

Presseinformation

Nach Untersuchung von Hunderten Jugendlichen: Wirbelsäulenexperte warnt vor „Generation Rückenleiden“ und folgendem „Systemkollaps“

- **Dr. Martin Marianowicz: 61 % der untersuchten Jugendlichen leiden bereits an Haltungsschäden oder Rückenschmerzen**
- **Behandlungskosten über Gesundheitssystem künftig nicht finanzierbar – schon heute rund 40 Mrd. an Ausgaben für Rückenleiden**

(München, Juli 2011) Das deutsche Gesundheitssystem steuert aufgrund der Volkskrankheit Rückenleiden, die heute mehr denn je bereits Kinder und Jugendliche betrifft, auf einen irreversiblen Kollaps zu – so lautet das Fazit einer soeben vom Münchner Wirbelsäulenexperten Dr. med. Martin Marianowicz abgeschlossenen Untersuchung von 346 Kindern und Jugendlichen unter 18 Jahren. Haltungsschäden, Fettleibigkeit mit direkten Auswirkungen auf den Wirbelsäulenapparat, Bandscheibenvorfälle – 61 % der untersuchten Kinder und Jugendlichen wiesen bereits Haltungsschäden auf. Dr. med. Martin Marianowicz: „Das Ergebnis ist erschreckend. Rückenleiden verschlingen das Budget unseres Gesundheitssystems schon heute zu einem großen Teil. Doch aufgrund der veränderten Lebenswelt der heutigen Jugendlichen – kaum Bewegung, Fettleibigkeit – wird die Anzahl der Betroffenen, wenn nicht aktiv gegengesteuert wird, rasant weitersteigen. Eine Untersuchung unter ähnlichen Voraussetzungen vor drei Jahren hatte noch vergleichsweise bessere Zahlen zutage gebracht: Damals wiesen 50 % Haltungsschäden auf.“

Zwischen 1. Januar 2009 und 31. Dezember 2010 hatte Rückenexperte Dr. Martin Marianowicz, der Präsident der Deutschen Gesellschaft für Wirbelsäulenendoskopie und der Europasektion des World Institute of Pain ist, mit seinem Team Kinder und Jugendliche in seinem Münchner Zentrum untersucht. Marianowicz: „Unsere Untersuchung bezog Probanden zwischen 8 und 18 Jahren ein. Von den 61 Prozent, die Haltungsschwächen aufwiesen, klagten bereits mehr als 50 Prozent über Rückenschmerzen. Das ist fast ein Drittel der untersuchten Jugendlichen.“ Damit sind die Ergebnisse noch alarmierender als bei der Rückenstudie „500plus“ aus dem Jahr 2008, bei der über 500 Schüler des Münchner Luitpold-Gymnasiums untersucht worden waren.

Jugendsünden wirken nach

Abgesehen von einer Befragung zu den Lebensumständen und einer BMI-Prüfung wurden auch ein orthopädischer Check und eine Haltungsbewertung durchgeführt. Weitere Ergebnisse: 32 % wiesen leichte, 29 % stärkere Haltungsschwächen auf. Neben dem klassischen Hohlkreuz wurde in einer Vielzahl der Fälle auch eine zu schwache Rumpfmuskulatur attestiert. Gründe hierfür sieht Marianowicz vor allem in der veränderten Lebenswelt der Kinder. Marianowicz: „Schulsport spielt

heute kaum noch eine Rolle und anstatt im Freien zu spielen oder Sport zu treiben, verbringen Kinder und Jugendlichen ihre Zeit hauptsächlich in Chat-Rooms und mit Spielen vor dem Computer oder bei Hausaufgaben am Schreibtisch. Dies führt zu Fettleibigkeit oder kaum ausgebildeten Muskulaturen. 42 % der Kinder und Jugendliche waren insgesamt übergewichtig. 30 % hatten dabei einen Body-Mass-Index (BMI) über 20 Punkte, 12 % sogar über 25 Punkte und wiesen somit schweres Übergewicht auf. Das Fatale dabei ist, dass sowohl Verhalten als auch Fehlstellungen aus der Jugend kaum mehr korrigiert werden können und in der Regel zu chronischen Rückenleiden führen.“ Und während Kinder noch vor zwei Jahrzehnten in der Regel 4 Stunden Bewegung pro Woche hatten, verbringen 60 % der befragten Kinder und Jugendlichen heute weniger als 3 Stunden pro Woche in Bewegung.

