

Presseinformation zum „Tag der Rückengesundheit 2014“:

Rückengesundheit bei Kindern- und Jugendlichen: Marianowicz Medizin warnt vor „Generation Haltungsschaden“ und Systemkollaps

- **Über 60 Prozent der Schüler weisen gravierende Haltungsschäden auf**
- **Behandlungskosten für „Generation Rückenleidende“ kaum noch finanzierbar**
- **Eltern, Schulen und Gesundheitssystem zum Handeln aufgerufen**
- **Marianowicz Medizin setzt mit kostenlosen Check für Kinder Zeichen**

(München, 11. März 2014) Die Experten der Kinder- und Jugendorthopädie im Marianowicz Medizin – Zentrum für Diagnose und Therapie, München, warnen anlässlich des „Tags der Rückengesundheit“ am kommenden Samstag (15. März) vor der „Generation Haltungsschaden“ und einem drohenden Systemkollaps im Gesundheitssystem. Demnach weisen heute bereits über 50 Prozent der Schüler im Alter von 7 bis 14 Jahren gravierende Haltungsschäden auf, bei der Gruppe der 8- bis 18-Jährigen ist der Anteil laut einer Untersuchung des Zentrums noch größer. Statik-Probleme, Fettleibigkeit, Bandscheibenvorfälle – bereits in jungen Jahren haben immer mehr junge Menschen mit den Folgen einer veränderten Lebensweise zu kämpfen. Probleme, die unser ganzes Gesundheitssystem ins Wanken geraten lassen könnten. Wirbelsäulenexperte Dr. Martin Marianowicz: „Rückenleiden verschlingen bereits heute einen großen Budget-Teil unseres Gesundheitssystems. Aufgrund der veränderten Lebenswelt von Kindern und Jugendlichen droht die Anzahl der Betroffenen weiter stark zu steigen. Es wird Zeit, dass unsere Gesellschaft gegensteuert – hier sind Eltern, Schulen aber auch unser Gesundheitssystem in der Pflicht.“ Mit einem kostenlosen Rücken- und Haltungsscheck für Kinder und Jugendliche wollte das Team von Marianowicz Medizin nun ein Zeichen setzen und jungen Menschen veranschaulichen, wie wichtig es ist, seinen Bewegungsapparat zu pflegen und fit zu halten.

Zwischen 13.00 und 18.00 Uhr konnten Kinder und Jugendliche im Alter von 7–16 Jahren im Marianowicz Medizin – Zentrum für Diagnose und Therapie in München-Bogenhausen bei einem Rücken- und Statik-Check prüfen lassen, ob mit Wirbelsäule & Co. alles in Ordnung ist. Dies ist eine Altersgruppe, in der laut Dr. Martin Marianowicz und seinem Team die Grundlagen für langfristige Rückengesundheit gelegt werden – und in der heute viel falsch gemacht wird, wie eine Analyse der in ihrer Art in München einzigartigen Fachabteilung Kinder- und Jugendorthopädie in Marianowiczs Zentrum belegt.

Schüler zwischen 8 und 18 Jahren untersucht

Ergebnis: 61 Prozent aller Probanden wiesen Haltungsschwächen auf, über 50 Prozent davon klagten bereits über Rückenschmerzen. Neben der Befragung zu den Lebensum-

ständen wurden auch eine BMI-Prüfung, ein orthopädischer Check sowie eine Haltungsbewertung durchgeführt. Neben dem Hohlkreuz verfügen Kinder von heute in der Regel über eine deutlich zu schwache Rumpfmuskulatur. 42 Prozent der Untersuchten waren übergewichtig. Dr. Marianowicz: „Haltungsdefizite und Verhalten in jungen Jahren können später nur noch schwer korrigiert werden und zu chronischen Rückenleiden führen. Diese Entwicklung muss deshalb durchbrochen werden, damit nicht ganze Generationen von Rückenkranken herangezüchtet werden.“

