

S. Dietzel / S. Hofmann / C. Rank / P. Sanger

Deutsche Jugend - bergewichtiger und
dadurch unспортlicher denn je?!

Studienarbeit

BEI GRIN MACHT SICH IHR WISSEN BEZAHLT



- Wir veröffentlichen Ihre Hausarbeit, Bachelor- und Masterarbeit
- Ihr eigenes eBook und Buch - weltweit in allen wichtigen Shops
- Verdienen Sie an jedem Verkauf

Jetzt bei www.GRIN.com hochladen
und kostenlos publizieren



Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek:

Die Deutsche Bibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de/> abrufbar.

Dieses Werk sowie alle darin enthaltenen einzelnen Beiträge und Abbildungen sind urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung, die nicht ausdrücklich vom Urheberrechtsschutz zugelassen ist, bedarf der vorherigen Zustimmung des Verlanges. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Bearbeitungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen, Auswertungen durch Datenbanken und für die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronische Systeme. Alle Rechte, auch die des auszugsweisen Nachdrucks, der fotomechanischen Wiedergabe (einschließlich Mikrokopie) sowie der Auswertung durch Datenbanken oder ähnliche Einrichtungen, vorbehalten.

Impressum:

Copyright © 2006 GRIN Verlag
ISBN: 9783638620239

Dieses Buch bei GRIN:

<https://www.grin.com/document/70730>

S. Dietzel, S. Hofmann, C. Rank, P. Sanger

**Deutsche Jugend - bergewichtiger und dadurch
unsportlicher denn je?!**

GRIN - Your knowledge has value

Der GRIN Verlag publiziert seit 1998 wissenschaftliche Arbeiten von Studenten, Hochschullehrern und anderen Akademikern als eBook und gedrucktes Buch. Die Verlagswebsite www.grin.com ist die ideale Plattform zur Veröffentlichung von Hausarbeiten, Abschlussarbeiten, wissenschaftlichen Aufsätzen, Dissertationen und Fachbüchern.

Besuchen Sie uns im Internet:

<http://www.grin.com/>

<http://www.facebook.com/grincom>

http://www.twitter.com/grin_com

Deutsche Jugend - übergewichtiger und dadurch unsportlicher denn je?!

Seminarfacharbeit

vorgelegt von:

Stephan Dietzel

Christoph Rank

Stefan Hofmann

Philipp-Albert Sanger

Bad Berka, den 10.11.2006

Inhaltsverzeichnis

1. Einleitung	4
2. Grundlagen von Übergewicht und Adipositas	5
2.1 Definition, Klassifikation und Diagnostik der Adipositas	5
2.2 Epidemiologie der Adipositas	7
2.3 Ursachen von Übergewicht und Adipositas	8
2.3.1 Genetische Ursachen	9
2.3.2 Umweltfaktoren.....	11
2.3.2.1 Ernährungsgewohnheiten	11
2.3.2.2 Körperliche Aktivität.....	12
2.3.2.3 Soziodemographische und psychosoziale Faktoren	13
2.3.2.4 Frühkindliche Prägung	15
2.4 Assoziierte Krankheiten	16
2.5 Therapie.....	20
2.5.1 Ernährungstherapie.....	22
2.5.2 Bewegungstherapie	24
2.5.3 Verhaltenstherapie.....	26
2.5.4 Medikamentöse Therapie	26
2.5.5 Chirurgische Therapie	27
2.5.6 Multimodale Therapie	28
2.6 Adipositasprävention.....	29
2.7 Eigene Untersuchungen.....	34
2.7.1 Material und Methode	34
2.7.2 Ergebnisse	36
2.7.2.1 Allgemeine Einflussfaktoren auf den Gewichtsstatus.....	36
2.7.2.1.1 Verteilung des Gewichtsstatus in der Grundgesamtheit	36
2.7.2.1.2 Einfluss der Ernährung auf den Gewichtsstatus.....	39
2.7.2.1.3 Einfluss der körperlichen Betätigung auf den Gewichtsstatus.....	42
2.7.2.2 Zusammenhänge zwischen verhaltensabhängigen Parametern.....	45
2.7.2.2.1 Zusammenhänge von Ernährungsgewohnheiten.....	45
2.7.2.2.2 Zusammenhänge von der körperlichen Aktivität.....	47
2.7.3 Diskussion	49

