



Leben. Gesundheit

## Neue Studie bestätigt: Pommes und PC machen immer mehr Kinder krank

Redaktion  
03.05.2010



Deutsche Kinder werden immer dicker und unbeweglicher. Übergewicht und motorische Defizite bei Kindern haben in den vergangenen zehn Jahren stark zugenommen. Das ergab eine bundesweite Forsa-Befragung von 100 Kinder- und Jugendärzten im Auftrag der Krankenkasse DAK.

Dicke Kinder.  
Foto: DAK/ Wigger

Als Hauptursachen für die Zunahme der Gesundheitsprobleme werden fehlende Bewegung, schlechte Ernährung und intensive Computernutzung genannt.

In der DAK-Untersuchung erklären 96 Prozent der Mediziner, dass die Anzahl der Jungen und Mädchen mit Übergewicht stark (57 Prozent) bzw. etwas (39 Prozent) gestiegen ist. Dieses gesundheitliche Problem tritt mit fast 50 Prozent bei den 6- bis 10-Jährigen am häufigsten auf. Die meisten motorischen Defizite haben dagegen mit 61 Prozent bereits Kleinkinder zwischen drei und fünf Jahren. 87 Prozent der Mediziner stellen fest, dass auch dieses Problem zugenommen hat.



„Die dramatische Diagnose der Kinderärzte zeigt Handlungsbedarf“, sagt DAK-Vorstand Herbert Rebscher. „Zu viel Pommes und PC machen unsere Kinder krank. Das beste und billigste Rezept gegen die wachsenden Gesundheitsprobleme ist ganz einfach: laufen, werfen und springen. Der Kampf gegen die Pfunde ist aber nur zu gewinnen, wenn auch Eltern, Schulen und Sportvereine mitmachen.“

Im Praxisalltag beobachten die meisten Kinderärzte Koordinationsprobleme und fehlende Ausdauer. Probleme beim Rückwärtslaufen oder Schwierigkeiten beim Ballfangen stellt knapp die Hälfte fest. Den betroffenen Eltern empfehlen fast alle Mediziner, Bewegung fest in den Alltag zu integrieren, die Mediennutzung zu begrenzen und zusätzlich Vorbild in Sachen Gesundheit zu sein.

Zu kalorienreiche Nahrung, zu wenig Bewegung:  
Deutsche Kinder werden immer dicker.  
Foto: DAK/ Wigger