

Gesunde Entwicklung von Anfang an. Frühe Prägung von Adipositas und Möglichkeiten der Prävention (Tagungsbericht)

Am 15. Juni 2016 veranstalteten das Adipositas-Netzwerk SAAR e. V. und das Netzwerk „Saarpfalz mit peb – ein Landkreis macht sich fit“ beim Gesundheitsamt des Saarpfalz-Kreises eine Fachtagung zum Thema „Gesunde Entwicklung von Anfang an. Frühe Prägung von Adipositas und Möglichkeiten der Prävention.“ Das Programm Frühe Hilfen, das Modellprojekt 9 + 12, Adipositas in der Schwangerschaft und im Kleinkindalter sowie die vorgeburtliche Betreuung (stark) übergewichtiger Frauen standen dabei im Fokus.


Den Auftakt bildete Dr. Lieselotte Simon-Stolz (Koordinatorin Frühe Hilfen, Kreisgesundheitsamt Neunkirchen) mit ihrer Ausführung „Die Frühen Hilfen im Saarland am Beispiel des Landkreises Neunkirchen – Chance für frühe Prävention und Vernetzung“. Das Netzwerk Frühe Hilfen stellt eine bedeutende Schnitt- und Vernetzungsstelle dar, in der unterschiedliche Berufsgruppen, Institutionen und Projekte zusammenwirken, um schon ab der Schwangerschaft insbesondere belastete junge Familien mit etlichen Angeboten zu unterstützen. Dazu gehört die Möglichkeit, bei Bedarf speziell ausgebildete Familienhebammen bzw. Familien-Gesundheits-Kinderkrankenpflegerinnen zur Unterstützung im häuslichen Umfeld bereitzustellen. Dr. Simon-Stolz bemerkte am Ende ihres Vortrages, dass längerfristige Unterstützungskonzepte und die Etablierung einer Präventionskette notwendig seien. Diese bereits bestehenden Strukturen eigneten sich hervorragend für den Bereich frühe Gesundheitsberatung im Hinblick auf Ernährungs-, Ess- und Bewegungsverhalten zur Adipositasprävention. Die Gruppe der Menschen in sozialer Benachteiligung zeigt höhere Adipositasprävalenzen und gehört auch allgemein zur Risikogruppe mit gesundheitlicher Chancenminderung.

Im Anschluss daran erläuterte Prof. Dr. med. Jens Möller (Chefarzt Kinder- und Jugendmedizin, Klinikum Saarbrücken) das Thema „Prävention und Frühe Erkennung von drohender und sich entwickelnder Adipositas im Kleinkindalter“. Untersuchungen zur Dynamik der Entwicklung des kindlichen Übergewichts haben, laut Prof. Möller, zwei Altersphasen identifiziert, in denen sich die Tendenzen zu einem späteren jugendlichen Übergewicht akzentuieren: das Kleinkindalter und die Präpubertät. Während über die Risikofaktoren in der zuletzt genannten Phase ausgiebig diskutiert wird (zunehmend sitzende, stressreiche Tätigkeit / erheblich geringere Aktivität bei insgesamt gleichbleibender Kalorienzufuhr / Problem der vor Bildschirmen verbrachten Zeit etc.), und Empfehlungen zur Prophylaxe und Therapie sich selbst in den Leitlinien der American Academy of Pediatrics wiederfinden, erhält dagegen die Kleinkindphase nur wenig Beachtung. Um Adipositas bei Kleinkindern rechtzeitig zu erkennen, sind regelmäßige

Gewichtskontrollen essentiell. Von Seiten der Eltern wird das Gewicht des Kindes häufig nicht als zu hoch eingeschätzt und nicht rechtzeitig über Maßnahmen nachgedacht. Auch im interkulturellen Vergleich lassen sich präventiv wirksame Empfehlungen ableiten, wie z.B. die Einnahme von Mahlzeiten zu feststehenden Zeiten, am besten im Familienverband. Das häufig zu beobachtende, gewohnheitsmäßige „snacking“ ist ein Risikofaktor, denn das Erlernen von „satt“ und „hungrig“ wird dadurch erschwert. Die Selfish Brain-Theorie, wonach Übergewicht durch Störungen in der Energieversorgung des Gehirns entsteht, leistet einen wichtigen Beitrag zum Verständnis der Adipogenese. Aus den daraus gewonnenen Erkenntnissen müssen, gemäß Prof. Dr. Möller, Konsequenzen folgen, die frühkindlichen, katecholaminbasierten Stress vermeiden helfen. Kinder aus belasteten Familien zeigen eher Fehlregulationen, sodass daher in der Prävention und Therapie neben dem Ess- und Bewegungsverhalten auch die sozioemotionale Entwicklung des Kindes beachtet und gefördert werden muss.


