitsförderung (HAG), die bereits in diesem Jahr an rund 100 Hamburger Schulen Seminare zu gesunder Ernährung gehalten hat. „Es ist zu beobachten, dass gerade Kinder aus ärmeren Elternhäusern sich ungesund ernähren.“

HAG-Geschäftsführerin Margrit Schlankardt bestätigt: „Solange Pommes, Pizza und Fertiggerichte deutlich billiger sind als frisches Obst und Gemüse, können wir das Problem nicht lösen.“ Zudem hielten viele Eltern das Thema Essen für eine „private Angelegenheit“, lassen sich ungern beraten. „Aber die Eltern sind die wichtigsten Vorbilder für ihre Kinder“, so Schlankardt.

Silke Schwartau, Ernährungsexpertin von der Verbraucherzentrale Hamburg, sieht die Politik in der Pflicht: „Angesichts der dramatischen Entwicklung ist es dringend erforderlich, die frisch erlassenen Bundesstandards zur Schulverpflegung auch in Hamburg schnellstmöglich umzusetzen.“ In vielen Hamburger Schulen gebe es nach wie vor Coca-Cola, Süßigkeiten und ein wenig ausgewogenes Mittagessen. „Damit hinkt Hamburg in der Entwicklung im Vergleich mit anderen großen deutschen Städten weit hinterher“, sagt Schwartau.

Auch Ernährungspsychologe Westenhöfer fordert politisches Engagement – in verschiedenen Bereichen. Denn neben Ernährung im Elternhaus und in der Schule spiele auch Bewegung eine entscheidende Rolle. „Kinder müssen Sport treiben. Es müssen auch in Hamburg mehr Orte geschaffen werden, an denen sie das sinnvoll und sicher tun können.“

DAS IST DER „BODY-MASS-INDEX“

Der Body-Mass-Index (BMI) gibt Auskunft über die Körpermasse eines Menschen. Er wird so errechnet: Körpergewicht geteilt durch Körpergröße mal Körpergröße. Personen mit einem BMI-Wert von mehr als 30 gelten als übergewichtig und behandlungsbedürftig. Allerdings muss bei Kindern das Wachstum einkalkuliert werden. Daher sollte der Kinderarzt entscheiden, ob ein Kind übergewichtig ist oder an Adipositas (schwerer Fettleibigkeit) leidet. Um Übergewicht vorzubeugen, raten die Experten von Moby Dick den Eltern, Lebensmittel mit geringem Fettgehalt zu kaufen, etwa Geflügelwurst anstelle von Schweinebraten. Außerdem sollen sie Früchte und Gemüse immer wieder zum Essen anbieten. Die besten Getränke: Wasser und ungesüßte Tees – denn einige Säfte enthalten ähnlich viel Zucker wie Cola. Außerdem sollten Eltern gemeinsam mit ihren Kindern aktiv sein, am besten im Freien. (axg)

SO HILFT MOBY DICK

Das Gesundheitsprogramm Moby Dick gibt es rund 20-mal in Hamburg. Teilnehmer im Alter von acht bis 16 Jahren treffen sich ein Jahr lang einmal wöchentlich in Gruppen von bis zu zehn Kindern. Unter Anleitung von Sport- und Ernährungsexperten lernen sie jeweils drei Stunden lang, sich gesund zu ernähren und mit Spaß zu bewegen. Moby Dick arbeitet eng zusammen mit Sportvereinen und integriert die Eltern in das Programm. Die Kosten von 150 Euro monatlich übernehmen viele Krankenkassen ganz oder teilweise, wenn der Kinderarzt Adipositas (Fettleibigkeit) diagnostiziert. Allerdings müssen Eltern häufig in Vorleistung treten. Weitere Informationen gibt es unter www.mobydickhamburg.de oder in dem Buch „Gesunde Kinder – Ein Motivationsbuch“ von Dr. Christiane Petersen (Hugendubel, 19,95 Euro). (axg)

Zu viel wiegt in Hamburg derzeit schon fast jedes achte Kind. Mehr als jedes 20. Kind gilt sogar als fettleibig. Und die Tendenz ist weiter steigend.

FOTO: DPA, GRAFIK: HASSE/MICHAELIS