



Deutsche Gesellschaft für Endokrinologie  
Hormone und Stoffwechsel

## **PRESSEMITTEILUNG**

### **Übergewichtige Kinder und Teenager: Nicht immer sind die Hormone schuld Endokrinologen empfehlen: Energiebilanz beachten – weniger essen, mehr bewegen**

**Berlin, August 2018 – Seit Mitte der 1970er Jahre sind weltweit immer mehr Kinder und Jugendliche übergewichtig oder adipös. Auch wenn Gene zu etwa 50 Prozent für Körpergewicht und Fettmasse bei Heranwachsenden verantwortlich sind, erklärt dies nach Ansicht der Deutschen Gesellschaft für Endokrinologie e.V. (DGE) nicht allein die große Anzahl Betroffener in dieser Altersgruppe. Verantwortlich für zu viele Kilos sei vielmehr häufig ein Zuviel an Essen und Trinken in Kombination mit zu wenig Bewegung. Dies führe zu einer sogenannten positiven Energiebilanz. Werde sie regelmäßig – auch nur geringfügig mit 50 Kilokalorien pro Tag - überschritten, mache sie dick. Auf der Pressekonferenz der DGE am 11. September 2018 in Berlin im Vorfeld der 3. Deutschen Hormonwoche, diskutieren Experten die Ursachen und Präventionsmöglichkeiten von Übergewicht. Dabei nehmen sie auch Hormonstörungen, etwa der Schilddrüse, als mögliche Gründe in den Blick.**

Laut Robert Koch-Institut sind in Deutschland über 15 Prozent der zwischen 3- und 17-Jährigen dick und knapp sechs Prozent von ihnen sogar stark übergewichtig\*.

Der Leidensdruck adipöser Kinder ist immens. Zum einen werden sie häufig sozial ausgegrenzt und gemobbt, zum anderen drohen schwerwiegende Begleiterkrankungen. Übergewicht kann bereits im Kindesalter zu Bluthochdruck, Fettstoffwechselstörungen oder Diabetes führen sowie Herz-Kreislaufbeschwerden und Haltungsschäden verursachen. „Man schätzt zudem, dass über drei Viertel aller zu schweren Kinder ihr Übergewicht in das Erwachsenenalter mitnehmen werden“, sagt Priv.-Doz. Dr. med. Susanna Wiegand, Bereichsleiterin Adipositas, Sozialpädiatrisches Zentrum für chronisch kranke Kinder an der Charité – Universitätsmedizin Berlin.

„Übergewicht kann auf krankhaften Störungen von Stoffwechsel, Hormonen oder der Psyche beruhen“, so die Expertin. Doch in den meisten Fällen liege die Ursache in einer sogenannten positiven Energiebilanz: „Dem Körper wird mehr Energie zugeführt, als er durch Stoffwechsel und Bewegung verbraucht.“ Aus Zwillings- und Adoptionsstudien wisse man zwar heute, dass die Gewichtsentwicklung von Kindern und Jugendlichen zu etwa 50 Prozent genetisch festgelegt sei. Gene veränderten sich jedoch nur über einen sehr langen Zeitraum. „Deshalb ist die Zunahme von Übergewicht und Adipositas bei Kindern und Jugendlichen in den Industrie- und Schwellenländern sicher nicht genetisch, sondern vor allem durch ein verändertes Ernährungs- und Bewegungsverhalten zu erklären“, formuliert die Kinderendokrinologin. „Bereits eine geringfügige regelmäßige positive

Energiebilanz von täglich etwa 50 kcal pro Tag führt im Grundschulalter zu Übergewicht“, sagt sie. Das Überschreiten des Energiebedarfs sei gerade im Sommer durch zuckerhaltige Durstlöscher schnell erreicht. Schon ein kleines Glas Limonade schlage mit etwa 80 kcal zu Buche. Als Gegenmaßnahme empfiehlt Wiegand, die Vizepräsidentin der Deutschen Adipositas-Gesellschaft ist, - neben mehr Bewegung im Alltag - etwa die Bereitstellung von kostenlosen Wasserspendern in Kindergärten und Schulen.