In der dritten Ausführung stellte Dr. Andrea Lambeck (Geschäftsführerin der Plattform Ernährung und Bewegung e. V., peb, Berlin) das aus Mitteln des Nationalen Aktionsplans IN FORM vom Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft geförderte Modellprojekt „9 + 12 Gemeinsam gesund in Schwangerschaft und erstem Lebensjahr“ vor. In diesem Projekt wurden Kooperationsstrukturen zur Übergewichtsprävention durch Frauenärzte, Hebammen sowie Kinder- und Jugendärzte im Umfeld der gesetzlichen Vorsorgeuntersuchungen entwickelt und erforscht. Junge Eltern werden bereits mit der Feststellung der Schwangerschaft bis zum Ende des ersten Lebensjahres des Kindes mithilfe der Vorsorgeuntersuchungen erreicht und bei der Umsetzung eines gesunden Lebensstils unterstützt. Das Kind profitiert davon, wenn die Mutter im Laufe der Schwangerschaft moderate sportliche Aktivitäten sowie ein hohes Maß an Alltagsbewegung ausübt. Eine ausgewogene Ernährung der Schwangeren beeinflusst die Entwicklung des Kindes im Uterus positiv. Auch die Qualität der Muttermilch ist abhängig vom Ernährungsverhalten der Mutter. Darüber hinaus haben Studienergebnisse gezeigt, dass das Stillen das Risiko eines späteren Übergewichts und Adipositas

Anzeige



www.kcu4you.de

Praxismöbel online



verringert. Es gilt, relevante Stakeholder des Gesundheitswesens, wie Krankenkassen, Kassenärztliche Vereinigungen, Präventionsakteure, Fachgesellschaften und andere mehr, für die Wahrnehmung und Nutzung dieses frühen Präventionspotenzials zu gewinnen. Dr. Lambeck verwies schlussendlich alle Interessierten auf die Website des geschilderten Projektes <http://www.pebonline.de/projekte/9-12-gemeinsam-gesund/>.

Prof. Dr. E.-F. Solomayer (Direktor der Klinik für Frauenheilkunde, Geburtshilfe und Reproduktionsmedizin, Universitätsklinikum des Saarlandes) und Dr. med. Jochen Frenzel (Lan-desvorsitzender der Frauenärzte Saarland) beleuchteten die Adipositas-Problematik in ihren beiden Vorträgen „Adipositas in der Schwangerschaft“ und „Umgang mit übergewichtigen/adipösen Schwangeren in der vorgeburtlichen Betreuung: Empfehlungen und Ziele aus gynäkologischer Sicht“. Mehr als 60% der saarländischen Frauen sind übergewichtig oder adipös (BMI>30 kg/m²), 30% der schwangeren Frauen sind übergewichtig, 25% schwer übergewichtig und nur 45% sind normalgewichtig. Mögliche Schwangerschaftskomplikationen bei adipösen Schwangeren sind Präeklampsie, geburtshilfliche Komplikationen (Kaiserschnitt etc.) sowie postpartale Komplikationen (Wundheilungsstörungen, Thrombose etc.); die bekannten Lebenszeitriskien sind Diabetes mit Folgeerkrankungen, Herz-/Kreislaufkrankungen, orthopädische Erkrankungen und mehr. Die Konsequenzen der prä- und postkonzeptionellen Übergewichtigkeit bzw. Adipositas mit erhöhtem Risiko der Entwicklung eines Gestationsdiabetes sind für das Neugeborene gravierend. Die Rate eines Gestationsdiabetes (GDM) ist in den letzten 10 Jahren in Deutschland um das 3-fache gestiegen, wobei das Risiko bei einem BMI über 30kg/m² bei ca. 45 % liegt. Eine erhöhte Fehlbildungsrate und eine erhöhte Rate neonataler und postnataler Morbidität (Asphyxien, Atemstörungen, Hypoglykämien) wurden durch Studien mehrfach belegt. An Langzeitfolgen zeigen Kinder adipöser Mütter vermehrt eigene Übergewichtsprobleme und damit verbunden kardiovaskuläre Erkrankungen sowie diabetische Stoffwechselstörungen.

