# SCHACH *der* jugendlichen FETTSUCHT

Mit dem Therapieprogramm „Juvenile Adipositas“ betreut die BVA stark übergewichtige Jugendliche.

*Martha*, 15 Jahre jung, ist eines von acht Mädchen, die Anfang Juli 2006 nur ein Ziel kennen: ihr starkes Übergewicht endlich in den Griff zu bekommen. 106,9 Kilo zeigt die Nadel, als Martha am ersten Tag auf die Waage steigt. Was haben sie und ihre Eltern nicht schon alles versucht! Diät folgte auf Diät, nach deren Ende aber doch nur das Gewicht wieder unaufhaltsam anstieg. Zuletzt wurde sie in der Stoffwechselambulanz der Uniklinik für Kinder- und Jugendheilkunde in Wien betreut, und dort erfuhr sie vom Therapieprogramm „Juvenile Adipositas“ der BVA in Waidhofen a. d. Ybbs.*

Adipositas – krankhafte und krank machende Fettsucht – betrifft schätzungsweise bereits bis zu acht Prozent der Jugendlichen in Österreich. Im Gegensatz zur Adipositas im Erwachsenenalter weisen die jugendlichen Patienten besondere Risikofaktoren auf. So gefährdet die hochgradige Form der Adipositas aus mehreren Gründen die altersübliche Entwicklung. Die betroffenenen Jugendlichen geraten hinsichtlich ihres Essverhaltens und ihres Körpergewichts in einen Teufelskreis, aus dem sie sich aus eigener Kraft kaum mehr befreien können. Ausgrenzung, sozialer Rückzug, Schulverweigerung und mangelnde Ausbildung verschärfen das Problem. Eine rechtzeitige Behandlung ist daher dringend notwendig: Eine solche bietet die BVA seit 2006 in der Abteilung für Genesung und Prävention ihres Therapiezentrums Buchenberg in Waidhofen a. d. Ybbs an.

*Wenn man Martha nach ihren Lieblingsbeschäftigungen fragt, so liegen Fernsehen, DVDs und Computerspiele an erster Stelle. Richtige Freundinnen hat sie schon lange keine mehr. – „Wer mag mich denn schon?“, so fragt sie sich bei jedem Blick in den Spiegel. Und wenn sie mit dem Auto den kurzen Weg in die Schule gebracht wird, denkt sie schon mit Unbehagen an die mitleidigen Blicke ihrer MitschülerInnen, an das spöttische Gelächter beim Turnunterricht. Und kaut weiter an ihrem Schokoriegel …*

„Der Mensch ist sozusagen ein Bewegungstier“, analysiert der Chefarzt der BVA, Prim. Dr. Dietmar Steinbrenner. Dem gegenüber steht aber die rasante Veränderung des Lebensstils hin zu einem „bewegungsfeindlichen Leben“, charakterisiert durch zunehmende Motorisierung und den Wandel der Freizeitgestaltung, der Arbeitswelt, des sozialen Umfeldes sowie der Ess- und

Ernährungsgewohnheiten. Wenn auch genetische Einflüsse eine nicht unwesentliche Rolle spielen, so hat Fettsucht für Primar Steinbrenner viele Wurzeln: neben Bewegungsarmut und falscher Ernährung spielt für junge Menschen auch die Vorbildwirkung der Familie eine große Rolle – Adipositas ist also auch ein pädagogisches Problem!

Der Schlüssel zu einer erfolgreichen Therapie liegt für Dr. Steinbrenner im „schmalen Fenster, in dem man beeinflussen kann“: Gerade die Teenager-Jahre zwischen 13 und 19 sind die Zeit des Widerspruchs, in denen der junge Mensch auf der Suche nach eigenen Werten ist, er auch Opposition den Eltern gegenüber zeigt und noch stark motivierbar ist. Und Motivation ist auch das Schlüsselwort des Juvenile-Adipositas-Projekts: Nur wenn es gelingt, den jungen PatientInnen zu einer Änderung des gesamten Lebensstils und somit auch zu einer selbstständigen Lebensgestaltung zu motivieren, kann der Erfolg eintreten.

*Früher ist Martha mit ihren Eltern noch oft am Wochenende an der Donau gewesen. Mit ihrem Fahrrad wieselte sie den Damm auf und ab, während die Eltern in der Sonne saßen. Jetzt wird das Wochenende nur mehr vor dem Fernseher verbracht – kein Wunder, dass sie gleich ins Schwitzen kommt, als die Gruppe den Buchenberg, gleich hinter dem Kurheim, hinaufwandert. Dafür hat sie nach drei Wochen schon fast vier Kilo abgenommen. Und Lust aufs Naschen hat sie nur mehr ganz selten!*

Die Gruppe der acht Mädchen ist in einem Seitentrakt des Therapiezentrums untergebracht, alle Aktivitäten erfolgen nach einem vorgegebenen Stundenplan gemeinsam. Prim. DDr. Leopold Gradauer, der Leiter der Präventionsabteilung des TZ Buchenberg, bringt das Leitthema auf den Punkt: „Erkläre mir und ich werde vergessen. Zeige mir und ich werde mich erinnern. Beteilige mich und ich werde verstehen.“ Daher werden die jungen Patientinnen von einem Team von ausgesuchten Experten in der ärztlichen Adipositas-Therapie, der Ernährungs- und Sportmedizin sowie der Psychologie rund um die Uhr betreut, die Palette der gemeinsamen Unternehmungen reicht von Schwimmen, Walking und Radfahren bis zu gemeinsamem Kochen.