2.7.3.1 Prävalenz	49
2.7.3.2 Ernährungsverhalten.....	51
2.7.3.3 Bewegungsverhalten	55
2.8 Ausblick	60
3. Zusammenfassung.....	61
Literaturverzeichnis.....	63
Nachschlagewerke.....	63
Fachbücher	63
Zeitungen und Zeitschriften	68
Internetadressen.....	70
Anhang	72
<i>Anlage 1</i> Perzentilkurven für den BMI (Jungen)	72
<i>Anlage 2</i> Perzentilkurven für den BMI (Mädchen).....	72
<i>Anlage 3</i> Fragebogen	73
<i>Tabelle 1:</i> Ergebnisse nach der Dualmethode.....	75
<i>Tabelle 2</i> einfaktorielle Varianzanalyse: Geschlechter - BMI.....	77
<i>Tabelle 3</i> einfaktorielle Varianzanalyse: Schulformen - BMI	77
<i>Tabelle 4</i> einfaktorielle Varianzanalyse: Alter - BMI.....	78
<i>Tabelle 5</i> einfaktorielle Varianzanalyse: Fastfood pro Woche - BMI	78
<i>Tabelle 6</i> einfaktorielle Varianzanalyse: warme Mahlzeiten am Tag - BMI.....	78
<i>Tabelle 7</i> einfaktorielle Varianzanalyse: Obst- und Gemüsekonsum - BMI	78
<i>Tabelle 8</i> einfaktorielle Varianzanalyse: Ort des Mittagessens - BMI	78
<i>Tabelle 9</i> einfaktorielle Varianzanalyse: Süßigkeiten, Knabbereien - BMI	79
<i>Tabelle 10</i> einfaktorielle Varianzanalyse: Schulfrühstück - BMI.....	79
<i>Tabelle 11</i> einfaktorielle Varianzanalyse: Getränkekonsum - BMI.....	79
<i>Tabelle 12</i> einfaktorielle Varianzanalyse: Summe negativer Ernährungsantworten - BMI ..	79
<i>Tabelle 13</i> einfaktorielle Varianzanalyse: Spaß am Sport - BMI	79
<i>Tabelle 14</i> einfaktorielle Varianzanalyse: schulexterne sportliche Aktivität – BMI.....	80
<i>Tabelle 15</i> einfaktorielle Varianzanalyse: Art und Weise des Schulweges – BMI	80
<i>Tabelle 16</i> einfaktorielle Varianzanalyse: Zeugnis sportnote – BMI	80
<i>Tabelle 17</i> einfaktorielle Varianzanalyse: Summe negativer Antworten bezüglich der körperlichen Aktivität – BMI.....	80
<i>Tabelle 18</i> Durchschnittswerte der einzelnen erfragten Parameter.....	81

1. Einleitung

1 Million Tote weltweit, 80 000 Tote allein in Deutschland im Jahre 2005, Epidemie, globales Problem, jährlich Ausgaben im Wert von rund 20 Milliarden Euro pro Jahr für deutsche Krankenkassenmitglieder, Tendenz steigend. Diese Fakten charakterisieren ein eskalierendes epidemisches, pandemisches Problem, das die meisten Länder erfasst hat und deren Auswirkungen so unterschiedlich und extrem sind, dass es sich daher derzeit um eines der größten vernachlässigten gesundheitspolitischen Probleme unserer Zeit handelt. Weltgesundheitsproblem Nummer 1 hinter Krebs: *Adipositas, Fettsucht, Übergewicht!!!* Weltweit werden 1,1 Milliarden Erwachsene und 10 % der Kinder als übergewichtig und adipös eingestuft. Davon sind 312 Millionen Menschen krankhaft fettsüchtig. Beim internationalen Vergleich ist Fettsucht in Nordamerika dicht gefolgt von Europa am stärksten ausgeprägt. Neben vielen anderen Folgeerkrankungen hat sich beispielsweise der Typ II-Diabetes bei Kindern und Jugendlichen „verneunfacht“. Es besteht außerdem die Gefahr, dass die jüngere Generation wegen ihrer Lebensgewohnheiten nicht mehr so alt werden kann wie ihre Eltern. Auch in Deutschland nimmt die Zahl der übergewichtigen und adipösen Kinder in extremer Weise zu!

Adipositas ist die pathologische Folge einer Fehlfunktion der Energiehomöostase (Energiestoffwechsel), welche die Speicherung von Fetten bei Nahrungsüberangebot und dessen Mobilisierung in Hungerperioden kontrolliert.¹ Die Energiebilanz ist bei den Betroffenen aus dem Gleichgewicht gebracht. Es besteht demnach eine Diskrepanz zwischen der Energieaufnahme und dem Energieverbrauch.²

Ursachen, die zur Entstehung von Übergewicht und Adipositas führen, sind multifaktoriell. Einerseits haben genetische Komponenten einen Einfluss und andererseits gibt es zahlreiche Umweltfaktoren, die zur Entwicklung der Fettsucht beitragen.³ Niedriger sozialer Status der Eltern, körperliche Inaktivität und Fehlernährung sind wesentlich für die Ausbildung einer Adipositas bei Kindern und Jugendlichen.⁴

Die steigenden Prävalenzraten und die zahlreichen mit der Adipositas auftretenden Erkrankungen unterstreichen die Notwendigkeit der genauen Ursachenforschung und der frühestmöglichen präventiven Einflussnahme. Kenntnis der Risikofaktoren und Ursachen, die zur Adipositas führen, ist Grundbedingung für eine sinnvolle Gestaltung von Präventionsprogrammen. Auch um das Gesundheitssystem finanziell zu entlasten und somit

¹ vgl. Zwar (Hrsg.) 2001, 1, 52

² vgl. Wabitsch et al., 2005 c, 134

³ vgl. Haslam, James 2005, 1198

⁴ vgl. Opper, Worth, Bös 2005, 854