Es wurden folgende Handlungsempfehlungen ausgesprochen: Diabetische Schwangere sind Risikoschwangere. Die Entbindung sollte in einer Geburtsklinik mit angeschlossener Kinderklinik erfolgen, bei insulinpflichtigem GDM Entbindung in einem Perinatalzentrum Stufe I oder II, bei Insulintherapie möglichst keine Terminüberschreitung, ggf. Geburtseinleitung. Bei normoglykämischem GDM und normalem Kindwachstum gilt bei Überschreitung des ET das gleiche Vorgehen wie bei gesunden Schwangeren.

Zur Behandlung und Betreuung im Wochenbett: Bei Wehenbeginn wird die Insulintherapie bei GDM beendet; am 2. Tag postpartum Erstellen eines BZ-Tagesprofils, bei weiterer diabetischer Stoffwechsellage Vorstellung beim Diabetologen. Frauen mit GDM oder vorbestehendem Diabetes haben ein höheres Risiko für Wochenbettdepression.

Diabetische Mütter stillen seltener und kürzer, daher sollte eine adäquate, frühzeitige Aufklärung und Motivation für

4 - 6-monatiges Stillen bereits im Rahmen der Schwangerschaftsbetreuung erfolgen (Senkung des mütterlichen Lebenszeitriskios hinsichtlich kardiometabolischen Erkrankungen, insbesondere Diabetes) sowie Senkung des kindlichen Risikos für Übergewicht und Adipositas. Die Schwangerschaft gilt erfahrungsgemäß als „window of opportunity“ um eine Änderung der Lebensgewohnheiten (Vermeidung von Übergewicht bzw. Gewichtsreduktion, energieadäquate Ernährung sowie Steigerung der körperlichen Aktivität) beizubehalten.

Die Fachtagung begeisterte das Publikum durch die hervorragenden Beiträge und durch den fachübergreifenden Ansatz. Es wurde deutlich, dass der frühen Prävention der Adipositas ein höherer Stellenwert in unserem Gesundheitssystem eingeräumt werden muss. Die „Zauberworte“ hierbei lauten Kooperation und Koordination. Berufsgruppen (Gynäkologen, Kinder- und Jugendärzte, Hebammen etc.). Einrichtungen und Projekte, die in diesem Segment arbeiten, sollen sich immer mehr vernetzen, um ihre Kompetenzen effektiv einsetzen zu können. Die Politik ist hierbei gefordert, gesundheitspolitische Rahmenbedingungen für eine frühe Übergewichtsprävention zu schaffen. Gezielte Informationen und angepasste Hilfeleistungen für die Betroffenen müssen als gemeinsames, miteinander verbundenes Großkonzept aller im Gesundheitswesen Beschäftigten begriffen werden.

Dr. med. Angelika Thönnies
Adipositas-Netzwerk SAAR e. V.

Links:

- Blüher, S. u. K. Kromeyer-Hausschild u. a.: Konsensbasierte (S2) Leitlinie zur Diagnostik, Therapie und Prävention von Übergewicht und Adipositas im Kindes- und Jugendalter (insbes. 8. Prävention der Adipositas im Kindes- und Jugendalter, S. 96 ff.), unter: http://www.adipositas-gesellschaft.de/fileadmin/PDF/Leitlinien/AGA_S2_Leitlinie.pdf (abgerufen am 19.07.2016).
- Bundesinitiative Frühe Hilfen: Was sind Frühe Hilfen?, unter: <http://www.fruehehilfen.de/fruehe-hilfen/was-sind-fruehe-hilfen/> (abgerufen am 19.07.2016).
- Frühe Hilfen im Landkreis Neunkirchen, unter: <http://www.landkreis-neunkirchen.de/index.php?id=2018> (abgerufen am 19.07.2016).
- Frühe Hilfen im Saarland, unter: <http://www.saarland.de/fruehehilfen.htm> (abgerufen am 19.07.2016).
- Übergewicht in der Schwangerschaft birgt Risiken für Mutter und Kind, unter: <http://blog.adipositas-stiftung.com/2008/12/23/uebergewicht-in-der-schwangerschaft-birgt-risiken-fuer-mutter-und-kind/> (abgerufen am 19.07.2016).
- Raio, Luigi, Dr.: Schwangerschaftsbetreuung bei adipösen Frauen, unter: www.sprechzimmer.ch/include_php/previewdoc.php?file_id=5138 (abgerufen am 19.07.2016).