

«Zucker ist ein Suchtmittel»

Jede und jeder fünfte St. Galler Jugendliche ist übergewichtig oder fettleibig.

Enrico Kampmann

Siebzehn Prozent der Kinder und Jugendlichen im Kanton St. Gallen sind übergewichtig. Davon sind vier Prozent adipös, leiden also an Fettleibigkeit. Das zeigt der aktuelle Bericht zum Body-Mass-Index bei St. Galler Schülerinnen und Schülern.

Die Zahlen entsprechen in etwa dem Schweizer Durchschnitt und zeigen unter anderem, dass der Anteil an übergewichtigen Kindern mit zunehmendem Alter steigt. Während im Kindergarten noch jedes zehnte Kind betroffen ist, sind in der fünften Klasse und in der Oberstufe fast jede und jeder Fünfte übergewichtig, über 19 Prozent. Insgesamt habe der Anteil übergewichtiger Kinder im Vergleich zu den Vorjahren leicht, aber nicht wesentlich zugenommen, schreibt das St. Galler Gesundheitsdepartement am Mittwochmorgen in einer Mitteilung.

Josef Laimbacher war bis 2021 Chefarzt am Ostschweizer Kinderspital und ist heute Leiter der Adipositas-Kommission von

Pädiatrie Schweiz. Seit den 1990er-Jahren setzt sich Laimbacher für die Prävention und Therapie von Fettleibigkeit in der Schweiz ein. Was geht ihm durch den Kopf, wenn er hört, dass ein Fünftel der Jugendlichen im Kanton St. Gallen übergewichtig ist?

«Gemischte Gefühle»: Einerseits sei er froh, dass der dramatische Übergewichts-Anstieg der Neunziger und frühen Nullerjahre abgeflacht sei, sagt Laimbacher. Die Anzahl übergewichtiger Kinder und Jugendlicher sei seit einigen Jahren relativ stabil, insbesondere im Kindergartenalter eher rückläufig. Die verschiedenen Präventionsmassnahmen, die man in den vergangenen Jahrzehnten ergriffen habe, zeigten also Wirkung. «Andererseits stagniert die Zahl auf besorgniserregend hohem Niveau.»

Die Weltgesundheitsorganisation (WHO) hat Fettleibigkeit 2008 als Krankheit deklariert. Übergewicht und in besonderem Masse Fettleibigkeit erhöhen das Risiko für nicht übertragbare Krankheiten wie Herz-Kreislauf-



Je früher Kinder an Fettleibigkeit leiden, desto höher ist später das Risiko von erheblichen gesundheitlichen Beschwerden. Bild:Imago

Erkrankungen, Diabetes Typ zwei und einige Krebsarten. In der Schweiz sind gemäss einer 2017 erschienenen ETH-Studie 43 Prozent der erwachsenen Bevölkerung übergewichtig oder adipös. Die dadurch entstehenden Krankheitskosten bezifferten sich 2012 gemäss Bundesamt für Gesundheit (BAG) auf acht Milliarden Franken pro Jahr. Ak-

tuellere Zahlen des BAG gibt es dazu nicht. Da Übergewicht in der Bevölkerung seither weiter zugenommen hat, ist jedoch von zusätzlich gestiegenen Kosten auszugehen.

Je früher Kinder an Fettleibigkeit leiden, desto höher das Risiko, im späteren Erwachsenenalter an erheblichen gesundheitlichen Beschwerden zu leiden, erklärt Laimbacher. Eine Studie von 2019 geht davon aus, dass übergewichtsbedingte Erkrankungen in den nächsten 30 Jahren in den OECD-Ländern 90 Millionen Todesfälle verursachen und die Lebenserwartung um etwa drei Jahre verkürzt werden. Bereits heute führt Übergewicht zu weitaus mehr Todesfällen als Hunger – weltweit zu rund 4,4 Millionen pro Jahr.

