

# Die **schwere Last** der Generation Chips



Text: Edmund Fröhlich



**Edmund Fröhlich** (51), Klinikmanager und Pädagoge, ist seit über zwanzig Jahren in der Gesundheits- und Sozialwirtschaft tätig. Das Thema Fettsucht wird seiner Erfahrung nach immens unterschätzt. „Dieses Krankheitsphänomen wird epidemische Ausmaße annehmen – wenn nicht massiv dagegen vorgegangen wird“, sagt Edmund Fröhlich. Weil er nicht länger nur zusehen, sondern aufrütteln will,

hat er gemeinsam mit der Journalistin und Politologin Susanne Finsterer das Buch „Generation Chips. Computer und Fastfood – was unsere Kinder in die Fettsucht treibt!“ geschrieben. Mehr dazu unter [www.generation-chips.de](http://www.generation-chips.de) Hier im „wirbelwind“ berichtet er über das Phänomen, sich dick und krank zu essen und fordert mehr Engagement der Politik.

**J**

eder zweite Erwachsene ist übergewichtig, ebenso zwei Millionen Kinder und Jugendliche. 800.000 von ihnen gelten als fettleibig (adipös). Die Hälfte davon leidet unter mindestens einer Begleiterkrankung oder ist davon bedroht. Und das Problem nimmt zu: Die Zahl übergewichtiger Sprösslinge hat sich in den letzten fünfzehn Jahren verdoppelt. Mindestens 150.000 fettleibige Kinder und Jugendliche dürften stationär behandlungsbedürftig sein. Damit haben sich Übergewicht und Adipositas zu einer wahren Volkskrankheit entwickelt. Die derzeitigen Maßnahmen zur Prävention reichen also offenbar nicht aus, um dieser Entwicklung entgegen zu wirken.

In Zukunft werden noch mehr fettleibige Kinder und Jugendliche eine Therapie benötigen. Denn wer 30 oder 40 Kilo zuviel hat, dem hilft in der Regel keine Diät nicht mehr. Der braucht **eine gründliche Therapie, die ihm nicht nur hilft, abzuspecken, sondern auch zeigt, wie er sein Verhalten ändert**, um in Zukunft sein Körpergewicht zu stabilisieren.

Leider wird erst dann etwas unternommen, wenn die Adipositas krankhaft geworden ist bzw. bereits Folgeschäden aufgetreten sind: die Patienten zu stark gehänselt wurden, keine Lehrstelle bekamen oder sich die Adipositas durch sinkende körperliche Leistungsfähigkeit oder durch Schmerzen in den Gelenken bemerkbar gemacht hat – es also „weh“ tut.

Legt man streng wissenschaftliche Kriterien an, lassen sich zurzeit aber **keine verlässlichen Aussagen über die Wirksamkeit einer Adiposistherapie** im

Kindes- und Jugendalter oder über die Wirksamkeit einzelner Elemente der Therapie machen. Auch das ein Argument für mehr und effektive Prävention.

**Die Ursachen sind bekannt: zu wenig Bewegung und falsches Essen. Doch wer tut etwas dagegen?**

Im Kinderzimmer hat Übergewicht längst Einzug gehalten. Weil sich unsere Kinder immer weniger bewegen und immer mehr Zeit vor dem Fernseher, dem Computer und der Play-Station verbringen, werden sie immer dicker. Mittlerweile ist jedes fünfte Kind und jeder dritte Jugendliche übergewichtig. **Unterstützt wird diese Entwicklung durch den Verlust traditioneller Ernährungsgewohnheiten in den Familien.** Viele Kinder erleben zu Hause kein regelmäßiges Frühstück oder gemeinsames Abendessen. Stattdessen entwickeln die Kinder ungesunde Essgewohnheiten, die auch im Erwachsenenalter das Verhalten prägen. So werden aus dicken Schulkindern dicke Erwachsene. Und diese leiden an den üblichen Erkrankungen wie Diabetes mellitus, Bluthochdruck, Arteriosklerose und Schlaganfall. („Metabolisches Syndrom“).

Familiäre Belastung (adipöse und übergewichtige Eltern), ethnische Zugehörigkeit (anderes Herkunftsland als Deutschland) und niedriger sozialer Status (geringes Einkommen der Eltern, niedrige Schulbildung der Kinder) sind als Risikofaktoren für die Entstehung einer Adipositas im Kindes- und Jugendalter bekannt.



