

Gross oder klein? Woran man erkennt, ob ein Kind normal wächst

WACHSTUM Kinder und Jugendliche, deren Körpergrösse aus der Norm fällt, fallen auf und werden schnell mit einer Etikette versehen. Woran Eltern erkennen, ob ihr Kind normal wächst. Und was sie tun können, wenn es Probleme gibt.

«Mein Gott, bist du gross geworden!» Wer kennt ihn nicht, diesen Standardspruch aus Kindheits- und Jugendtagen. Und zuweilen hat er ganz schön genervt. Da kam sie also nach langer Zeit wieder angereist, die Tante vom anderen Ende der Welt und staunte Bauklötze. Die Nichte, inzwischen Schulkind, war doch sicher um mehrere Zentimeter gewachsen.

Kinder wachsen, logisch. Sie tun es jeden Tag und am meisten im ersten Lebensjahr. Im Schulalter kommen jährlich ungefähr sechs Zentimeter hinzu und in der Pubertät erleben Teenager wahre Wachstumsschübe. Es ist ein natürlicher Vorgang, und manchmal fragt man sich schon, warum darum so viel Aufhebens gemacht wird – und das nicht nur von Tanten, die selten zu Besuch kommen. Der Grund liegt für Urs Eiholzer, Leiter des Pädiatrisch-Endokrinologischen Zentrums in Zürich (PEZZ), auf der Hand: Das Wachstum sei ein wichtiger Indikator für die körperliche und seelische Gesundheit bei Säuglingen, Kleinkindern, Schulkindern und Teenagern. Ausserdem beeinflusse die Körpergrösse die psychosoziale Entwicklung eines Kindes. Ob es normal wächst, und wie gross es einmal sein wird, sind deshalb für Eltern wichtige Fragen. Auch deshalb, weil sie nicht wollen, dass es später einmal gehänselt wird oder Nachteile im Beruf hat.

Wachstumskurve hilft bei Vergleich mit Gleichaltrigen

Ist mein Sohn, verglichen mit seinen Mitschülern, wirklich zu klein? Ist es normal, dass meine Tochter alle anderen in der Klasse überragt? Herausfinden können Eltern dies mit Wachstumskurven, auch Perzentilenkurven genannt. Dafür wird die Grösse eines Kindes oder Jugendlichen über Jahre hinweg mit der Grösse Gleichaltriger verglichen. So lässt sich leicht ablesen, ob das Kind vom Durchschnitt abweicht, also zu den Grosswüchsigen oder aber den Kleinwüchsigen zählt. Der Verlauf der Kurven zeigt nach Angaben von Fachärzten, ob beim Kind der Wachstumsmechanismus richtig funktioniert. Kleinwüchsig oder hochwüchsig heisst

aber nicht automatisch, dass mit einem Kind etwas nicht stimmt. Abweichungen vom Durchschnitt kommen häufig vor. Dennoch sollten Eltern in diesem Fall ihren Kinderarzt um Rat fragen. Erst recht, wenn sie sich Sorgen machen oder das Kind unter seiner Grösse leidet.

Handröntgenbild für eine genauere Prognose

Wie es mit dem Wachstum weitergeht, können Ärzte zuverlässig voraussagen. Sie röntgen dafür die Hand eines Kindes. Mit dieser Aufnahme lässt sich berechnen, ob die Pubertät früh oder spät einsetzt. Und daraus kann man ableiten, wie gross das Kind der-einst wird. Bei einigen Kindern, beruhigt Eiholzer, hält sich der Körper einfach nicht ans übliche Schema. Hat er es eilig, läuft die Entwicklung beschleunigt ab, die Pubertät beginnt früher und das Kind ist schneller ausgewachsen. Andere hingegen gehen es langsamer an als der Durchschnitt und sind eben erst später ganz entwickelt.

Ob «Frühentwickler» oder «Spätzünder» wird übrigens – genau wie die endgültige Körpergrösse – vererbt. Für die «familiäre Zielgrösse» gibt es eine Faustformel: Man nehme die Grösse der Mutter plus die Grösse des Vaters und dividiere das Ergebnis durch zwei. Dann für Mädchen sechs Zentimeter abziehen, für Jungen sechs Zentimeter dazu-zählen.

