

Information zu ADIPOSITAS - ÜBERGEWICHT

25 -35 % der Schulkinder sind bereits zu schwer, bzw. sind übergewichtig. Das Übergewicht bei Kindern wird ganz analog wie bei Erwachsenen als BMI, also Körpermasse-Index ausgedrückt, der sich berechnet aus Körpergewicht geteilt durch Körpergröße². Wichtig ist aber, dass dieser BMI (oder KMI) altersabhängig ist.

Es gibt viele Ursachen, die ein Übergewicht bereits im Kindesalter verursachen. Organische Ursachen, also Störungen der Schilddrüsen- und Nebennierenfunktion. Häufigere Ursachen sind aber falsches Essen, falsches Essverhalten und zuwenig Bewegung. Oft ist die ganze Familie betroffen und sicherlich gibt es auch ungünstige Erbanlagen, die es einem Kind (und auch einem Erwachsenen) schwer machen abzunehmen, dann ist es besonders wichtig, die richtige Zusammensetzung der Ernährung und die richtige Form der Bewegung zu finden. Noch wichtiger ist es für viele Kinder zu lernen „nein“ zuzusagen, in der Schule und bei den Freunden stark zu sein, damit das Abnehmen gelingt und damit das Schlanksein dauerhaft bleibt.

Wir wollen dabei helfen.

Unsere Praxis hat ein Programm zusammengestellt, das Ihnen und Ihren Kinder helfen soll. Unser Programm wurde von den Deutschen Fachgesellschaften, also der Deutschen Adipositasgesellschaft und der Arbeitsgemeinschaft Adipositas in der Pädiatrie, zertifiziert und anerkannt, so dass es möglich ist für die Teilnahmegebühren einen Zuschuss oder sogar eine Gesamtfinanzierung, je nachdem in welcher Krankenkasse Ihr versichert seid, zu erhalten.

Zur Teilnahme solltet Ihr Euch in der Praxis vorstellen. Zuerst werden wir eine gründliche körperliche Untersuchung durchführen und auch das Blut untersuchen, damit wir eine andere Ursache wie z.B. eine Hormonstörung ausschließen können. Dann kann es losgehen. In der Regel zunächst mit einer Ernährungsberatung, die schon mal helfen soll das Gewicht zu verringern. Als nächstes solltet Ihr an unserem Sportprogramm für mindestens 6 Wochen teilnehmen, und immer ab September beginnen wir mit unserem Kurs der über ca. 10 Monate Euch helfen soll Eure Ernährung und Euren Sport so einzuteilen, dass Ihr schlank und rank werdet!

