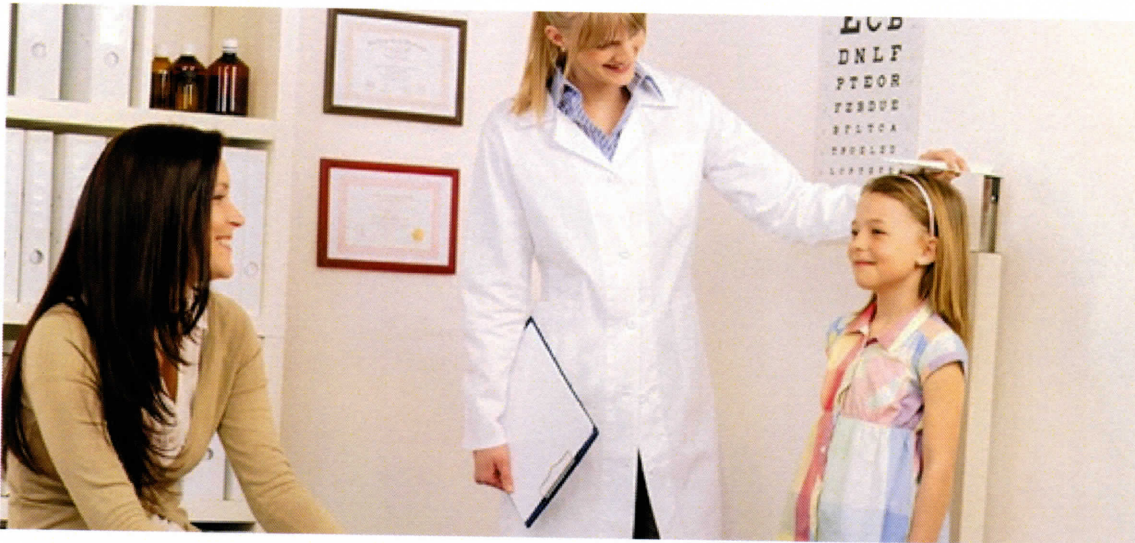


Wenn ein Kind viel kleiner oder grösser ist als seine Gspänli



Alle Eltern wünschen sich, dass ihr Kind einmal gross und kräftig wird. Ist es viel kleiner oder grösser als gleichaltrige Gspänli, machen sie sich Sorgen. Diese sind nicht unberechtigt, denn hinter Klein- und Grosswuchs können sich ernsthafte Krankheiten verbergen.

von Susanna Steimer Miller

Einen sehr grossen Einfluss auf das Wachstum haben die Gene. Sind beide Eltern klein, müssen sie damit rechnen, dass auch ihr Kind im Erwachsenenalter wahrscheinlich eher klein sein wird.

Das von den Genen vorgegebene Wachstum kann jedoch durch verschiedene gesundheitliche Probleme beeinträchtigt werden: Dazu gehören Störungen des Magen-Darm-Traktes, Herzfehler, Asthma, Knochenerkrankungen und Nierenprobleme. Eine Verlangsamung oder Beschleunigung des Wachstums ist möglich, wenn die Hormone nicht im Lot sind, wenn der Körper des Kindes zum Beispiel zu wenig Schilddrüsen-, Nebennieren- oder Wachstumshormone produziert.

Nicht zuletzt beeinflusst die Lebensweise das Wachstum. Prof. Dr. med. Urs Eiholzer vom Pädiatrisch-Endokrinologischen Institut Zürich PEZZ und sein Team haben z.B. nachgewiesen, dass Kinder, die sich wenig bewegen, im Schnitt kleiner sind als Kinder, die sich viel bewegen. Grundsätzlich empfiehlt der Fachmann, Kinder von Geburt an regelmässig zu messen: «Besonders wichtig ist eine regelmässige Kontrolle bei Kindern, deren Wachstum unter der 3. Perzentile oder über der 97. Perzentile verläuft.»

Eine Wachstumskurve für jedes Kind

90 Prozent der Kinder, deren Grösse bei der Geburt unter der 3. Perzentile lag, holen den Rückstand gegenüber Gleichaltrigen bis zum dritten Lebensjahr auf. Prof. Eiholzer dazu: «Bei den Kindern, die das nicht tun, muss der weitere Wachstumsverlauf sorgfältig überprüft werden und nach den Gründen für die Wachstumsverzögerungen gesucht werden.» Heute ist es so, dass die Grösse und das Gewicht von Säuglingen im ersten Lebensjahr häufig überprüft werden, sei es durch die Mütterberaterin oder/und durch den Kinderarzt. Grösse und Gewicht werden auf der Wachstumskurve eingetragen.