### Gesundheitsrisiko wird unterschätzt – Krankheitskosten von 70 Milliarden

Im Alltag wird das enorme Gesundheitsrisiko von Übergewicht völlig unterschätzt. Dabei sind etwa 30 Prozent der chronischen Krankheiten darauf zurückzuführen. Mit über 70 Milliarden Euro schlagen Krankheitskosten zu Buche, die durch Übergewicht zumindest mitverursacht wurden. Allein diese Zahlen zeigen die enorme Bedeutung von mehr Prävention und Vorsorge. Wir alle wissen, dass ausgewogene Ernährung und regelmäßige Bewegung Voraussetzungen sind für ein gesünderes Leben. Aber wir wissen auch, **dass Prävention häufig nicht am Wissen, sondern an der Umsetzung im Alltag scheitert.** Aber gerade Vorbeugung ist entscheidend, denn: Je früher die Weichen gestellt werden, desto leichter sind gesundheitliche Folgeerkrankungen zu vermeiden.

Das „Metabolische Syndrom“ ist also auf dem besten Wege, unser System der gesetzlichen Sozialversicherung zu ruinieren. Von den Belastungen für die Seele des Einzelnen oder den beruflichen Werdegang ganz abgesehen.

Mit einer Regierungserklärung im Mai 2007 und einem nationalen Aktionsplan will die Politik gegen das Übergewicht in Deutschland vorgehen und bis 2020 eine Trendwende erreichen. Mit Appellen sollen die Bürger zur gesünderen Ernährung und mehr Bewegung ermuntert werden. Die Lebensmittelkennzeichnung soll verständlicher und Kantinenessen ausgewogener werden.

Dies greift jedoch viel zu kurz: Information und Aufklärung sowie eine bessere Prävention sind **zwar ein erster Schritt, aber nicht ausreichend** um die Fettleibigkeit – Epidemie in den Griff zu bekommen. Wir haben kein Erkenntnisdefizit, sondern ein Umsetzungsproblem.

### Gesundheitserziehung und professionelle Unterstützung der Eltern nötig

Die Generation Chips muss einerseits vor Dickmachern, wie Softdrinks und Fast Food geschützt werden und andererseits genügend Bewegungsalternativen zum Medienkonsum bekommen. **Der Gesetzgeber ist aber auch aufgefordert, verbindliche Vorschriften in der Schul-, Familien- und Gesundheitspolitik zu erlassen.** Frühkindliche Gesundheitserziehung im Kindergarten, Gesundheit als Schulpflichtfach, verpflichtende schulärztliche Untersuchung alle zwei Jahre, Werbeverbot während Kindersendungen und klare Lebensmittelkennzeichnung können die ersten Schritte sein.

Es muss außerdem die Frage erlaubt sein, ob Eltern, die ihre Kinder trotz kinderärztlicher Hinweise oder Aufforderung von Lehrern oder Ärzten nicht behandeln lassen, **sich nicht der unterlassenen Hilfeleistung, der Vernachlässigung oder gar der Kindesmisshandlung schuldig machen?**

Die Ursachen – zu wenig Bewegung und einseitige Ernährung – sind bekannt, Projekte gibt es viele, **was fehlt ist eine komplexe und nachhaltige politische Strategie.** Prävention und Aufklärung sind zweifelsfrei wichtig. Allerdings haben sie bisher keinen nachhaltigen Erfolg gebracht. Ich sehe die familiären Verhältnisse nicht nur als Ursache, sondern auch als Ansatzpunkt für die Lösung des Problems. Die betroffenen Familien brauchen professionelle Unterstützung, um wieder „Erziehungskompetenz“ zu erlangen. **Unterstützung durch Therapeuten, Ärzte, Erzieher und Lehrkräfte ist ebenso nötig wie die Einsicht auf Seiten der Lebensmittel- und Werbeindustrie im Sinne einer gesellschaftlichen Verantwortung.** Ich bin fest davon überzeugt, dass wir ohne klare Regelungen und verbindliche Festlegungen die epidemieartige Ausbreitung der Adipositas nicht in den Griff bekommen werden. ●