

## GESUNDHEIT

### *Je jünger das Kind, umso wichtiger der regelmäßige Besuch beim Arzt*

Im Vergleich zu anderen Ländern sind Kinder und Jugendliche in Deutschland medizinisch gut versorgt. Doch 15 Prozent der deutschen Kinder sind übergewichtig und jedes fünfte Kind ist psychisch auffällig. So lauten die erschreckenden Ergebnisse der bundesweiten Kindergesundheitsstudie (KIGGS), die Wissenschaftler des Robert-Koch-Instituts jüngst veröffentlicht haben.

#### **Eltern sind für ihre Kinder Vorbilder**

Lachen ist die beste Medizin. Diese alte Weisheit gilt auch für junge Menschen. Kindern hilft eine positive Lebenseinstellung, Krisen und Krankheiten zu vermeiden und besser zu überwinden. Genau so wichtig – und manchmal unmittelbar damit verbunden – ist die Vorbildfunktion der Eltern. Eltern haben die Möglichkeit zu entscheiden, ob sie mit ihrem eigenen Verhalten dazu beitragen, die Gesundheit ihrer Kinder zu fördern oder nicht. Eltern haben Einfluss darauf, was ihr Kind isst, ob es sich viel an der frischen Luft bewegt oder überwiegend vor dem Fernseher und Computer sitzt. Sie bestimmen, wie Konflikte in der Familie gelöst werden, ob mit Worten oder Gewalt. Eltern können darauf achten, dass sich ihre Kinder mindestens zweimal am Tag die Zähne putzen.

Bei ihren nicht immer leichten Aufgaben erhalten Eltern Unterstützung über die medizinische Grundversorgung. Wenn es um Fragen der Vorbeugung von Gesundheitsrisiken, dem Behandeln von Krankheiten, konkrete Gesundheitstipps oder allgemein um gesundheitliche Aufklärung geht, kann ihnen der Haus- oder Kinderarzt weiterhelfen. Doch manchmal sind gesundheitliche Probleme vielschichtiger, haben Ursachen oder Auswirkungen auf andere Bereiche des Lebens. Dann ist es gut, wenn sich Eltern zusätzliche Hilfe bei psychosozialen Beratungsstellen oder Selbsthilfegruppen (-> Selbsthilfe) holen.

Auf die Gesundheit seiner Kinder zu achten, bedeutet also nicht, einfach nur regelmäßig mit ihnen zum Arzt zu gehen. Trotzdem gehört der regelmäßige Arztbesuch unbedingt dazu. Er ist umso wichtiger, je jünger das Kind ist. Der Arzt kennt die Tochter oder den Sohn im besten Fall von Geburt an, er kann Krankheiten und Fehlentwicklungen so rechtzeitig erkennen. Gerade vor und nach der Geburt eines Kindes können Eltern auch die Unterstützung einer Hebamme hinzuziehen. Sie gibt alltagstaugliche Ratschläge zu gesunder Lebensführung und hilft über Unsicherheiten mit dem Baby in den ersten Monaten hinweg. Mit der Unterstützung von Kinderarzt und Hebamme im Rücken gewinnen Eltern Sicherheit, um gut für die Gesundheit ihres Kindes zu sorgen.

Auch Lehrer und Erzieher haben Gesundheit der Kinder ganzheitlich im Blick und können bei Fragen unterstützen.

#### **Vorsorgeuntersuchungen geben Eltern Sicherheit**

Aus diesem Grund gehen Eltern mit ihren Kindern regelmäßig zu den Vorsorgeuntersuchungen. Denn dort wird genau hingesehen: Wie entwickelt sich das Kind körperlich und psychisch? Wie spricht es, wie bewegt es sich? Die Vorsorgeuntersuchungen – kurz „Us“ genannt – geben Eltern Sicherheit und unterstützen sie darin, ihr Kind bestmöglich zu fördern.

Aus: Kinderschutz ABC; Fachstelle Kinderschutz im Land Brandenburg – Start gGmbH

## INFO zu Gesundheit

Das **KIKS UP-Camp** ist ein anerkanntes Adipositas-Therapieprogramm.

<b>KIKS UP Geschäftsstelle</b>	Adresse: Am Goldstein 9; 61231 Bad Nauheim
Sprechzeiten: Mo. - Do. 9:00 bis 15:00 Uhr	Telefon: (0 60 32) 92 55 04 0
	Internet: <a href="http://www.kiksup.de">www.kiksup.de</a>
	Email: <a href="mailto:info@kiksup.de">info@kiksup.de</a>

**Beratungsstellen** gibt es zu sehr vielen Themen. Es sprengt den Rahmen dieser Info, alle aufzuführen. Einen Überblick finden Sie im E.v.A. Elternbegleitbuch, auf [www.eva-bn.de](http://www.eva-bn.de) oder unter [www.wetteraukreis.de](http://www.wetteraukreis.de)

Jeder Schule ist eine **Schulpsychologin** oder ein **Schulpsychologe** zugeordnet.

<b>Staatliches Schulamt für den Wetteraukreis</b>	Adresse: Mainzer Tor Anlage 8; 61169 Friedberg
	Internet: <a href="http://www.schulamt-friedberg.lsa.hessen.de">www.schulamt-friedberg.lsa.hessen.de</a>

**Frühförderung** ist ein Angebot von Hilfen für alle Kinder im Säuglings-, Kleinkind- und Kindergartenalter, die behindert oder von Behinderung bedroht sind, wie auch für ihre Eltern und andere Bezugspersonen im Lebensumfeld des Kindes (Familie, Kindergruppe, Kindertagesstätte).

<b>Frühförderstelle für den Wetteraukreis</b>	Adresse: Europaplatz; 61169 Friedberg
Sprechzeiten: Mo. - Do. 9:00 bis 15:00 Uhr	Telefon: (0 60 31) 83 3328
	Internet: <a href="http://www.wetteraukreis.de">www.wetteraukreis.de</a>

Kinder- und Jugendärzte gibt es in Bad Nauheim und Umgebung verschiedene. Derzeit sind das:

<b>Bad Nauheim</b>	Dr. Georg Certa, Dr. Uta Euler	(0 60 32) 3 36 19
	Dr. Arno Fuchshuber	(0 60 32) 29 12
<b>Friedberg</b>	Dr. Halina Cieslak	(0 60 31) 4014
	Dr. Harald Fischer	(0 60 31) 6 92 01 42
	Dr. Regina Gossen	(0 60 31) 1 55 66
	Dr. Erika Wagner	(0 60 31) 40 15
<b>Butzbach</b>	Dr. Olaf Richter	(0 60 33) 74 88 10
	Dr. Bernhard Stier	(0 60 33) 61 11