

Wer bei der Geburt zu klein und zu leicht ist, wird später eher krank

MANGELGEBURT Immer mehr Kinder werden unterernährt geboren. Dies kann Auswirkungen auf das ganze Leben haben.

Rund acht Prozent der Neugeborenen werden in der Schweiz im Verhältnis zur Schwangerschaftsdauer zu klein und/oder zu leicht geboren. Man spricht von Mangelgeburt oder Small for Gestational Age (SGA). International gelten alle Kinder mit einem Geburtsgewicht von weniger als 2500 Gramm als Mangelgeburt.

Vor zehn Jahren waren schweizweit erst etwa fünf Prozent der Neugeborenen betroffen, schätzt Urs Eiholzer, Leiter des Pädiatrisch-Endokrinologischen Zentrums Zürich, der vor kurzem gleich zwei Bücher zum Thema veröffentlicht hat: einen Ratgeber für Eltern und ein Fachbuch für Ärzte. Für die Zunahme an Mangelgeburten sind laut Eiholzer das steigende Alter der Schwangeren und vermehrte künstliche Befruchtungen verantwortlich.

Das Überleben sichern

90 Prozent der Kinder, die zu klein und zu leicht auf die Welt kommen, holen den Rückstand in den ersten zwei Lebensjahren auf und wachsen fortan so, wie es aufgrund der Grösse ihrer Eltern zu erwarten ist. Die restlichen zehn Prozent – das entspricht knapp einem Prozent aller Kinder – bleiben für ihr Alter zu klein und zu leicht.

Grund für eine Mangelgeburt ist eine Unterversorgung mit Nährstoffen im Mutterbauch. Bekommt der Fötus zu wenig Nährstoffe, stellt sein Organismus auf einen sparsamen Stoffwechsel um. So wird die Versorgung lebenswichtiger Organe sichergestellt – auf Kosten des Wachstums. Dieser Mechanismus entstand im Laufe der Evolution, Auslöser waren Hungersnöte. Die Energieoptimierung war in mageren Jahren entscheidend für das Überleben: SGA-Kinder sind nicht nur klein, sondern auch körperlich weniger aktiv und brauchen so weniger Energie.

Plazentastörung ist schuld

Da Hungersnöte in der Menschheitsgeschichte meist mehrere Jahre dauerten, wird der Stoffwechsel der betroffenen Kinder für das ganze Leben umprogrammiert. Laut Eiholzer ist es wahrscheinlich vor allem dieser vorgeburtlichen Programmierung zu verdanken, dass die Menschheit überlebte.

Da hierzulande kaum eine Schwangere Hunger leiden muss,



Manchmal ist ein Zwilling kleiner und leichter als der andere. Eine Hormontherapie kann helfen, das Wachstum aufzuholen.

Symbolbild Shutterstock

«Eine kleine Körpergrösse ist kein Luxusproblem. Betroffene leiden stark darunter.»

Prof. Dr. med. Urs Eiholzer,
Wachstums- und
Stoffwechselspezialist

ist es nicht möglich, eine eindeutige Ursache zu finden. Der häufigste Grund ist Pech. Ich höre immer wieder von Frauen, die ein schlechtes Gewissen plagt, weil sie in der Schwangerschaft ab und zu eine Zigarette geraucht haben. Dabei reduziert eine Zigarette pro Tag während der ganzen Schwangerschaft das Gewicht des Neugeborenen im Durchschnitt um lediglich 13 Gramm.»

Verminderte Intelligenz

Während die Umstellung auf einen sparsamen Stoffwechsel in Hungersnöten Sinn macht, wird er in Zeiten des Überflusses zum Risikofaktor: SGA-Kinder haben nicht nur eine kleinere Endgrösse, sondern auch ein erhöhtes Risiko, im Erwachsenenalter an Herz-Kreislauf-Krankheiten, Fettleibigkeit oder Diabetes zu erkranken. Tendenziell ist auch ihre Intelligenz leicht vermindert und sie werden eher verhaltensauffällig. SGA-Kinder haben zudem ein doppelt so hohes Risiko, an Schizophrenie zu erkranken.

SGA-Kinder können mit einem Wachstumshormon behandelt werden. Je früher man damit be-

ginnt, desto besser. Die Krankenkassen übernehmen die Kosten allerdings erst für Kinder ab vier Jahren. Sie wollen sichergehen, dass nur Kinder ohne Aufholwachstum behandelt werden und nicht solche, die zufällig zu klein und zu leicht auf die Welt kamen oder an einer anderen Erkrankung leiden. Fast alle mit dem Wachstumshormon behandelten Kinder erreichen laut Eiholzer eine Grösse, die im familiären Zielbereich liegt.

Ob es auch eine Möglichkeit gibt, das Risiko für Stoffwechselerkrankungen zu mindern, ist umstritten. Neue Studienergebnisse lassen aber vermuten, dass das Diabetesmedikament Metformin die fötale Umprogrammierung bis zu einem gewissen Grad rückgängig machen kann.

Messen ist wichtig

Kinder, die als Mangelgeburt geboren werden, sollten in den ersten zwei Jahren alle drei Monate gemessen und gewogen werden. Sind sie mit zwei Jahren immer noch zu klein und zu leicht, empfiehlt Urs Eiholzer, sie von einem Spezialisten abklären zu lassen.

«Eine kleine Körpergrösse ist kein Luxusproblem», betont Eiholzer, «Kinder, die viel kleiner sind als Gleichaltrige, leiden stark darunter. Oft werden sie nicht richtig ernst genommen und trotz normaler Intelligenz später eingeschult als ihre Altersgenossen.»

