

## Geleitwort

Das vorliegende Buch widmet sich sehr paxisnah der Problematik Übergewicht und Adipositas im Kindes- und Jugendalter. Die steigende Prävalenz von Übergewicht und Adipositas bedeutet eine erhebliche Belastung für die Gesellschaft, für betroffene Kinder und Jugendliche und deren Familien. Es finden sich aber nicht nur physische, sondern möglicherweise auch gravierende Einschränkungen ihrer Lebensqualität. Darüber hinaus ergibt sich ein nicht zu unterschätzendes gesundheitliches Risiko für das spätere Erwachsenenalter. Adäquate therapeutische Ansätze sind daher dringend erforderlich.

Dieses Buch widmet sich aus Sicht der verschiedenen wissenschaftlichen Fachdisziplinen der juvenilen Adipositas. Der interessierte Leser wird daher nicht nur viel Praxisnahes aus der eigenen Disziplin, sondern auch aus Sicht der übrigen Gebiete erfahren können.

Das zugrunde liegende Konzept basiert auf den langjährigen Erfahrungen des CHILT-Programms der Deutschen Sporthochschule Köln (Stufe III). Dabei handelt es sich um ein interdisziplinäres familienbasiertes Schulungsprogramm, das von den Fachgesellschaften (AGA und KgAS) zertifiziert wurde. Die praktische Umsetzung wurde komplett neu aufbereitet und für ein therapeutisches Team anwenderorientiert zusammengestellt. Die organisatorischen Hinweise geben darüber hinaus wertvolle Tipps für die Konkretisierung.

Ich darf daher Lesern viel Freude und neue Kenntnisse, Akteuren viel Erfolg in der Umsetzung und Anwendung wünschen.

September 2008

Univ. Prof. mult Dr. rer. pol. Walter Tokarski  
Rektor der Deutschen Sporthochschule Köln

## Geleitwort

Die neuen „Kinderkrankheiten“ in unserer Überflussgesellschaft sind Übergewicht und Adipositas. Ohne Intervention werden aus übergewichtigen Kindern größtenteils übergewichtige Erwachsene mit den bekannten Folgeerkrankungen. Diese Folgen sind jedoch bereits im Kindesalter zunehmend zu beobachten. Die übergewichtigen Kinder und Jugendlichen selbst leiden vor allem unter den psychosozialen Folgen wie Hänseleien und Ausgrenzung von Altersgenossen, was ihnen eine altersgerechte Persönlichkeitsentwicklung häufig erschwert. Daher sind tragfähige, praktikable und vor allem nachhaltig wirksame Präventions- und Therapieansätze dringend für das Kindesalter erforderlich.

Das hier vorgelegte Manual zur multimodalen Behandlung übergewichtiger und adipöser Kindern mit einem Schwerpunkt auf der Bewegungstherapie beruht auf den reichhaltigen und langjährigen Erfahrungen aus dem CHILT Projekt der Deutschen Sporthochschule Köln und entspricht den Leitlinien der Adipositasgesellschaft. Es handelt sich damit um ein praxisnahes Konzept, das für alle beteiligten Berufsgruppen (Kinder- und Jugendärzte, Psychologen/Pädagogen, Ökotrophologen/Diätassistenten, Sportwissenschaftler/Übungsleiter) aufeinander aufbauende Einheiten und Vorträge bereithält.

Wie bei allen Therapiemaßnahmen der Adipositas im Kindesalter ist eine langfristige Evaluation von Schulungen erforderlich, um insbesondere die nachhaltige Wirksamkeit zum Wohle der Betroffenen und ihrer Familien immer weiter zu optimieren. Auch gelingt es damit leichter eine Kostenübernahme durch die gesetzlichen Krankenkassen zu erreichen, um möglichst allen und nicht nur der selbstzahlenden Ober- und Mittelschicht den Zugang zu einer Adipositastherapie zu ermöglichen.

Ich wünsche allen Lesern, dass das vorliegende Werk ihnen die Materialien und Techniken an die Hand gibt, um sie in ihrer häufig schwierigen, aber enorm wichtigen Tätigkeit der Behandlung adipöser Kinder und Jugendlichen zu unterstützen.

PD Dr. med. Thomas Reinehr

Sprecher der Arbeitsgemeinschaft Adipositas im Kindes- und Jugendalter  
Vestische Kinder- und Jugendklinik Datteln  
Universität Witten/Herdecke

## Vorwort der Herausgeber

Zurzeit gibt es in Deutschland etwa 800.000 adipöse Kinder und Jugendliche. In der Entstehung spielen Fehlernährung und Bewegungsmangel neben einem geringeren sozioökonomischen Status bzw. Bildungsgrad sowie einer familiären Disposition eine wichtige Rolle. Übergewicht ist besonders für Kinder weit mehr als nur ein kosmetisches Problem. Kardiovaskuläre Risikofaktoren, Stoffwechselerkrankungen, orthopädische und/oder psychosoziale Störungen sind nicht selten. Begleit- oder Folgeerkrankungen der Adipositas, die auch einen enormen Kostenfaktor für das Gesundheitssystem darstellen. Effektive therapeutische Ansätze sind daher unbedingt erforderlich, um nachhaltig betroffenen Kindern und Jugendlichen zu helfen. Das wiederum erfordert ein interdisziplinäres Vorgehen, das stets das gesamte kindliche Umfeld berücksichtigen sollte.

In diesem Buch werden auf der Basis der aktuellen Untersuchungen und Empfehlungen die wichtigsten Hintergründe aus Sicht der beteiligten Disziplinen Medizin, Ökotrophologie, Psychologie und Sportwissenschaft zusammengestellt und für die Anwendung als praxisnahe Einheiten aufbereitet.

Dazu haben nicht nur alle Autoren, sondern auch andere in diesem Bereich Tätige durch ihre Anregungen in gemeinsamen Diskussionen und kritische Durchsicht des Manuskripts beigetragen. Danken möchten wir daher nicht nur Karin Holtz (Ernährung), Susann Brückmann und Irene Fuchs (Verhalten), sondern auch Jutta Peckmann für die Zeichnungen und dem gesamten CHILT-Team für die bereitwillige Unterstützung im Rahmen der Entstehung. Weiterhin möchten wir Frau Maria Flothkötter für die Bereitstellung der AID-Unterlagen danken. Darüber hinaus gilt unserer besonderer Dank dem Verlag modernes lernen, insbesondere Frau Balke-Schmidt, für die stets freundliche und kompetente Hilfe und Geduld.

Köln, den 20.6.2008

PD Dr. med. Dr. Sportwiss. Christine Graf, Dr. rer. nat. Sigrid Dordel,  
Benjamin Koch  
Deutsche Sporthochschule Köln