«In grossen Mengen giftig»

Die WHO hat Adipositas bereits 1997 zu einer Epidemie erklärt. Für Laimbacher gibt es zwei grundlegende Tendenzen in der Gesellschaft, die dafür verantwortlich sind. Einerseits der

«eklatante Bewegungsmangel», andererseits die allgegenwärtige Verfügbarkeit von Junkfood, die mit einem exzessiven Zuckerkonsum einhergehe. Tatsächlich ist der Zuckerkonsum in Schweizer Haushalten einer der höchsten in Europa und liegt mehr als doppelt so hoch wie die von der WHO empfohlene Menge von 50 Gramm pro Person und Tag.

«Zucker ist ein potentes Suchtmittel», sagt Laimbacher, «so wie beispielsweise Nikotin». Man entwickle schnell ein stetiges Verlangen danach. Ausserdem sei er in grossen Mengen giftig, insbesondere für Kinder. Nehme man über längere Zeit zu viel Zucker zu sich, könne er tödlich sein, genau wie Tabak. Laut Laimbacher sind ähnliche Präventionsmassnahmen für Kinder gefordert, wie es sie für Tabak gibt.

Als Teil der Allianz Ernährung und Gesundheit fordert Laimbacher von der Schweizer Politik unter anderem die Begrenzung des Zuckergehalts in Lebensmitteln, die Kinder ansprechen; ein Werbeverbot für

stark zuckerhaltige Produkte, die für Kinder bestimmt sind; und eine progressive Steuer auf Süssgetränke. Allerdings haben die Anliegen laut Laimbacher kaum eine Chance. Zu stark sei die Zuckerlobby im Parlament, in der mehrere Grosskonzerne wie Coca-Cola, Redbull und Rivella vertreten seien. «Ganz ähnlich wie bei der Tabakindustrie.»

In der Tat versenkte das Bundesparlament 2019 eine vom Kanton Neuenburg geforderte Zuckersteuer. 2021 sprach es sich gegen eine Begrenzung des Zuckergehalts in industriell hergestellten Getränken und Lebensmitteln aus sowie gegen eine obligatorische Angabe des Zuckergehalts auf Verpackungen.

Die Gegner der Zuckersteuer argumentieren stets mit der Eigenverantwortung des Konsumenten. Der Anteil übergewichtiger Kinder bei bildungs- und einkommensschwachen Schichten liegt derweil deutlich höher als bei ihren Altersgenossen aus wohlhabenderen Familien. Nämlich bei einem Drittel.

ANZEIGE

POWER-SHOPPING-WEEKEND!

SONNTAG
10. März 2024 **OFFEN**

Essen aus dem **Foodtruck**

GRATIS Hüpfburg & Kinderschminken
für die Kleinsten

Aktion am
Sonntag, 10. März
auch online gültig
CH-ONLINE30

30%

auf fast **ALLES!**

Für **Premiumcard-Besitzer** oder die, die es noch werden wollen!

Gültig für bestehende und neue Premiumcard-Besitzer. Gültig vom Abholpreis. Nicht mit anderen Aktionen (z.B. Gutscheinen und Rabattaktionen) kumulierbar. Nicht gültig auf Werbe-/Aktions-/XXXLutz-Bester-Preis- und Online-only-Artikel, bereits getätigte Aufträge sowie beim Kauf von Gutscheinen, Serviceleistungen, Leuchtmitteln, Getränken und Lebensmitteln, Büchern, Elektrogeräte, Kinderwagen, Buggys, Autositze, Vorhänge auf Mass, Fenstertechnik auf Mass sowie Produkte der Marken Joop!, Hülsta, MAB Betschart, Sit Mobilia, Spectral, Naos, Swissplus, Sitzplatz, Fubo, Karl Omlin, Girsberger, Willisau, Trendstühle, Lüönd, System4, Bico, Superba, Doc Philrouge, Swisflex, Horst, Stressless, Zumsteg, Biohort, Stern, Zebra, Glatz, Weber, JAB, Villeroy & Boch, WMF und Stokke. Gültig vom 07.10.03.2024. Im Onlineshop xxxlutz.ch einlösbar mit Gutscheincode CH-ONLINE30.

24/7
Online
Shopping

XXXLutz SVOBODA, Wilerstrasse 47, 9536 Schwarzenbach b. Wil/SG xxxlutz.ch