



Übergewicht macht schon Kinder krank

Quelle dpa am 02.09.2009

Übergewicht und Fettleibigkeit können schon bei Kindern zu gesundheitlichen Schäden führen. Dies zeigt eine Studie des Herzzentrums der Universität Leipzig, die gestern beim Europäischen Kardiologenkongress in Barcelona präsentiert wurde.

Danach weisen dicke Kinder häufig schon früh ausgeprägte Blutgefäßschäden auf, die zu Arterienverkalkung führen können. Wie die Deutsche Gesellschaft für Kardiologie mitteilte, hatten die Mediziner 80 übergewichtige oder fettleibige und 60 normalgewichtige Kinder im Alter von zwölf Jahren untersucht.

Weiteres Ergebnis: Der mittlere systolische Blutdruck ist bei stark übergewichtigen Kindern höher als bei normalgewichtigen. Fettleibige Kinder hatten zudem einen veränderten Stoffwechsel, der als Vorstufe von Diabetes gilt.

Ein wichtiger Tip zur Ernährung:

Eltern sollten ihre Kinder nicht ohne Frühstück in die Schule schicken. Das rät die Verbraucherzentrale Sachsen. Studien hätten gezeigt, dass es die Konzentrationsfähigkeit und Kreativität fördert, wenn Schüler mit einem Frühstück in den Tag starten.

Anmerkung:

Gesunde Ernährung ist ein wichtiger Baustein in unserem Leben.
Dazu gehört auch ein gut funktionierender Stoffwechsel.
Lassen Sie uns gemeinsam herausfinden, was Ihnen und Ihrem Kind gut tut.

Für ein genussvolles und gesundes Leben.
Für einen gesunden Körper.
Für ein lebenswertes Leben.