



09.10.2013 10:35

Orthopäden und Unfallchirurgen fordern für Schüler eine tägliche Bewegungsstunde

Elke Leopold Presse- und Öffentlichkeitsarbeit - Deutsche Gesellschaft für Orthopädie und Unfallchirurgie

Der Anteil übergewichtiger Kinder hat in den vergangenen zehn Jahren um 60 Prozent zugenommen. Die Mehrheit dieser Heranwachsenden ist auch im Erwachsenenalter übergewichtig und leidet an schweren Folgeerkrankungen wie Arthrose. Um den Betroffenen eine bessere Lebensqualität zu ermöglichen und das Gesundheitssystem zu entlasten, fordern Orthopäden und Unfallchirurgen staatlich geförderte Präventionsprogramme in Kindergärten und Schulen.

Eine Stunde aktive Bewegung pro Tag sollte dabei Pflicht sein. Auf der Pressekonferenz anlässlich des Deutschen Kongresses für Orthopädie und Unfallchirurgie (DKOU) am 23. Oktober 2013 berichten Experten über geeignete Maßnahmen und fordern die Politik zum Handeln auf. Darüber hinaus findet symbolisch für die Vorbeugung von Haltungsschäden bei Kindern am 17. Oktober 2013 eine gemeinsame Baumpflanzaktion mit der Senatsverwaltung für Stadtentwicklung und Umwelt in Berlin statt.

Nur ein Drittel aller Jungen und ein Fünftel aller Mädchen bewegt sich täglich eine Stunde. Damit kommen nur die wenigsten Kinder auf die von Orthopäden empfohlene Mindestzeit von 30 bis 60 Minuten Bewegung am Tag. "Das reicht bei weitem nicht aus", kritisiert Privatdozent Dr. med. Martin Engelhardt, langjähriger Vorsitzender der Sektion orthopädische Sporttraumatologie der Deutschen Gesellschaft für Orthopädie und orthopädischer Chirurgie (DGOOC). "Inaktive oder übergewichtige junge Menschen beginnen in den seltensten Fällen als Erwachsene mit dem Sport." 80 Prozent dieser Kinder haben auch im Erwachsenenalter ein zu hohes Körpergewicht und dadurch ein erhöhtes Risiko für Arthrose und andere Gelenkerkrankungen.

Das Risiko einer Arthrose ist bei Übergewichtigen bis zu siebenfach höher als bei Normalgewichtigen. Auch die Gefahr für Fehlbelastungen des Halte- und Bewegungsapparats und chronische Schmerzen ist höher. Darüber hinaus erhöht Übergewicht durch eine gewisse Unbeweglichkeit die Unfallgefahr, beispielsweise im Schulsport. Dies und Erkrankungen, wie etwa Stoffwechselstörungen, führen zu erheblichen Folgekosten für das Gesundheitssystem.

Um diese bedrohliche Entwicklung zu stoppen, muss in der Bevölkerung ein gesundes Ernährungs- und Bewegungsverhalten etabliert werden, fordern die DGOOC und die Deutsche Gesellschaft für

Unfallchirurgie (DGU). Bereits in Kindergärten und Schulen sollten Erzieher und Lehrer den Heranwachsenden einen gesunden Lebensstil vermitteln. "Es existieren bereits gute Präventionsprogramme und Unterrichtsmaterialien, doch an der Umsetzung mangelt es noch", bedauert Engelhardt, Chefarzt der Klinik für Orthopädie, Unfall- und Handchirurgie am Klinikum Osnabrück. Die Gesundheitspolitik sei nicht aktiv genug. "Für Prävention geben die gesetzlichen Krankenkassen jährlich nur etwa 340 Millionen Euro aus. Gleichzeitig verursachen schlechte Ernährung und Bewegungsmangel Folgekosten von mehr als 70 Milliarden Euro im Jahr", rechnet Engelhardt vor.

Der Experte rät, mehr Präventionstrainer auszubilden und Präventionsprojekte deutschlandweit einzusetzen. Darüber hinaus sei eine zentrale Koordinationsstelle sowie die Einführung von Vorsorgeprogrammen und neuer Unterrichtsfächer in Kindergärten und Schulen notwendig. Welche zusätzlichen Fächer eingeführt werden sollten, wie bereits etablierte Vorsorgeprogramme aufgebaut sind und welche Rolle Sportärzte und Orthopäden dabei zukommt, erklären Experten auf der Pressekonferenz des DKOU am 23. Oktober 2013 in Berlin. Außerdem findet symbolisch für die Vorbeugung von Haltungsschäden bei Kindern am 17. Oktober 2013 eine Baumpflanzaktion mit der Senatsverwaltung für Stadtentwicklung und Umwelt in Berlin statt.

Merkmale dieser Pressemitteilung:

Journalisten – Medizin - überregional

Forschungs- / Wissenstransfer, Wissenschaftliche Tagungen – Deutsch

