

Kinder- und Jugend-sportmedizin heute

Kinder und Jugendliche gelten im Allgemeinen als körperlich sehr aktiv. Eine zunehmende Zahl von Eltern und Lehrern klagen sogar über eine „Hyperaktivität“ ihrer Schützlinge. Und mehr als die Hälfte aller Unter-18-Jährigen sind Mitglied eines Sportvereins. Es schiene also gerechtfertigt anzunehmen, dass sich die Aufgaben der Sportmedizin im Kindes- und Jugendalter auf die Minimierung belastungsinduzierter Risiken beschränken könnte. Diese These würde durch die immer häufiger werdenden Berichte von Überlastungsreaktionen bis hin zu Ermüdungs-(Stress-)Frakturen bei jugendlichen Sportlern sogar noch gestützt.

Im Gegensatz dazu zeigt sich aber in den vergangenen Jahren bei einer großen Gruppe von Kindern aller Altersstufen eine zunehmende körperliche Inaktivität. Diese macht sich zum Beispiel in einer schlechteren Leistungsfähigkeit gegenüber Kindern der 1970er Jahre bemerkbar. Weitere Indikatoren einer Inaktivität sind der gestiegene Fernseh- und Computerkonsum. Dieser Rückgang körperlicher Aktivität im Kindesalter gilt als (Haupt-)Ursache vieler drängender Probleme wie z.B. der steigenden Prävalenz von Übergewicht und Adipositas. Aufgrund dieser besorgniserregenden Entwicklungen hat das Interesse an den präventiven und therapeutischen Auswirkungen von Bewegung, Spiel und Sport bei Kindern in den vergangenen Jahren stark zugenommen und beschäftigt seit einigen Jahren zunehmend auch Politiker und Medien. Nicht zuletzt werden zunehmend Anstrengungen unternommen, körperliche Bewegung in der Prävention und Therapie der Adipositas im Kindesalter einzusetzen.

Bewegung und Sport haben im Kindesalter positive Effekte, die über die häufig erhofften und diskutierten Auswirkungen auf den Körperfettgehalt weit hinaus gehen. So gibt es z.B. nachgewiesene Effekte auf den Blutdruck, die Unfallhäufigkeit und die mentale Leistungsfähigkeit sowie das Verhalten von Kindern. Und auch bei chronischen Erkrankungen wie der idiopathischen rheumatoiden Arthritis oder der Mukoviszidose häufen sich die Hinweise auf positive Effekte von Sport, die therapeutisch genutzt werden können. Daher ist es nicht verwunderlich, dass sich eine exponentiell steigende Zahl von publizierten Studien mit den Effekten von körperlicher Belastung und Sport im Kindes- und Jugendalter beschäftigt. Trotzdem ist unser Verständnis von den Auswirkungen körperlicher Aktivität in dieser Altersgruppe noch bruchstückhaft. Selbst relativ einfach erscheinende physiologische Zusammenhänge sind in ihrer Abhängigkeit von Alter und/oder Entwicklung nicht wirklich verstanden. Komplexere Fragen z.B. nach der optimalen „Dosis“ von Bewegung und Sport für Kinder, evtl. sogar auf einer in-

dividualisierten Basis, werden sich wohl erst in einigen Jahren bis Jahrzehnten beantworten lassen. Auch fehlen Konzepte, wie die körperliche Aktivität von Kindern im Allgemeinen und von übergewichtigen bzw. chronisch kranken Kindern im Besonderen am besten genutzt werden könnte.

Die Kinder- und Jugend-sportmedizin war in den vergangenen 20 Jahren in

Deutschland – bezogen auf ihr großes wissenschaftliches Potential und ihre präventive Bedeutung – unterrepräsentiert. Und auch in der Ausbildung zum „Sportmediziner“ spielen kinder- und jugendsportmedizinische Aspekte auch heute noch eine eher kleine Rolle. Dies war nicht immer so. Deutschland war in den 50er und 60er Jahren des letzten Jahrhunderts mit der Gründung der Sektion Kinder- und Jugend-sport in der Deutschen Gesellschaft für Sportmedizin und Prävention sowie der European Group of Pediatric Work Physiology Ausgangspunkt und Vorreiter für die Beschäftigung mit kindersportmedizinischen Themen. Die zunehmende Zahl von Publikationen zu kindersportmedizinischen Inhalten in der Deutschen Zeitschrift für Sportmedizin mag ein Indiz dafür sein, dass jetzt an diese Tradition angeknüpft wird. Diese Annahme wird auch durch das große Interesse belegt, das sportmedizinische Themen auf den Jahrestagungen der Deutschen Gesellschaft für Kinderheilkunde und Jugendmedizin in den vergangenen Jahren entgegengebracht wurde. Und nicht zuletzt zeigt die hohe und steigende Mitgliederzahl der Gesellschaft für Pädiatrische Sportmedizin – sie gehört inzwischen zu den größten Organisationen mit diesem Schwerpunkt in der Welt –, dass kindersportmedizinische Themen in Deutschland wieder einen hohen Stellenwert haben.

In diesem Heft beschäftigen sich drei Artikel mit der Thematik um Bewegung und Sport bei Kindern. Damit wird die Bedeutung dieses Gebietes auch für die deutsche Sportmedizin unterstrichen. Die Artikel beleuchten zwei wichtige Aspekte im Kinder- und Jugend-sport: Den Zusammenhang zwischen körperlicher und mentaler Leistungsfähigkeit bei Kindern und der Möglichkeit, ein Bewegungsprogramm in der Therapie der kindlichen Adipositas einzusetzen.



Prof. Dr. Helge Hebestreit
Vorsitzender der
Gesellschaft für Pädiatrische Sportmedizin

Prof. Dr. Helge Hebestreit