Gründe für Entwicklung in jungen Jahren

Die Gründe dieser Entwicklung sind vielschichtig und fangen heute schon beim Säugling an. Da stören Eltern aus Hygienegründen die wichtige Krabbelphase der Kinder, indem sie darauf achten, dass Babys nicht auf dem Boden herumkrabbeln. Später verbieten sie den Sprösslingen, auf Klettergerüste oder Bäume zu klettern, obwohl dies der Grundstein für das Erlernen motorischer Fähigkeiten und Koordination ist. Dr. Marianowicz: „Grundsätzlich spielen Kinder heute deutlich weniger an der frischen Luft als noch früher und auch Schul- und Vereinsport werden heute immer seltener. Stattdessen verbringen Jugendliche ihre Zeit vor der Spielkonsole und haben auch mit immer größerer Lern- und Hausaufgabenbelastung zu kämpfen.“ Während Kinder vor zwei Jahrzehnten noch vier Stunden Bewegung pro Woche hatten, betätigt sich weit über die Hälfte der Kinder und Jugendlichen heute nicht einmal mehr drei Stunden. Marianowicz: „Das ist deutlich zu wenig, um den Bewegungsapparat fit zu halten und das Wachstum Heranwachsender zu begleiten.“ Schwer wiegt auch, dass Kinder heute deutlich früher in die Pubertät kommen als noch vor 30 Jahren – und auch der Wachstumsprozess schneller voranschreitet. Bewegungs- und Haltungsdefizite manifestieren sich deshalb deutlich früher.

Unterschätzte Gefahr

Welche Risiken die aktuelle Entwicklung auch vor dem Hintergrund der demografischen Entwicklung birgt, wird nicht nur von Eltern sondern auch von der Politik und Gesundheitsträgern weitgehend ausgeblendet. Dr. Martin Marianowicz: „Die haltungsranken Kinder von heute sind die Rückenpatienten von morgen, die letztendlich auf dem OP-Tisch oder in langwierigen und teuren Rehas landen. Bereits heute sind Rückenerkrankungen für rund die Hälfte aller Frühverrentungen verantwortlich, Tendenz steigend. Und mit 75 Millionen Krankheitstagen pro Jahr zählen chronische Rückenleiden zur zweithäufigsten Krankheitsursache überhaupt.“ Bei steigender Lebenserwartung belastet eine Dauerbehandlung von Rückenpatienten darüber hinaus jahrzehntelang die Gesundheitskassen, was langfristig zu einem Systemkollaps führen wird.

Junge Menschen für Bewegung begeistern

Marianowicz: „Kinder und Jugendliche müssen von klein auf lernen, dass Sport und nahrhafte Lebensmittel unabdingbar zu einem gesunden Leben gehören. Viel Bewegung trägt zudem zu einer gut ausgebildeten Muskulatur bei, die Fehlstellungen frühzeitig korrigiert – und somit auch die psychische Leistungsfähigkeit der Kinder stärkt.“ Auch der Investitions-

stau in deutschen Schulen muss ein Ende haben. Marianowicz. „Möbel, die auf die entsprechende Altersstufe angepasst sind und zumindest einigermaßen ergonomischen Anforderungen von heute entsprechen, sind eine weitere wichtige Grundlage für einen gesunden Rücken. Grundsätzlich sind Schulmöbel, die dynamisches Sitzen fördern, eine gesunde Investition.“ Kommen junge Menschen beschwerdefrei durch die Jugend, haben sie in 70 Prozent aller Fälle bis ins hohe Alter keine oder kaum Beschwerden. Auch weil hier der Sozialisationsfaktor zum Tragen kommt. Wer sich früh eine gesunde Lebensweise antrainiert, hält diese in der Regel konsequent durch. Und ein über die Wachstumsphase hinaus gestärkter Rückenapparat ist zudem weniger anfällig für Veränderungen, Bandscheibenvorfälle oder Abnutzungserscheinungen.

Dr. Marianowicz: „Wenn die Rückengesundheit junger Menschen stärker gefördert würde, könnte man das Problem bei der Wurzel packen und jährlich mehrere Milliarden Euro Behandlungskosten am Rücken einsparen. Wir möchten auf diese Entwicklung aufmerksam machen und dem Thema Kinderrückengesundheit einen neuen Stellenwert in unserer Gesellschaft geben.“ Ein Anfang in die richtige Richtung wurde jetzt im Münchner Zentrum von Dr. Martin Marianowicz gemacht. Zahlreiche Kinder und Jugendliche hatten sich für den kostenlosen Check anlässlich des Tags der Rückengesundheit angemeldet und ihren Rücken prüfen lassen.

Ein Haltungcheck oder eine kinderorthopädische Untersuchung im Marianowicz Medizin – Zentrum für Diagnose und Therapie kann jederzeit vereinbart werden. Anmeldung und nähere Informationen unter 089 4111859-0.

Weitere Informationen:

Deutscher Pressestern· Public Star
Bierstadter Str. 9 a, 65189 Wiesbaden, Germany
Matthias Schwerdtfeger, E-Mail: m.schwerdtfeger@stern-agentur.de
Tel.: +49 611 39539-22 / Fax: +49 611 301995

Diesen Text und Bildmaterial können Sie auch im Internet abrufen unter www.deutscher-pressestern.de und www.public-star.de.

Für Interviewanfragen und Rückfragen stehen wir jederzeit zur Verfügung.