

Übergewicht entwickelt sich bereits in der frühen Kindheit – und bleibt dann bestehen

Mitteilung: Universität Leipzig - Universitätsklinikum

Forscher der Leipziger Universitätsmedizin haben herausgefunden, dass schon die frühe Kindheit entscheidend für die Entwicklung von Übergewicht und Adipositas ist. Sie analysierten dazu die Entwicklung des Gewichts von mehr als 51.000 Kindern von der Geburt bis in die Adoleszenz. Das Ergebnis ist eindeutig: Fast 90 Prozent der Kinder, die im Alter von drei Jahren übergewichtig waren, waren es auch als Jugendliche. Bei ihnen erfolgte der stärkste Gewichtszuwachs im Kleinkindalter von zwei bis sechs Jahren. Die Ergebnisse haben die Wissenschaftler aktuell im renommierten New England Journal of Medicine veröffentlicht.

Noch bevor ein Kind in die Schule geht, wird der Grundstein für Übergewicht und Adipositas gelegt. „Die Erkrankung manifestiert sich häufig schon sehr früh in der Kindheit. Zugleich liegt die Wahrscheinlichkeit, dass kleine Kinder mit Adipositas zu einem Normalgewicht in der Jugend zurückkehren, bei weniger als 20 Prozent. Diese Effekte konnten wir in einer großen Längsschnittstudie nachweisen mit direkten Implikationen für die Praxis“, sagt Prof. Dr. Antje Körner, Professorin für Pädiatrische Forschung an der Universität Leipzig und Arbeitsgruppenleiterin am Center for Pediatric Research Leipzig (CPL) des Universitätsklinikums Leipzig. In der Untersuchung analysierten die Wissenschaftler um Studienleiterin Antje Körner Daten zum Gewichtsverlauf von 51.505 Kindern aus dem CrescNet Register im Alter von 0 und 18 Jahren.

Das Kleinkindalter von zwei bis sechs Jahren ist das kritische Alter des Gewichtsanstiegs

In ihrer statistischen Analyse konnten die Forscher feststellen, dass in den ersten zwei Lebensjahren die Chancen für Kinder, die adipös waren, später zu einem Normalgewicht zurückzukehren gerade einmal bei 50:50 stehen. Waren die Kinder hingegen schon drei Jahre alt, waren es nur noch knapp zehn Prozent – das bedeutet: Rund 90 Prozent dieser Kinder waren auch als Jugendliche übergewichtig oder adipös. „Wir konnten mit unseren Daten zeigen, dass das Gewicht von Jugendlichen mit Übergewicht und Adipositas am stärksten zwischen zwei und sechs Jahren zugenommen hat“, so Körner. Auch danach stiegen der BMI weiter stetig an, wodurch sich das Ausmaß der Adipositas weiter Jahr für Jahr verschlimmerte.

Auch Geburtsgewicht und Gewicht der Mutter haben Einfluss

Mit Daten der LIFE Child-Studie konnten auch die Bedeutung von Geburtsgewicht und Gewicht der Mutter auf das kindliche Adipositasrisiko nachgewiesen werden. So hatte fast die Hälfte der Babys, die zur Geburt sehr groß und schwer waren, einen höheren BMI in ihrer Kindheit und Jugend. Demgegenüber entwickelten weniger als 30 Prozent der Kinder mit normalem oder niedrigem Geburtsgewicht Übergewicht oder Adipositas im Jugendalter. Kinder von Müttern mit Übergewicht hatten ein deutlich höheres Risiko für kindliches Übergewicht als Kinder von Müttern, die normalgewichtig waren.

Übergewicht im frühen Kindesalter bleibt meist bestehen

„Die meisten Kinder und Jugendliche mit Übergewicht haben es auch noch im Erwachsenenalter. Natürlich ist die Prävalenz, das heißt die Häufigkeit, von Übergewicht bei Erwachsenen noch höher und nicht jeder übergewichtige Erwachsene war ein übergewichtiges Kind. Wenn jedoch Übergewicht bereits im (frühen) Kindesalter einsetzt, bleibt es zuallermeist bestehen - mit allen Konsequenzen beispielsweise für die Entwicklung von Folgeerkrankungen bereits im Jugend- oder jungen Erwachsenenalter. Eine übermäßige Gewichtszunahme bei Kindern unter sechs Jahren kann ein frühes Anzeichen für spätere Adipositas sein. Wachstum und Gewicht müssen von Kinderärzten, Erziehern und Eltern schon früh genau beobachtet werden, um Kinder mit erhöhtem Risiko zu erkennen“, sagt Prof. Dr. Antje Körner.

Die Studie wurde durch den DFG-Sonderforschungsbereich „Mechanismen der Adipositas“ (SFB 1052), durch das Integrierte Forschungs- und Behandlungszentrum Adipositas-Erkrankungen (IFB) sowie durch das Leipziger Forschungszentrum für Zivilisationserkrankungen (LIFE Child) unterstützt.

Originaltitel der Veröffentlichung in „New England Journal of Medicine“:

„Acceleration of BMI in Early Childhood and Risk of Sustained Obesity“; DOI: 10.1056/NEJMoa1803527
mit einem Video zur Studie

PM v. 4.10.2018

Dr. Katarina Werneburg

Presse- und Öffentlichkeitsarbeit der Medizinischen Fakultät

Universitätsklinikum Leipzig

www.uni-leipzig.de