

Übergewicht im Kindesalter – warum ist es so schwer, abzunehmen, und welche Behandlungsmöglichkeiten gibt es?

Übergewicht resultiert aus einer chronisch positiven Energiebilanz und einer langfristig gestörten Appetitregulation. Seine Entstehung bzw. Behandlung ist von komplexen Interaktionen zwischen genetischen Bedingungen, Umwelteinflüssen und Lebensumständen abhängig. Adipositas wird schon bei Kindern als multifaktorielle chronische Erkrankung betrachtet, da bereits bei 75 Prozent der Betroffenen Komorbiditäten auftreten und ein hoher Leidensdruck besteht. Sowohl gesundheitliche als auch psychosoziale Belastungen sind vorab zu beachten, um eine bedarfsgerechte effiziente Unterstützung für Eltern und Kind zu ermöglichen, zumal die Erziehungskompetenzen und die Vorbildfunktion der Eltern zu stärken sind.

Die Therapie ist strukturiert und interdisziplinär ausgerichtet, indem die zentralen inhaltlichen Bausteine Bewegung, Ernährung, Medizin und Psychologie – nicht nur Verhaltenstherapie, sondern insbesondere systemische Therapie mit Einbinden der Familie – angemessen berücksichtigt werden. Die Präsenz der Eltern ist je nach Altersgruppe zu differenzieren; sie ist umso grösser, je jünger die Kinder sind. Es werden langfristige und nachhaltige Verhaltensänderungen angestrebt, dazu gehören die Verbesserung des Ess- und Bewegungsverhaltens, die Reduktion von Inaktivität, die Reduktion der übergewichtsassoziierten Risikofaktoren, die Verbesserung der Lebensqualität, unter Vermeiden von Nebenwirkungen wie Essstörungen. Prinzipien der motivationalen Gesprächsführung seitens der Therapeuten und des Erlernens von flexibler Selbstkontrolle seitens der Übergewichtigen sollten daher gegenüber einem reinen Monitoring und rigider Kontrolle bevorzugt werden.

Kinder und Jugendliche mit Übergewicht plus Begleiterkrankungen oder Adipositas können über die Grundversicherung umfassend betreut werden, und zwar in einer multiprofessionell strukturierten Behandlung sowohl im individuellen Setting (MSIT) als auch in der Gruppe (MGP). Der Arzt arbeitet dabei mit einem Therapeutenteam aus den Bereichen Bewegung, Ernährung und Psychologie zusammen und hat eine eintägige Weiterbildung zum Adipositas-Spezialisten absolviert oder eine vertiefende fünftägige Weiterbildung zum Adipositas-Therapeuten. Diese ist Voraussetzung für mindestens ein Teammitglied an den pädiatrischen Adipositaszentren, die unter 18-Jährige ggf. bei bariatrischen Eingriffen oder in anderen komplexen Situationen begutachten und mitbetreuen.

Kontakt:

Prof. Dr. med. Dagmar l'Allemand

Fachverband Adipositas im Kindes- und Jugendalter akj
Herzogstrasse 1
CH-5000 Aarau
+41 44 251 54 45
info@akj-ch.ch

Ostschweizer Kinderspital
Endokrinologie/Diabetologie
Claudiusstrasse 6
CH-9006 St. Gallen
+41 71 243 14 67
dagmar.lallemand@kispisg.ch