Eiholzer und sein Team haben eine App entwickelt, mit der Eltern auf einfache Art und Weise selbst das Wachstum ihres Kindes mitverfolgen können. Auf der Gratis-App «Child-Growth» kann man regelmässig Gewicht und Grösse eingeben. Die Messwerte werden automatisch in eine Wachstumskurve eingetragen. So kann man prüfen, wie sich das Kind entwickelt und wo es im Vergleich zu Gleichaltrigen steht.

Sarina Sattler

SGA – Mangelgeburt: Ein Ratgeber für Eltern. Urs Eiholzer. Eigenverlag Pädiatrisch-Endokrinologisches Zentrum Zürich (PEZZ), 124 Seiten, ca. 20 Fr. (zu beziehen bei Amazon.de).

SGA – Mangelgeburt: Ursachen, Risiken, Therapien. Urs Eiholzer. Karger-Verlag, 158 Seiten, ca. 40 Fr.

Spielplatz



Vom Hochins Elternbett

Es gibt wohl kaum ein Thema, das werdende Eltern derart beschäftigt, wie das Schlafen. Wird das Baby ein «guter Schläfer»? Oder wird es die Nacht zum Tag machen und Mami und Papi Augenringe so gross wie Autopneus bescheren?

Als Vater von drei Kindern darf ich sagen: Mit der Zeit verliert das Thema Schlafen seine Bedeutung – völlig verschwinden tut es aber nicht. Bestes Beispiel: meine dreijährige Tochter. Vor einiger Zeit sind wir umgezogen und haben die Gelegenheit genutzt, das Babybett der Kleinen durch ein «richtiges» Kinderbett zu ersetzen; ein schönes Hochbett mit Leiterchen. Das Problem an der Sache: Mein Töchterchen stieg zwar selber über die Leiter ins Bett – aber nicht wieder herunter.

So nahm das Drama seinen Lauf. Wenn unser Töchterchen morgens in aller Frühe aufstehen, aufs WC gehen oder sonst wie nicht mehr im Bett sein wollte, schrie sie das ganze Haus zusammen. Schlaftrunken torkelten Mami oder Papi dann zu «Madame», um ihr die Leiter herunterzuhelfen.

Wohlgemerkt: Es lag nicht daran, dass sie nicht die Leiter heruntersteigen konnte. Sie wollte einfach nicht. Reine Kopfsache also. Wir bemühten uns mit viel Geduld und Zeit darum, unserer Tochter das Leiterheruntersteigen schmackhaft zu machen. Tag für Tag, Woche für Woche.

Irgendwann hatten wir dann Erfolg. Triumphal feierten wir den ersten selbstständigen «Abstieg». Von da an klappte es. Unser Töchterchen steigt jetzt frühmorgens (oder nachts) selber die Leiter herunter – und quetscht sich dann zielsicher zwischen Mami und Papi ins Elternbett. Martin Steinegger



Miniquiz

Ab 11 Jahren

MATHEMATIK

Wenn du vom gesuchten Bruch den dritten Teil subtrahierst, erhältst du genau $\frac{1}{2}$. Wie heisst der gesuchte Bruch?

GEOGRAFIE

Ein Fluss ändert seinen Namen. Wie heisst die Eulach in ihrem ersten Abschnitt vom Quellgebiet bis vor Elgg?

- A Tobelbach
- B Schauenbergbach
- C Hüenerbach
- D Farenbach

Lösungen

Geografie: D

Mathematik: $0,75$ (ist der gesuchte Bruch: $x - 1/3 \times x = 1/2 \Rightarrow x = 0,75$)

Globi und die Gämse Zima entdecken die Berge

GLOBI Im neusten Wissens-Band fährt Globi in die Berge. Die jungen Leserinnen und Leser erfahren dabei alles über das Leben in der Höhe.

Die Gämse Zima ist aus dem Tierpark ausgebrochen und möchte ihre Heimat, die Berge, kennen lernen. Globi begleitet sie. Dies ist die Rahmengeschichte im neuen Globi-Sachbuch «Globi in der Bergwelt». Wie nebenbei erfahren Kinder viel Interessantes über das Leben in den Bergen. Globi und Zima treffen Menschen wie



Säumer, einen Meteorologen, eine Käserin oder einen Jäger. Sie

Reisevorbereitung oder wie man sich in einer SAC-Hütte verhält.

lernen, was die Wanderweg-Markierungen bedeuten, wie die Alpen entstanden sind oder welche Pflanzen am Wegesrand man essen kann. Zur Sprache kommt auch ganz Alltägliches wie die richtige

Die Gämse und der berühmte blaue Vogel müssen aber auch Schwierigkeiten überwinden. So geraten sie in ein Gewitter – oder müssen im Nebel den Weg ohne Handyempfang finden.

Fragen und Antworten

«Globi in der Bergwelt» ist in Zusammenarbeit mit dem Schweizer Alpen-Club (SAC) entstanden. Zu jedem Unterthema werden den Leserinnen und Lesern Fragen gestellt oder sie werden dazu aufgefordert, etwas zu zeichnen oder bestimmte Gegenstände auf einem Bild zu suchen. Vermutlich weiss auch kaum ein

Erwachsener, worin der Unterschied zwischen Alp- und Bergkäse besteht. Oder wie man einen Achterknoten knüpft. Auf jede Frage gibt es eine einfache Antwort für Kinder – und eine komplexe Antwort für Erwachsene. Die Kombination von Globi-Abenteuer, Wissensvermittlung und zahlreichen Möglichkeiten zum Mitmachen und -denken macht das Kindersachbuch sehr kurzweilig.

Sarina Sattler

Globi in der Bergwelt: Die Berge und ihre Natur entdecken. David Coulin, Daniel Müller, Globi-Verlag, 128 Seiten, ca. 30 Fr., ab 8 Jahren.