Später werden diese Kontrollen seltener – das Kind sieht den Arzt nur noch, wenn es krank ist und wird nicht bei jeder Konsultation gemessen und gewogen. Urs Eiholzer plädiert dafür, dass jedes Kind mindestens einmal im Jahr korrekt gemessen und der Wachstumsverlauf notiert wird. Zu diesem Zweck hat der Experte eine Applikation entwickelt, mit deren Hilfe die Eltern den Wachstumsverlauf ihres Kindes genau auf ihrem Smartphone oder Tablet beobachten können und immer wissen, wo ihr Kind im Vergleich zu gleichaltrigen Kindern steht. (siehe Textkasten)

Tipps zum Messen

Ein Baby oder Kleinkind im Liegen zu messen, ist nicht so einfach, weil viele Kinder reflexartig Spitzfüsse machen, wenn man ihre Knie nach unten drückt. Am besten klappt es, wenn man das Kind zu zweit misst. Denn die Beine sollten gestreckt, die Füsse im rechten Winkel zum Boden und der Körper des Kindes nicht gestaucht sein.

Ab dem dritten Geburtstag kann man das Kind ohne Schuhe mit dem Rücken zur Wand im Stehen messen. Da die Bandscheiben während des Tages Wasser verlieren, ist es vorteilhaft, die Messung immer zur gleichen Tageszeit durchzuführen. Viele Kinder unter sieben Jahren stehen während des Messens auf die Zehenspitzen und heben ihre Fersen an, da sie gerne grösser sein möchten. Dies gilt es zu verhindern, indem jemand die Füsse am Boden fixiert. Welches Messinstrument man benützt, spielt keine Rolle, solange es fest an der Wand und auf der richtigen Höhe montiert ist.

Das ideale Wachstum

Die Länge und das Gewicht eines Neugeborenen sind in der Regel Ausdruck davon, ob es ihm während der Schwangerschaft im Mutterbauch gut oder nicht so gut ergangen ist. Nach der Geburt hat das Kind dann Zeit, sein Wachstum in den ersten beiden Lebensjahren an das Muster anzupassen, das genetisch vorgegeben ist. In dieser Zeit sind deshalb «Spurwechsel» der Perzentilenkurve im Allgemeinen bloss Zeichen dieser Anpassung und nicht Hinweise auf eine krankhafte Störung.

«Nach dem zweiten Geburtstag sollte dann das Wachstum seine vererbte Spur, den Perzentilenkanal, erreicht haben und diesen Kanal bis zum Beginn der Pubertätsentwicklung nicht mehr verlassen», erklärt Prof. Eiholzer. Nehmen wir das Beispiel eines Knaben, der mit zwei Jahren auf der 50. Perzentile wuchs. Bis ins Alter von zwölf Jahren sollte sein Wachstum nun immer im Bereich der 50. Perzentile, seinem ererbten Perzentilenkanal, bleiben. Ein Wechsel des

Perzentilenkanals wäre ein verdächtiger Hinweis auf eine krankhafte Störung und eine Abklärung wichtig.

Frühe Abklärung

Ist ein Kind im Vergleich zu Gleichaltrigen auffällig kleiner, sollte eine Abklärung idealerweise zwischen dem vierten und sechsten Lebensjahr erfolgen. Diese Untersuchung wird von einem Kinder-Endokrinologen durchgeführt. Dieser klärt ab, ob eine krankhafte Ursache wie zum Beispiel eine chronische Erkrankung, eine Erkrankung des Skelettsystems, eine Chromosomenstörung oder auch eine Hormonstörung vorliegt. Zusätzlich bestimmt er mittels einer Röntgenaufnahme der linken Hand das Knochenalter des Kindes. Ein Spezialist mit viel Erfahrung kann aufgrund dieses Handröntgenbildes berechnen, wann die Pubertätsentwicklung beginnen wird, ob sie früh oder spät einsetzen wird. Daraus lässt sich ableiten, wie gross ein Kind letztlich als Erwachsener wird.

Eine frühe Abklärung ist deshalb so wichtig, weil das Wachstum mit dem Ende der Pubertät abgeschlossen ist. Wird die Wachstumsstörung durch einen Mangel an Wachstumshormonen verursacht, sind die Chancen, dass das Kind im Erwachsenenalter eine normale oder nahezu normale Grösse erreichen wird, umso grösser je früher mit der Behandlung begonnen wird. Nach Abschluss der Pubertät können Wachstumshormone die Körpergrösse nicht mehr beeinflussen.

Grösse und Gewicht überwachen auf Smartphone / Tablet

Das Pädiatrisch-Endokrinologische Zentrum Zürich PEZZ hat mit «child-growth» eine Gratis-App (siehe weiterführende Links) für iPhone, iPad und Androids entwickelt, mit der sich das Wachstum eines Kindes überwachen lässt. Anhand der Messdaten ermittelt die App, wie gross und schwer ein Kind im Vergleich mit dem Durchschnitt der gleichaltrigen Kinder ist. Störungen lassen sich so frühzeitig erkennen.