

Michaela Wölfer

## **Das Metabolische Syndrom im Jugendalter – Mögliche Ursachen und Präventionsstrategien auf nationaler und internationaler Ebene**

Dieser Artikel gibt Einblicke in die gleichnamige Bachelorarbeit, welche sich mit der Problematik des Metabolischen Syndroms bei Jugendlichen, den Ursachen und Folgen von Adipositas sowie der Prävention dieses Krankheitskomplexes mittels Ernährung und Bewegung beschäftigt. Die praktische Durchführung der didaktischen und methodischen Ausarbeitungen erfolgte im Workshop „Fit for Body and Brain“ an der HLW Tulln.

**Schlüsselwörter:** Metabolisches Syndrom, Prävention, Workshop „Fit for Body and Brain“

---

### **1 Das Metabolische Syndrom**

Der erstmals 1980 von Hanefeld verwendete Begriff „Metabolisches Syndrom“ bezeichnet das gemeinsame Auftreten von mehreren zu Arteriosklerose führenden Risikofaktoren, wobei im Normalfall eine Insulinresistenz die Grundlage bildet (vgl. Wirth, 2007, S. 11). Laut der Weltgesundheitsorganisation (WHO) wird das Metabolische Syndrom diagnostiziert, wenn eine Insulinresistenz und zwei weitere Erkrankungen (Adipositas, Hypertonie, Dyslipidämie, Mikroalbuminurie) vorliegen.

Zur Diagnose des Metabolischen Syndroms wurden drei Definitionen aufgestellt:

- World Health Organisation (WHO) 1998
- National Cholesterol Education Program (NCEP) ATP III 2001 in Kooperation mit dem American Heart Association/National Heart, Lung and Blood Institute (AHA/NHLBI) 2005
- International Diabetes Federation (IDF) 2005 (vgl. Wirth, 2007, S. 12 ff.).

Obwohl die Definitionen idente Krankheitskomponenten beinhalten, existieren Abweichungen hinsichtlich der Grenzwerte, die neben verschiedenen Erhebungszeitpunkten und Studiendesigns einen epidemiologischen Vergleich von Studienergebnissen erschweren. Dennoch wird deutlich, dass das Metabolische Syndrom eine Volkskrankheit ist (vgl. Müller-Riemenschneider & Willich, 2007, S. 11).

Dass das Metabolische Syndrom bereits im Kindesalter auftritt, wurde 1991 in Berlin bekannt als Ergebnisse der Kinderklinik Murnau vorgestellt wurden, wo von