Selten auch chronisches Leiden als Ursache

Wächst ein Kind ungenügend und ist seine körperliche Entwicklung verzögert, kann dies in seltenen Fällen auf ein chronisches Leiden hinweisen. Ob es sich etwa um eine Darmkrankheit wie Zöliakie oder Nierenstörungen handeln könnte, sollte deshalb mit Blutuntersuchungen abgeklärt und ausgeschlossen werden. Auch Hormonstörungen können dafür verantwortlich sein, wenn ein Kind zu klein oder seine Knochenreifung verzögert ist. Bei Mädchen ist das «Turner-Syndrom» bekannt, eine genetische Krankheit. Eines unter 2500 ist davon betroffen. Ohne rechtzeiti-



Kinder wachsen jeden Tag, das Wachstum ist ein wichtiger Indikator für die körperliche Gesundheit.

shotshop

ge Hormontherapie werden die Mädchen nur ungefähr 1,45 Meter gross. Hormonstörungen wie eine Überfunktion der Schilddrüse können aber auch die Ursache für Grosswuchs und beschleunigte Knochenreifung sein.

Ob Behandlungen sinnvoll sind, sollten Eltern mit einem

Facharzt besprechen. Eiholzer befürwortet eine Hormontherapie beispielsweise bei Spätentwicklern dann, wenn sich die geringe Körpergrösse und das jüngere Aussehen gravierend aufs Selbstwertgefühl auswirken. Mit niedrig dosiertem Testosteron beziehungsweise Östrogen wird

die eigene Hormonproduktion angeregt, die Pubertät früher ausgelöst. Umstrittener sind die Therapien bei Grosswüchsigen. Hormone sorgen bei ihnen dafür, dass die Pubertät beschleunigt wird, früher zu Ende ist. Eine ungefähr ein bis zwei Jahre dauernde Hormonbehandlung könne die endgültige Grösse aber allenfalls um fünf Zentimeter nach unten korrigieren.

Schmerzen in den Beinen abklären lassen

Ums Wachstum ranken sich viele Mythen (siehe Box). Dass es manchmal wehtut, ist nicht bewiesen. Dennoch gehen Fachleute davon aus, dass Wachstumsschmerzen existieren. Sie werden als Spannungsschmerzen an der Knochenhaut beschrieben. Typische Anzeichen: Der Schmerz tritt meistens am frühen Abend oder nachts auf, und es tut in den Beinen weh – irgendwo zwischen Knöchel und Knie. Selten ist genau zu orten, wo.

Viele Kinder klagen darüber im Vorschulalter, manche aber auch erst später. Auch hier empfiehlt sich ein Arztbesuch. Wenn die Beine schmerzen, kann es tatsächlich mit dem Wachsen zusammenhängen. Manchmal verbirgt sich dahinter aber auch eine andere Krankheit, etwa eine – zum Glück meist harmlose – Infektion des Hüftgelenks.

Vera Sohmer

DER EXPERTE ZU VIER MYTHEN RUND UMS WACHSTUM

Kinder werden nicht mehr grösser als die Eltern

Urs Eiholzer, Zürcher Facharzt für Kinder- und Jugendmedizin und Spezialist für Wachstumsfragen, widerlegt weitverbreitete Mythen.

Wir sind heute grösser als früher:

Stimmt nicht. Kinder werden heute im Durchschnitt nicht mehr grösser als ihre Eltern. Früher hingegen überragte der Nachwuchs nicht selten Mama und Papa. Dieser säkulare Trend ist seit etwa den 1980er-Jahren zum Stillstand gekommen. Die Erklärung dafür: Sobald eine Generation genügend zu essen hat und die Kleinkinder medizinisch gut versorgt sind, werden die Nachkommen grösser, und zwar so lange, bis das genetische Potenzial des Menschen erreicht ist. Dies scheint in reichen Ländern nun der Fall zu sein. Ameri-

kaner, Deutsche, Franzosen oder Schweizer erreichen im Durchschnitt die gleiche Grösse: Männer sind um die 1,78, Frauen rund 1,66 Meter gross. Bei den Japanern hat der säkulare Trend später begonnen und ist später zu Ende gegangen. Man geht davon aus, dass zurzeit viele Völker in China und Indien grösser werden. In der Schweiz besteht heute auch praktisch kein Unterschied mehr zwischen arm und reich. Im 18. und 19. Jahrhundert waren die Reichen immer grösser als die Armen.

Die künftige Generation wird die heutige wieder um einen Kopf überragen:

Eher nein. In einer PEZZ-Studie konnte erstmals gezeigt werden, dass körperliche Aktivität, also wie oft und wie intensiv sich ein Kind bewegt, einen Einfluss auf

die endgültige Grösse haben kann. Wir bewegen uns jedoch von Generation zu Generation weniger. Möglich ist deshalb, dass die Menschen künftig eher wieder etwas kleiner werden.

