Übergewicht und Asthma bei Kindern – welche Rolle spielt der Lebensstil?

Datum: 17.01.2023

Original Titel:
An obesity-preventive lifestyle score is negatively associated with pediatric asthma.

DGP – **Kinder, die sich unausgewogen ernähren und nicht ausreichend bewegen, haben vermutlich nicht nur ein höheres Risiko für Übergewicht, sondern auch für Asthma. Griechische Forscher wollen diesen Zusammenhang genauer untersuchen.**

Ein gesunder Lebensstil ist durch eine ausgewogene Ernährung und genügend Bewegung sowie möglichst dem Verzicht auf viel Alkohol und Tabakprodukte und ausreichend Schlaf gekennzeichnet. Untersuchungen haben gezeigt, dass der Lebensstil möglicherweise das Asthmarisiko beeinflussen kann. Bisher gibt es aber noch nicht genügend wissenschaftliche Belege für diesen Zusammenhang.

Erhöhen Verhaltensweisen, die dick machen, auch das Asthmarisiko?

Griechische Forscher haben den Zusammenhang zwischen einem Lebensstil, der Übergewicht vorbeugt, und dem Asthmarisiko bei Kindern genauer untersucht. Sie bewerteten den Lebensstil der Kinder anhand ihres Essverhaltens und wie viel sich die Kinder bewegten. Um den Lebensstil der Kinder zu vergleichen, nutzen die Wissenschaftler ein Punktesystem zur Bewertung. Sie wollten so auch mehr darüber erfahren, wie der Lebensstil Asthma bei Kindern möglicherweise beeinflusst.

Punktesystem gab Wissenschaftlern Aufschluss über Lebensstil der Kinder

An der Untersuchung nahmen 514 Kinder teil. 217 von ihnen hatten Asthma, 297 waren gesund. Die Wissenschaftler sammelten Daten zur Krankengeschichte der Kinder, Körpergröße, Gewicht und Körperbau, Ernährung und dem Bewegungspensum der Kinder. Die Wissenschaftler bewerteten dann neun Kernbereiche des Lebensstils, die entweder vorteilhaft oder unvorteilhaft für die Vorbeugung von Übergewicht waren. Wie viel Zeit die Kinder vor Bildschirmen, also beim Fernsehen, Computerspielen, vor Smartphones oder Tablets etc. verbrachten, war ein Kernbereich, der sich eher ungünstig auf die Vorbeugung von Übergewicht auswirkte. Das Punktesystem wurde anhand der Empfehlungen des Expertenkomitees der Amerikanischen Akademie für Pädiatrie (Kinderheilkunde) entwickelt. Jeder Kernbereich konnte mit 0 bis 18 Punkten bewertet werden. Je höher die Punktzahl war, desto schützender war das Verhalten vor einem hohen Körpergewicht der Kinder.

Kinder ohne Asthma hatten Lebensstil, der Übergewicht besser vorbeugte

Die Werte, die die Wissenschaftler errechneten, passten zu den Anzeichen für Übergewicht (*Body Mass Index*, kurz BMI, Taillenumfang und Hüftumfang). Gesunde Kinder hatten im Durchschnitt höhere Punktzahlen im Bewertungssystem als Kinder mit Asthma. Das bedeutet, die Forscher

Alle Rechte: © DeutschesGesundheitsPortal | HealthCom | www.deutschesgesundheitsportal.de

stellten fest, dass der Lebensstil von gesunden Kindern eher so geprägt war, dass die Kinder besser vor Übergewicht geschützt waren. Die statistische Auswertung der Wissenschaftler ergab, dass ein hoher Punktwert in der Untersuchung vor einer Asthma-Diagnose schützte. Dies galt auch noch, wenn weitere Faktoren, die bei Asthma eine Rolle spielen, miteinbezogen wurden. Nicht jedoch, wenn die Daten hinsichtlich des Verhältnisses zwischen Körpergewicht und Körpergröße (BMI) angepasst wurden.

Hinweise auf Zusammenhang zwischen Lebensstil, Übergewicht und Asthma

Die Forscher aus Griechenland fassen zusammen, dass ein Übergewicht-vorbeugender Lebensstil in ihrer Untersuchung mit einem geringeren Risiko für Übergewicht und Asthma bei Kindern zusammenhing. Verhaltensweisen, die zu einem höheren Körpergewicht beitragen, tragen daher möglicherweise zu einer Verbindung zwischen Übergewicht und Asthma bei, so die Wissenschaftler. Ihre Ergebnisse seien damit geeignet, um neue Theorien über den Zusammenhang von Lebensstil, Übergewicht und Asthma zu entwickeln und genauer zu erforschen.

Referenzen:

Papoutsakis C, Papadakou E, Chondronikola M, Antonogeorgos G, Matziou V, Drakouli M, Konstantaki E, Priftis KN. An obesity-preventive lifestyle score is negatively associated with pediatric asthma. Eur J Nutr. 2018 Jun;57(4):1605-1613. doi: 10.1007/s00394-017-1446-7. Epub 2017 Apr 9.

DeutschesGesundheitsPortal

Alle Rechte: © DeutschesGesundheitsPortal | HealthCom | www.deutschesgesundheitsportal.de

MERKZETTEL

für das Gespräch mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt

Damit Sie viel aus dem Gespräch mit Ihrer Ärztin/Ihrem Arzt mitnehmen, empfehlen wir Ihnen, Ihre Beschwerden, aber auch Ihre Behandlungsziele sowie alle Ihre Fragen zu notieren. Wichtig für das Arztgespräch ist eine Liste der **Medikamente oder Nahrungsergänzungsmittel**, die sie derzeit verwenden. Über eventuelle **Allergien und Unverträglichkeiten** sollten Sie Ihre Ärztin/Ihren Arzt ebenfalls immer informieren. Nutzen Sie hierfür unseren Vordruck „Meine Medikations- und Behandlungsübersicht“.

Meine Beschwerden und/oder Behandlungsziele

Meine Fragen

Folgende Themen/Studien möchte ich besprechen

Welches Thema beschäftigt Sie? Was haben Sie z. B. in aktuellen Studien gelesen?

Notieren Sie die wichtigsten Punkte des Arztgesprächs

So bemerken Sie schnell, ob Sie alles richtig verstanden haben und ob Fragen unbeantwortet blieben

Meine Notizen zum Gespräch am _____:

Weitere Tipps für das Arztgespräch finden Sie unter „Materialien für den Arztbesuch“

Alle Rechte © DeutschesGesundheitsPortal.de/HealthCom