Die Dokumentation der Entwicklung während der achtwöchigen Therapie erfolgt nicht nur, wie bei Erwachsenen, durch den Body-Mass-Index (BMI = Körpergewicht dividiert durch das Quadrat der Körpergröße), sondern zusätzlich durch die so genannten BMI-Perzentilen-Kurven, die neben Größe und Gewicht auch Geschlecht und Alter berücksichtigen.

*Nach 55 Tagen im Therapiezentrum Buchenberg wiegt Martha 93,3 kg. Sie hat 13,6 Kilo abgenommen – ein Gewichtsverlust von 12,72 Prozent! Im Durchschnitt hat die Gruppe zwischen acht und zehn Kilo verloren. Ihr BMI, der am ersten Tag noch 40,48 betrug, sank auf 35,33. Damit ist sie zwar immer noch adipös, aber sie hat eines wiedergefunden: ihr Selbstwertgefühl. Und sie weiß, dass sie es schaffen kann, sich mit Disziplin und Selbstvertrauen von ihrer Sucht zu lösen.*

Meist sind die Betroffenen an einer schnellen und raschen Gewichtsreduktion interessiert, sagt Prim. DDr. Gradauer. Wichtiger ist aber die mittel- bis langfristige Abnahme – realistisch 0,5 Kilo pro Woche, über Jahresfrist sei das Erreichen und Halten einer Gewichtsreduktion von fünf Prozent anzustreben. Nach einschlägigen Erfahrungen gelingt dies etwa einem Drittel der Betroffenen. Ein weiteres Drittel schafft eine noch stärkere Abnahme, aber, so DDr. Gradauer, „ein Drittel nimmt nach Ende der Schulung wieder zu“.

*Zu welchem Drittel Martha gehören will, weiß sie. Und sie weiß, was sie an Lebensqualität gewinnen wird, wenn sie dieses Ziel erreicht. Ihr Lebensstil wird sich ändern, das hat sie fest vor. Und wenn sie in den nächsten Sommerferien zur Nachbetreuungswoche fährt – wer weiß, wie viele Kilos dann schon gepurzelt sein werden …*

Im Jahr 2007 bietet die BVA wieder vier Turnusse zu je acht Wochen an. Je Termin werden acht Jugendliche stationär im Therapiezentrum Buchenberg aufgenommen.

* Name geändert

## KONTAKT:

Prim. DDr. Leopold Gradauer
Therapiezentrum Buchenberg
Hötzendorfstraße 1
3340 Waidhofen a. d. Ybbs
Tel.: 07442/522 85-2800
E-Mail: leopold.gradauer@bva.sozvers.at
Internet: www.bva.at/buchenberg
Der Selbstbehalt beträgt für insgesamt 8 Wochen (wobei soziale Aspekte noch berücksichtigt werden) maximal 187,04 Euro.

## LESERBRIEF

In der letzten Ausgabe von „Der öffentliche Dienst aktuell“ vermisse ich in Ihrem Artikel „2007: Neue Beiträge“ jeden Hinweis darauf, dass Personen, die an ansteckenden, meldepflichtigen Krankheiten leiden, von den Rezeptgebühren und Spitalskostenbeiträgen ohne Antrag von Gesetzes wegen befreit sind. Ich selbst habe, in Unkenntnis der Gesetzeslage, als 1979 bei einer Mandeloperation mit Hep. C Infizierter, brav sowohl alle Rezeptgebühren wie Spitalskostenbeiträge geleistet. Erst als meine Rezeptgebühren nach einer Lebertransplantation am 1. 12. 2005 bis Dezember 2006 die Höhe von rund 800 Euro erreichten, habe ich per ZUFALL (irgendeine Suche zu Hep. C) von der Befreiung erfahren und hat mir die BVA in Graz unbürokratisch alles rücküberwiesen. Die Spitalskostenbeiträge fallen in die Zuständigkeit der KAGES f. Stmk., und ich warte noch auf die Erstattung, nachdem mein Anspruch dem Grunde nach bereits anerkannt wurde. Außerdem: Für die Behandlungsbeiträge gilt die Befreiung bereits seit 1. 1. 2006 (laut Direktor Neuhold der BVA-Graz wurden mit diesem Datum die Satzungen der BVA geändert). Noch warte ich allerdings auf die Erstattung dieser Beiträge.

*Franz Kos*

In der nächsten Ausgabe folgt ein Artikel zu diesem Thema.