



ÜBERGEWICHT

# Herzfonds: Prävention im Kindesalter

**Studie.** Projekt bei Wiener Schülern zeigt Erfolg von Programmen zu Ernährung und Bewegung

Wie kann Übergewicht bei Kindern und Jugendlichen vermieden werden? Zu diesem Thema läuft seit einem Jahr das Präventionsprojekt EDDY an vier Wiener Schulen, das von der Stadt Wien und dem Herzfonds (Präsident: Univ.-Prof. Otmar Pachinger) unterstützt wird. Dienstagabend präsentierte Studienleiter Univ.-Prof. Kurt Widhalm, Präsident des Österr. Instituts für Ernährungsmedizin (ÖAIE), bei einem Charity Diners des Herzfonds u. a. Bürgermeister Michael Häupl und Herzfonds-Vizepräsident Hannes Androsch die ersten Ergebnisse.

Je nach Art der Berechnung (Körperfettmessung bzw.

BMI) sind zwischen 9 und 20 Prozent der 142 bereits untersuchten Kinder als übergewichtig oder fettsüchtig einzustufen. „Besonders besorgniserregend ist die Tatsache, dass 12-Jährige mit 104 und 120 kg entdeckt wurden, die bisher weder einer fachspezifische Diagnostik noch eine nachweisbar wirksame Therapie bekommen haben. Dafür müssen geeignete Strukturen geschaffen werden“, forderte Widhalm.

## Zu hohe Blutfettwerte

Das Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen ist bei vielen Kindern auch hinsichtlich ihrer Blutwerte hoch: So weisen 31 Prozent erhöhte

Triglyceridwerte auf, bei 13 Prozent war das „böse“ LDL-Cholesterin erhöht. Erhebliche Vitaminmängel zeigten sich bei 25 Prozent (Vitamin D) bzw. 18,5 Prozent (Vitamin B12). Diese gravierenden Gesundheitsmängel seien auf zu wenig Bewegung, falsche Ernährung und mangelhaftes Wissen der Kinder zurückzuführen. „28 Prozent der Kinder haben überhaupt keine Freude an Bewegung.“

Gleichzeitig zeigen die ersten Studienergebnisse, dass gezielte und wissenschaftlich fundierte Interventionsmaßnahmen erfolgreich sind. „Durch Schulung in gesunder Ernährung und Anleitung zu vermehrter kör-

perlicher Aktivität konnten wir das Ernährungswissen, das Ernährungsverhalten wie auch die körperliche Fitness der Kinder signifikant verbessern“, so Widhalm. „Kinder, die sich des Gesundheitsrisikos bewusst sind, essen nachweislich weniger fettreiche Produkte und achten mehr auf ihre Fitness.“ Die speziell betreuten Kinder konnten z. B. ihre Sprungweite und Ausdauerleistung deutlich verbessern.

In einem nächsten Schritt soll untersucht werden, ob die Erfolge über längere Zeit anhaltend sind. Gleichzeitig soll das Präventionsprojekt auf Gesamt-Österreich ausgeweitet werden.



Presseinformation:

## **Charity Dinner des Österreichischen Herzfonds im Zeichen der Prävention von Herz-Kreislauf-Erkrankungen**

### **Experten einig: Prävention muss bereits im Kindes- und Jugendalter ansetzen, um schwere Erkrankungen im Erwachsenenalter zu verhindern**

(Wien, am 15.10.2014) Der Österreichische Herzfonds lud am 14. Oktober zum traditionellen Charity Dinner ins Wiener Rathaus. Gastgeber Bürgermeister Dr. Michael Häupl, Herzfonds-Präsident Univ.-Prof. Dr. Otmar Pachinger, Vize-Präsident Dr. Hannes Androsch sowie Experten aus dem Gesundheitsbereich betonten die Notwendigkeit von verstärkter Vorsorge und Prävention für unser Gesundheitssystem, um Volkskrankheiten wie Bluthochdruck, erhöhtem Fettstoffwechsel, Diabetes und in weiterer Folge Herzinfarkt und Schlaganfall entgegenwirken zu können.

### **Erfolgreiche Präventionsprojekte in Kooperation mit der Stadt Wien**

Der Österreichische Herzfonds führt auf dem Sektor der Primär- und Sekundärprävention eine Reihe von Projekten durch, die in Kooperation mit der Stadt Wien initiiert wurden. Besonders erfolgreich läuft seit rund einem Jahr das wissenschaftliche Präventionsprojekt EDDY an vier Wiener Schulen, mit dem die Entstehung von Übergewicht und Fettsucht bei Kindern und Jugendlichen vermieden und damit die Risikofaktoren für Herz-Kreislauf-Erkrankungen reduziert werden sollen.