Fleischreiche Ernährung trägt zum Grössenwachstum bei:

Ein Aberglaube. Hat man genug zu essen, erreicht man seine normale genetische Grösse. Ein Kind, das mehr isst, als es verbraucht, wird dick, wächst etwas schneller, entwickelt sich etwas früher, wird am Schluss aber nicht grösser. Ob es Fleisch isst oder Spaghetti, ändert daran nichts.

Eine gute Knochensubstanz hat Einfluss darauf, wie gross ein Kind wird:

Eine falsche Behauptung und vermutlich eine Vermischung

von zweierlei Dingen. Um das biologische Alter zu berechnen, machen Ärzte Handröntgenbilder. Anhand dieses biologischen Alters wissen sie, wie lange ein Kind noch wächst und wann es in die Pubertät kommt.

Vielleicht hat dieses «Knochenalter» fälschlicherweise zum Eindruck geführt, dass eine gute Knochensubstanz einen wichtigen Einfluss auf das Wachstum hat. Aber: Eine gute Substanz der Knochen ist notwendig, damit diese später, im Alter zwischen 50 und 60 Jahren, nicht brechen. Kinder und junge Erwachsene können für eine gute Knochensubstanz nur bis etwa zum 25. Lebensjahr sorgen. Die Versorgung mit genügend Kalzium ist deshalb sehr wichtig, um später und im Alter keine Osteoporose zu bekommen. vs

Mietratgeber



Thomas Herren, lic. iur.
Rechtsberatung
Mieterverband
Zürich

Eingeschlagene Fenster

Letzten Dezember wurden in der Innenstadt von Zürich viele Schaufensterscheiben von Läden eingeschlagen. Auch der Laden von Herrn X. war betroffen. Als sich Herr X. an seinen Vermieter wendet, damit dieser die Reparatur der Scheiben veranlasst, fühlt sich dieser nicht zuständig. Er findet, Herr X. müsse den Schaden bei seiner Versicherung anmelden. Schliesslich sei ja auch im Mietvertrag vereinbart, dass Herr X. eine Glasbruchversicherung abschliessen müsse. Herr X. ist verunsichert: Muss tatsächlich er (bzw. seine Versicherung) für den Schaden aufkommen?

Als er sich beim örtlichen Mieterverband beraten lässt, teilt man ihm mit, dass der Vermieter falsch liegt. Das zerschlagene Schaufenster ist rechtlich gesehen ein Mangel an der Mietsache. Selbstverständlich hatte nicht der Mieter diesen Mangel zu verantworten: Die Scheibe wurde von Unbekannten eingeschlagen. Für dieses rechtswidrige Verhalten von Dritten kann Herr X. nicht haftbar gemacht werden. Weil die Behebung dieses Mangels sehr teuer werden wird und zudem Fachwissen erfordert, fällt dieser Schaden nicht unter den Begriff des kleinen Unterhaltes, für welchen der Mieter selber einstehen müsste. Gemäss Artikel 259a Obligationenrecht kann Herr X. vom Vermieter deshalb verlangen, dass dieser den Mangel beseitigt.

Die Verpflichtung im Vertrag, dass Herr X. eine Versicherung für Glasbruch abschliessen müsse, kommt in der Praxis zwar häufig in vorformulierten Verträgen vor. Da diese Verpflichtung aber gegen zwingendes Mietrecht verstösst, ist sie ungültig und deshalb nicht durchsetzbar. Denn der Vermieter (und nicht der Mieter) ist verpflichtet, die Mietsache im zum vorausgesetzten Gebrauch tauglichen Zustand zu erhalten. Dafür erhält er den Mietzins. Falls in Allgemeinen Geschäftsbedingungen oder in Mietverträgen abweichende Vereinbarungen zum Nachteil des Mieters enthalten sind, sind diese nichtig (Artikel 256 Obligationenrecht). Um genau eine solche Vereinbarung handelt es sich aber bei der Verpflichtung zum Abschluss einer Glasbruchversicherung.

Genau dasselbe gilt übrigens auch, wenn in Wohnungen durch einen Einbruch die Scheiben oder die Haustüre beschädigt werden. Hier kriegen die Mieter manchmal zu hören, sie müssten den Schaden bei ihrer Hausratsversicherung anmelden. Aber auch hier gilt: Der geschädigte Eigentümer muss selber für den Schaden aufkommen, falls er den Verursacher des Schadens, das heisst den Einbrecher, nicht ermitteln kann.

Weitere Informationen: Thomas Herren, lic. iur., Mitarbeiter Rechtsberatung Mieterinnen- und Mieterverband Zürich. Adressen: Tellstrasse 31, 8004 Zürich, oder Merkurstrasse 25, 8400 Winterthur, Telefon 044 296 90 20, Fax 044 296 90 26, E-Mail: info@mvzh.ch www.mieterverband.ch/zh