

Gesundheitssportverein gegründet

Das Adipositas-Netzwerk will langfristig gesunde Ernährung und Bewegung in den Alltag von Kindern und Jugendlichen bringen. Beim „Talk im Klinikum“ wurde es vorgestellt.

Von Peggy Machoi

Bad Salzungen – Nicht nur darüber reden, sondern etwas tun! Das war die Devise beim „Talk im Klinikum“. Zwar wurde auch über das Thema „Gewichtsprobleme im Kindes- und Jugendalter“ geredet – Ursachen, Verlauf, Folgeerkrankungen von Adipositas (extremes Übergewicht). Doch Mittelpunkt war das neue

„Netzwerk Adipositas“. Wir haben vor eineinhalb Jahren bereits das Thema besprochen“, erklärte die Marketingleiterin des Bad Salzunger Klinikums, Birgitt Schroth. „In der anschließenden Diskussion haben wir bemerkt, dass es keine Möglichkeiten gibt, adipöse Kinder langfristig zu betreuen.“ Dieses Problem wurde nun in Angriff genommen. Kinderärzte, Hausärzte, die stationäre Rehabilitation, die Ernährungsberatung, der Rehabilitationssport, der neu gegründete Gesund-

heitssportverein und ein Präventionskurs sind Teil des Netzwerkes. „Die Adipositas-therapie steht auf drei Säulen“, erklärte Dr. Volker Zindel, Chefarzt der Klinik für Kinder- und Jugendmedizin in seinem Vortrag. „Es sind Bewegung, gesunde Ernährung und eine Lebensstiländerung.“ Alle drei Säulen werden von dem Netzwerk



Dr. Volker Zindel.

abgedeckt: „Wir glauben die Möglichkeit gefunden zu haben, den Kindern auch langfristig helfen zu können“, so Zindel. Etwa durch den Präventionskurs

„Gesundes Gewicht im Kindesalter“. „Der Kurs richtet sich an alle Kinder zwischen acht und 14 Jahren und dauert acht Wochen“, erläuterte der Chefarzt. Pro Woche gibt es jeweils zwei Kurseinheiten mit den Themen Bewegung und Ernährung. Ziel ist es, dass die Kinder erkennen, dass gesunde Ernährung und Bewegung Spaß machen. Bei den Einheiten, in denen die Ernährung im Mittelpunkt steht, sollen auch die Eltern einbezogen werden. „Die Kinder müssen lernen, was es überhaupt für Nahrungsmittel

gibt und welche gesund sind – das ist auch für Eltern wichtig.“ Am Montag, 13. Mai, soll der erste Präventionskurs im Bad Salzunger Klinikum starten. „Wir brauchen acht bis zehn Kinder für eine Gruppe“, so Zindel. 130 Euro soll der Kurs kosten, „wir haben schon die Zusage von einigen Krankenkassen, dass der Kurs voll oder teilweise übernommen wird“.

Über den Stellenwert der stationären Rehabilitation bei Gewichtsproblemen im Kindes- und Jugendalter referierte Dr. Andreas Baudach, Chefarzt der Rehabilitations- und Vorsorgeklinik „Charlottenhall“ Bad Salzungen. „Wir wollen das Ess- und Bewegungsverhalten Ihrer Kinder in alltagsnahen Situationen beobachten und gegebenenfalls beeinflussen“, so Baudach. Zwar sei ein Rehabilitationsziel die Gewichtabnahme, „aber nicht



Dr. Andreas Baudach.

möglichst viel in kurzer Zeit“. Stattdessen soll das Verhalten langfristig verändert werden. Der Arzt hob besonders den Einfluss der Eltern hervor. „Einige Kinder haben mir erzählt, dass die Eltern auf dem Heim-

weg von der Klinik erst mal bei McDonalds angehalten haben – das hilft natürlich nicht.“ Daher sei es wichtig, die Eltern in die Adipositasbehandlung einzubeziehen. Baudach betonte



Dr. Gabriele Lichti.

auch: „91 Prozent der Kinder schließen die Reha mit Erfolg ab, ein Jahr später sind es nur noch 49,8 Prozent und zwei Jahre später sieht es noch schlechter aus.“ Daher begrüße er eine qualifizierte Nachsorge nach der stationären Reha.

Dr. Gabriele Lichti, Chefarztin für Physikalische und Rehabilitative Medizin, erläuterte, wie es nach der Reha weitergeht. „Ein adipöses Kind ist nicht so leistungsfähig wie ein normalgewichtiges“, erklärte sie den Anwesenden. Daher sollte die Aktivität an das Gewicht angepasst werden. Wichtiger und effektiver als ein „limitiertes Sportprogramm“ sei es jedoch die Bewegung in den Alltag einzubauen. Auch toben und springen im Schwimmbad sei für ein Kind gesunde Bewegung. „Der sportliche Leistungsanspruch darf nicht im Vordergrund stehen – das demoti-

viert“, so die Ärztin. „Wenn etwas Spaß macht, tut es ein Kind ständig.“

Das wird auch in dem neu gegründeten Gesundheitssportverein berücksichtigt. Nicht die sportliche Leistung, sondern die Vorsorge soll im Mittelpunkt des Vereins stehen, der von Mitarbeiterin des Bad Salzunger Klinikums ins Leben gerufen wurde. „Der Verein ist für alle, vom Kind bis zum Senior“, betonte Birgitt Schroth. „Es soll zum Beispiel Kurse für adipöse Kinder geben oder Kinder- und Jugendgruppen im Anschluss an den Präventionskurs.“ 36 Euro pro Jahr kostet die Mitgliedschaft in dem Verein.

Ein weiterer Teil des Netzwerkes ist derzeit noch im Aufbau: Ab Mitte Juni soll auch Rehabilitationssport angeboten werden.

Anmeldung möglich

Der Präventionskurs „Gesundes Gewicht im Kindesalter“ beginnt am Montag, 13. Mai, um 17.30 Uhr im Klinikum Bad Salzungen. Informationen zum Kurs oder zum Gesundheitssportverein erhalten Interessierte von Patientenbetreuerin Heidrun Inder unter ☎ 03695/644769. Wer sich bereits für eine Teilnahme entschieden hat, kann sich unter ☎ 03695/6460-80 oder -84 anmelden.