Zur Therapie von Adipositas gehöre nichtsdestotrotz der Ausschluss bestimmter Hormonstörungen, sagt Professor Dr. med. Sven Diederich, Ärztlicher Leiter Medicover Deutschland und Vizepräsident der DGE aus Berlin. Viele Eltern vermuteten insbesondere eine gestörte Schilddrüsenfunktion als Ursache, weil es in der Familie bereits Probleme mit dem Organ gäbe. „Entgegen dieser Erwartung ist eine Unterfunktion der Schilddrüse jedoch extrem selten die Ursache einer Adipositas“, stellt er fest. Welche weiteren Hormone wie Hunger- und Sättigungshormone bei der Entstehung von Adipositas eine Rolle spielen könnten und welche Behandlungsmöglichkeiten es heute gibt, ist eines der Themen auf der Pressekonferenz der DGE am 11. September 2018 in Berlin.

#### Quellen:

\*Robert Koch-Institut (2018): Übergewicht und Adipositas im Kindes- und Jugendalter in Deutschland – Querschnittergebnisse aus KiGGS Welle2 und Trends. Journal of Health Monitoring 2018 3(1). DOI 10.17886/RKI-GBE-2018-005. Robert Koch-Institut, Berlin. [https://www.rki.de/DE/Content/Gesundheitsmonitoring/Gesundheitsberichterstattung/GBEDownloadsJ/FactSheets/JoHM\\_01\\_2018\\_Adipositas\\_KiGGS-Welle2.pdf?\\_\\_blob=publicationFile](https://www.rki.de/DE/Content/Gesundheitsmonitoring/Gesundheitsberichterstattung/GBEDownloadsJ/FactSheets/JoHM_01_2018_Adipositas_KiGGS-Welle2.pdf?__blob=publicationFile)

*Endokrinologie ist die Lehre von den Hormonen, dem Stoffwechsel und den Erkrankungen auf diesem Gebiet. Hormone werden von endokrinen Drüsen, zum Beispiel Schilddrüse oder Hirnanhangdrüse, aber auch bestimmten Zellen in Hoden und Eierstöcken, „endokrin“ ausgeschüttet, das heißt nach „innen“ in das Blut abgegeben. Im Unterschied dazu geben „exokrine“ Drüsen, wie Speichel- oder Schweißdrüsen, ihre Sekrete nach „außen“ ab.*

#### Terminhinweise:

### **3. Deutsche Hormonwoche vom 15. bis 22. September 2018**

<https://www.endokrinologie.net/hormonwoche-2018.php>

### **Pressekonferenz der Deutschen Gesellschaft für Endokrinologie e.V. (DGE)**

**Termin:** Dienstag, 11. September 2018, 11.00 bis 12.00 Uhr

**Ort:** Tagungszentrum im Haus der Bundespressekonferenz, Raum 1-2

**Anschrift:** Schiffbauerdamm 40/Ecke Reinhardtstr. 55, 10117 Berlin

[https://www.endokrinologie.net/files/download/pressekonferenz\\_hormonwoche\\_2018\\_programm.pdf](https://www.endokrinologie.net/files/download/pressekonferenz_hormonwoche_2018_programm.pdf)

#### Kontakt für Rückfragen:

DGE-Pressestelle

Dr. Adelheid Liebendörfer, Dagmar Arnold

Postfach 30 11 20, 70451 Stuttgart

Telefon: 0711 8931-173/-380, Telefax: 0711 8931-167

E-Mail: [liebendoerfer@medizinkommunikation.org](mailto:liebendoerfer@medizinkommunikation.org); [arnold@medizinkommunikation.org](mailto:arnold@medizinkommunikation.org)

[www.endokrinologie.net](http://www.endokrinologie.net); [www.hormongesteuert.net](http://www.hormongesteuert.net)