

## Das CHILT-Projekt

CHILT steht für Children's Health Interventional Trial. Es handelt sich um ein Präventionsprogramm für Kinder, das federführend vom Institut für Kreislaufforschung und Sportmedizin (C. Graf, B. Koch) in Zusammenarbeit mit dem Institut für Sportdidaktik (S. Dordel) und dem Institut für Individualsport (H. Strüder, A. Kupfer) entwickelt und initiiert wurde.

Grundsätzlich ist CHILT als Stufenmodell konzipiert (s. Kasten 1). In Stufe I (CHILT I) findet an Grundschulen durch das gewohnte Lehrpersonal fächerübergreifend einmal wöchentlich Gesundheitsunterricht sowie pro Vormittag mindestens eine Bewegungspause während des Unterrichtes statt. Darüber hinaus werden Anregungen gegeben, die Schulpausen bewegungsfreudiger zu nutzen und Vorschläge für die Gestaltung des Sportunterrichtes vorgelegt. Die Materialien wurden mithilfe gängiger Unterrichtsmaterialien (z.B. der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung) interdisziplinär erarbeitet.

Ziel ist es, Grundschulkindern von Beginn an Freude an Gesundheit und Bewegung zu vermitteln. Neben den Inhalten eines Gesundheitsunterrichts (Ernährung, psychosoziale Aspekte, Körper etc.) lernen sie Spiele kennen, die sie auch daheim umsetzen können, und die Eltern können über entsprechendes Informationsmaterial „mitlernen“.

Das Programm startete 2001 an 12 Grundschulen im Raum Köln. 5 weitere Grundschulen dienen als Kontrollschulen. Bisher konnten 906 Kinder (668 Interventions- und 238 Kontrollkinder) in die Untersuchungen integriert werden. Dabei zeigte sich eine Abhängigkeit der Bewegungskoordination und Ausdauerleistungsfähigkeit von der Gewichtsklassifizierung (1). Darüber hinaus konnte gezeigt werden, dass die Kinder mit einer besseren koordinativen Leistungsfähigkeit besser im Konzentrationstest abschnitten (2). Die Ergebnisse nach vierjähriger Intervention werden voraussichtlich im Herbst 2005 vorliegen.

**Stufe II oder CHILT II** erfasst sog. Risikokinder. Damit sind Kinder gemeint, die bereits übergewichtig sind oder motorische Defizite aufweisen sowie Kinder mit entsprechender familiärer Belastung. Für diese Kinder sollen spezielle Fördermaßnahmen angeboten werden, z.B. Einrichtung von Sportförderunterricht oder entsprechenden AGs, rasche Überleitung in wohnortnahe Vereine etc.

Ab September 2003 wird zunächst ein Programm für übergewichtige/adipöse Kinder an drei Grundschulen als StEP TWO (Sport – Ernährung – Prävention) stattfinden. Die Kinder erhalten zweimal wöchentlich eine Ernährungseinheit sowie 60-90 min Sport. Parallel wird es pro Halbjahr jeweils einen Elternabend zu Ernährung und Verhaltensmodifikation geben. Für die Familie gibt es gemeinsame Koch- und Sportmöglichkeiten. Dieses Programm wird speziell vom Kinder- und Jugendgesundheitsdienst der Stadt Köln unterstützt.

**Stufe III oder CHILT III** widmet sich Kindern, die bereits therapeutischer Hilfe bedürfen (adipöse, asthmatische, hyperaktive, ggf. herzkranke Kinder etc.). Vordringlich ist die rasche Überleitung in adäquate Therapiegruppen oder – in

Abhängigkeit des Krankheitsbildes – die Integration in bestehende Gruppen. Entsprechende Vereine sollen in der Einrichtung solcher Gruppen unterstützt werden.

Seit 1999 gibt es für adipöse Kinder und Jugendliche CHILT III als Intensivprogramm an der Sporthochschule unter Leitung von *B. Bjarnason-Wehrens*, das in Anlehnung an das Konsensuspapier der Arbeitsgemeinschaft Adipositas im Kindes- und Jugendalter 12monatiges Schulungsprogramm mit zweimal pro Woche Sport und regelmäßiger intensiver Ernährungs- und psychologischer Beratung für die Kinder und deren Familienangehörige anbietet.

Tabelle 1: CHILT-Stufenprogramm

### CHILT I – Primärprävention – Start 2001 an 12 Grundschulen

- Gesundheitsunterricht (fächerübergreifender, handlungsorientierter Unterricht – 1x/Woche)
- Aktive Pause (täglich)
- Bewegungspause (täglich)
- Potentiell: Stundenbilder für Sportunterricht
- Erfassung sog. Risikokinder (s. Stufe II)

### CHILT II – StEP TWO Start 2003 an 3 Grundschulen

- StEP TWO – Aufnahmekriterium: BMI größer/gleich der 90. Perzentile nach Kromeyer-Hauschild et al. (3)
- Intervention (Dauer 1 Jahr): neben der Teilnahme an Stufe I im normalen Schulltag wird für diese Kinder eine intensivere Betreuung und spezifische Förderung eingerichtet (2x/Woche Sport und Ernährung sowie Familien- und Elternangebote)

### CHILT III – Sekundärprävention an DSHS Köln

- Aufnahmekriterium
  - ab dem 8. Lebensjahr
  - BMI größer/gleich der 97. Perzentile nach Kromeyer-Hauschild et al. (3)
- Intervention (Dauer 1 Jahr)
  - Familienprogramm – 2x/Woche Sport; intensive Ernährungs- und psychologische Beratung und Betreuung

Die engmaschige Verknüpfung der einzelnen Stufen sowie verschiedener Institutionen in Köln – Gesundheitsamt, speziell der Kinder- und Jugendgesundheitsdienst, Schulamt, Krankenkassen, speziell die Regionaldirektion Köln der AOK Rheinland mit der Unterstützung der Freunde und Förderer des Herzzentrums an der Universität zu Köln und dem Sportärztebund Nordrhein – ermöglicht eine gute und wichtige Zusammenarbeit im Sinne der Gesundheit der Kinder.

## Literatur

1. Graf C, Koch B, Kretschmann-Kandel E, Falkowski G, Christ H, Coburger S, Lehmaner W, Bjarnason-Wehrens B, Platen P, Tokarski, Predel HG, Dordel S: Correlation between BMI, leisure habits and motor abilities in childhood (CHILT-Project). *Int J Obes* im Druck.
2. Graf C, Koch B, Klippel S, Büttner S, Coburger S, Christ H, Lehmaner W, Bjarnason-Wehrens B, Platen P, Hollmann W, Predel HG, Dordel S: Zusammenhänge zwischen körperlicher Aktivität und Konzentration im Kindesalter – Eingangsergebnisse des CHILT-Projektes. *Dtsch Z Sportmed* 54 (2003) 242-246
3. Kromeyer-Hauschild K, Wabitsch M, Kunze D, Geller F, Geiss HC, Hesse V, von Hippel A, Jaeger U, Johnson D, Korte W, Mener K, Müller G, Müller JM, Niemann-Pilatus A, Remer T, Schaefer F, Wittchen HU, Zibrabnsky S, Zellner K, Ziegler A, Hebebrand J: Perzentile für den Body mass Index für das Kindes- und Jugendalter unter Heranziehung verschiedener deutscher Stichproben. *Monatsschr Kinderheilkd* 8 (2001) 807-818.

Weitere Informationen:

Dr. med. Christine Graf

Institut für Kreislaufforschung und Sportmedizin, DSHS Carl-Diem-Weg 6, 50933 Köln, e-mail: C.Graf@dshs-koeln.de