Bürgermeister Dr. Michael Häupl hob im Rahmen des Charity Dinners die erfolgreiche Zusammenarbeit bei diesem Projekt hervor: „Für die Stadt Wien sind innovative medizinische Forschungsprojekte von großer Bedeutung. Ich freue mich daher besonders, dass das Projekt EDDY an Wiener Schulen stattfindet und wir damit Vorreiter in der Bekämpfung von Übergewicht bei Kindern und Jugendlichen sind.“

### **Projekt EDDY weist Wirksamkeit von fundierten Präventionsmaßnahmen nach**

Studienleiter Prof. Dr. Kurt Widhalm, Präsident des Österreichischen Instituts für Ernährungsmedizin (ÖAIE), präsentierte im Rahmen des Charity Dinners erste Ergebnisse der EDDY-Studie. Je nach Art der Berechnung (Körperfettmessung bzw. BMI) sind zwischen 9 und 20 Prozent der untersuchten Kinder als übergewichtig oder fettsüchtig einzustufen. „Besonders besorgniserregend ist die Tatsache, dass 12-Jährige mit 104 und 120 kg entdeckt wurden, die bisher weder einer fachspezifischen Diagnostik noch einer nachweisbar wirksamen Therapie zugeführt wurden. Dafür müssen geeignete Strukturen geschaffen werden“, fordert Widhalm. Das Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen ist bei vielen Kindern auch hinsichtlich der Blutwerte hoch, so weisen 31 Prozent erhöhte Triglyceridwerte auf, erhebliche Vitaminmängel sind bei 25 Prozent (Vitamin D) bzw. 18,5 Prozent (Vitamin B12) festzustellen. Die Studie führt diese gravierenden Gesundheitsmängel auf Bewegungsmangel, falsche Ernährung und mangelhaftes Wissen der Kinder zurück.

Gleichzeitig weist die Studie die Erfolge gezielter und wissenschaftlich fundierter Interventionsmaßnahmen nach. „Durch Schulung in gesunder Ernährung und Anleitung zu vermehrter körperlicher Aktivität konnten wir das Ernährungswissen, das Ernährungsverhalten wie auch die körperliche Fitness der Kinder signifikant verbessern“, so Widhalm. „Kinder, die sich des Gesundheitsrisikos bewusst sind, essen nachweislich



weniger fettreiche Produkte und achten mehr auf ihre Fitness.“ Ziel ist es, in einem nächsten Schritt die Nachhaltigkeit der Interventionsmaßnahmen bei Nachschulungen zu klären und in weiterer Folge das Präventionsprojekt auf Gesamt-Österreich auszuweiten.

### **Herzfonds führt mit Aktion „FrauenHerz“ und einem neuen Programm zur Blutdrucksenkung weitere Präventionsprojekte durch**

Aktuell fördert der Herzfonds auch zahlreiche weitere wissenschaftliche Forschungsprojekte und führt selbst Aktionen zur Prävention von Herz-Kreislauf-Erkrankungen durch. So läuft das Präventionsprojekt „FrauenHerz“ erfolgreich in St. Pölten und bietet neben der Ist-Standanalyse Informations- und Vorsorgeprojekte speziell für Frauen.

Im Rahmen des Charity Dinners wurde auch das neue Projekt "Lowering Blood Pressure in Primary Care in Vienna" präsentiert. Bluthochdruck ist ein wesentlicher Risikofaktor u.a. für Schlaganfall, Herzinfarkt, Nierenschwäche und Demenz. Mithilfe des neuen Präventionsprojekts soll unter Einbeziehung der Hausärzte die Blutdruckeinstellung von Patientinnen optimiert werden.

Alle Projekte des Herzfonds werden durch Spendengelder und mit Hilfe von Sponsoren finanziert. Informationen zu den Projekten des Österreichischen Herzfonds unter: [www.herzfonds.at](http://www.herzfonds.at)

---

Das **Österreichische Akademische Institut für Ernährungsmedizin (ÖAIE)** wurde 1996 auf Initiative des damaligen Präsidenten der Ärztekammer, Prim. Dr. Michael Neumann, mit dem Ziel gegründet, Ärzte im Fach der Ernährungsmedizin fortzubilden. Das ÖAIE ist interdisziplinär ausgerichtet und vereint unter der Leitung von Univ.-Prof. Dr. Kurt Widhalm Experten aus den Bereichen der Medizin, Psychologie, Ernährungswissenschaften, Diätologie, Sportwissenschaften und Nahrungsmittelproduktion. Als führende Fortbildungs- und Forschungs-Institution für Ernährungsmedizin in Österreich richtet es regelmäßig wissenschaftliche Veranstaltung aus und publiziert vierteljährlich das "Journal für Ernährungsmedizin". Weitere Informationen unter: [www.oeaie.org](http://www.oeaie.org)

---

#### **Rückfragehinweis:**

MMag. Jakob Lajta, MAS, Martschin & Partner GmbH, Strategische Kommunikationsberatung, Albertgasse 1a, 1080 Wien, Tel.: 01/409 77 20, [office@martschin.com](mailto:office@martschin.com), [www.martschin.com](http://www.martschin.com)