Gefahr nicht erkannt

Welche Gefahren durch diesen Trend – auch vor dem Hintergrund der demografischen Entwicklung – lauern, wird von Politik wie Gesundheitsträgern aber völlig ausgeblendet. Marianowicz: „Die Gesundheitskosten werden explodieren, da die Jugendlichen von heute zu den Rückenpatienten von morgen werden, letztendlich auch im OP oder in der Therapie landen und damit hohe Kosten generieren. Schon heute geht die Hälfte aller Frühverrentungen auf Rückenleiden zurück und mit 75 Millionen Krankheitstagen zählt dieses – häufig chronische – Leiden zur zweithäufigsten Krankheitsursache. Die Dauerbehandlung der Rückenpatienten belastet darüber hinaus bei steigender Lebenserwartung jahrzehntelang die Gesundheitskassen.“

Kinder für Sport und Bewegung begeistern

Abhilfe schaffen laut Dr. Marianowicz nur eine entsprechende Erziehung und Angebote: „Kinder und Jugendliche müssen von früh auf lernen, dass Sport und Bewegung unabdingbar zu einem gesunden Leben gehören – ebenso wie eine ausgewogene Ernährung. Das können sie aber nur von ihren Eltern oder in der Schule lernen.“ Ergonomische Möbel können einen weiteren Beitrag leisten. Marianowicz: „Beim Hausaufgabenmachen sollten kurze Pausen eingelegt werden, bei denen die Schüler aufstehen und sich zwischendurch die Beine vertreten. Ausreichende Bewegung trägt darüber hinaus nicht nur zu einem gesunden Bewegungsapparat und einer gut ausgebildeten Muskulatur bei, die Fehlstellungen frühzeitig verhindert – sie steigert auch das psychische Wohlbefinden und die Leistungsfähigkeit der Kinder. Deshalb sind Schulmöbel, die das dynamische Sitzen fördern, eine sinnvolle Investition.“

Kritische Zeit überstehen

Kommen junge Menschen beschwerdefrei und ohne Fehlstellungen durch die Jugend, gibt es laut Dr. Martin Marianowicz – abgesehen von der natürlichen Wirbelsäulendegeneration – in 70 Prozent der Fälle bis ins hohe Alter keine Probleme. Marianowicz: „Hier spielt die Sozialisation eine große Rolle. Ein gesunder Lebenswandel setzt sich in der Regel im Alter fort – und ein einmal über die Wachstumsphase hinaus gestärkter Rückenapparat ist zudem weniger anfällig für Veränderungen, Bandscheibenvorfälle oder Abnutzungserscheinungen. Wenn die Rückengesund-

heit von Kindern und Jugendlichen stärker gefördert würde, könnte man das Problem bei der Wurzel packen.“ Und jährlich mehrere Milliarden Euro Behandlungskosten am Rücken einsparen. Hier sieht Marianowicz vor allem die Gesundheitskassen, Politik und Bildung in der Pflicht.

Pressekontakt:

Deutscher Pressestern® Public Star®

Bierstadter Str. 9 a, 65189 Wiesbaden, Germany

Benno Adelhardt, E-Mail: b.adelhardt@public-star.de

Tel.: +49 611 39539-20 / Fax: +49 611 301995

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

Abdruck honorarfrei – Belegexemplar erbeten. Achtung, Copyright: Foto nur mit Quellenangabe und mit diesem Thema.