

KREIS VIERSEN**"Abfettzen" gegen den Speck**

Die Kinderklinik St. Nikolaus bietet jungen Menschen ein Behandlungsprogramm an, mit dem sie ihr Gewicht verringern können.

Viersen. "Uns geht es nicht darum, mit den Kindern nur eine Diät zu machen, sondern ihnen Freude an Bewegung zu vermitteln, sie emotional zu stärken und ihnen zu helfen, durch eine gesunde Ernährungsumstellung langfristig ihr Körpergewicht zu reduzieren." So erklärt Andrea Stapper, Diplom-Psychologin in der Kinderklinik St. Nikolaus am Hoserkirchweg, die Ziele des neuen Behandlungsprogramms "Abfettzen" für übergewichtige Kinder.

Gemeinsam mit einem Team aus Kinderärzten, Psychologen, Krankenschwestern, Ökotrophologen und Sportpädagogen sagen die übergewichtigen Kinder und deren Eltern dem Speck den Kampf an. "Abfettzen" wird durch die Qualipaed GmbH in Zusammenarbeit mit der Kinderklinik angeboten. Die teilnehmenden Kinder und Jugendlichen werden in Gruppen von acht bis zehn Teilnehmern zusammengefasst. So haben die Kinder die Möglichkeit, Gleichgesinnte zu treffen, Erfahrungen auszutauschen, voneinander zu lernen und den Weg der Behandlung gemeinsam zu gehen.

Das Behandlungskonzept von "Abfettzen" basiert auf fünf Säulen. Die erste Säule ist natürlich die Ernährung. Die Kinder werden intensiv und altersgerecht beraten. Ihnen werden praktische Tipps zur Umstellung der Ernährung gegeben. Das Erlernte wird dann durch gemeinsames Kochen und Essen vertieft.

Eine zweite entscheidende Säule ist die Bewegung. Dabei wird besonderer Wert auf eine Veränderung der Verhaltens- und Lebensgewohnheiten gelegt. "Wir motivieren die Kinder dazu, auch langfristig Sport zu treiben, sich zum Beispiel Sportvereinen oder Arbeitsgemeinschaften anzuschließen und überlegen mit der Familie, wie die Kinder ihr Verhalten so verändern können, dass sie sich auch im Alltag mehr bewegen", erläutern Chefarzt Dr. Aring und Sportpädagogin Heike Janssen.

Darüber hinaus ist eine Stunde Sport in der Woche verpflichtend, wenn man an dem Programm teilnehmen will. Außerdem besteht für jeden Teilnehmer die Möglichkeit gegen eine zusätzliche Gebühr bis zu fünf Mal in der Woche Sport zu treiben.

Wichtig für das Team um Aring, Oberarzt Dr. Ulrich Kreth und Andrea Stapper sind auch die verhaltenstherapeutischen Elemente. "Hier wollen wir Rückfälle verhindern und das Selbstbewusstsein der Kinder stärken. Denn viele stark übergewichtige Kinder werden in der Schule geärgert. Und gerade diese Hänseleien führen zu einer Spirale aus Frustessen, Hänseleien und erneutem Frustessen," betont Kreth.

Die vierte Säule des Programms ist es, den Kindern die medizinischen Aspekte zu vermitteln, also zu verdeutlichen, welche Folgen starkes Übergewicht haben kann. Dabei besteht jedoch das Problem, dass die Folgeschäden für die Kinder oft noch zu weit in der Zukunft liegen. Also sind die Eltern gefragt. Ihre Sensibilisierung ist oft entscheidend.

Die Einbindung der Eltern in alle Bereiche stellt die fünfte und letzte Säule des Behandlungsprogramms dar. Auf ihre Bereitschaft, ihr Verhalten beim Einkaufen oder Kochen zu überprüfen, ist das Programm angewiesen.

Wer an einer Teilnahme interessiert ist, sollte seinen Kinderarzt aufsuchen und sich von ihm beraten lassen. Für Fragen zur Anmeldung und Teilnahme stehen die Mitarbeiter der Kinderklinik zur Verfügung.

KONTAKT:

Kinderklinik St. Nikolaus
Hoserkirchweg 63: Sekretariat Claudia Walter
Telefon 02162 / 104 24 12
Fax: 02162 / 104 23 88
Email: info@abfettzen.de

09.12.05

Von Judith Gottschalk

► Kreis Viersen



Diplom-Psychologin Andrea Stapper hilft Kindern beim Abnehmen.