

13

Zentimeter grösser als Mama oder gleich gross wie Papa: Das ist die familiäre Zielgrösse für Jungen.

15

Millimeter schrumpft der Körper tagsüber, weil die Bandscheiben an Wasser verlieren.

1,78

Meter gross ist ein Durchschnittsmann in der Schweiz. Frauen messen im Schnitt 1,66 Meter.

2

Ab diesem Alter folgen Kinder dem genetisch vorgegebenen Muster. Die Babygrösse lässt keine Prognosen zu.

1,4

Zentimeter sind Deutschschweizer grösser als Tessiner. Romands sind exakt in der Mitte.

Fortsetzung

Wenn Jungs zu kurz geraten

ten. «Die Spezialisten sagten uns, dass er höchstens 1,65 Meter gross werden würde», sagt seine Mama Jeanette Kuster.

Als Baby war er mit seinen 53 Zentimetern grösser als erwartet, «weil ich nur 1,61 Meter bin und sein Vater 1,72 Meter». Aber dann pendelte er sich schnell auf der dritten Perzentile ein – was bedeutet, dass von 100 gesunden Gleichaltrigen 97 grösser sind. Bald fiel er ganz aus der Skala, bis er im Kindergarten gefühlt fast gar nicht mehr wuchs. «Erst im Nachhinein ist mir aufgefallen, dass ich ihm nie neue Kleider kaufen musste», erzählt die Journalistin und ehemalige Mamabloggerin.

Beunruhigend fand sie das nicht, weil sie selbst erst mit zwölf einen Wachstumsschub hatte. Bloss weil der Kinderarzt darauf drängte, Nael abklären zu lassen, brachte sie ihn zu den Spezialisten im Pezz. «Ich war überzeugt, eine Bestätigung zu bekommen, dass mit ihm alles in Ordnung ist.» Doch das war es nicht.

Hormonelle Störungen lassen sich meist beheben

Nach verschiedenen Abklärungen – unter anderem musste der damals Siebenjährige im Kinderspital in die Röhre, um sicherzustellen, dass er keinen Hirntumor hat –, stand fest, dass er zu wenig Somatotropin, also Wachstumshormone, produziert und ohne Behandlung sehr klein bleiben würde – genau wie Fussballer Lionel Messi, der deswegen jahrelang in Therapie war.

Damit zählt Nael zu den ganz wenigen Kindern, die tatsächlich eine Wachstumsstörung haben. «Über 95 Prozent von jenen, die zu uns kommen, entwickeln sich ganz normal», sagt Urs Eiholzer. Mögliche Alarmzeichen sind, wenn sich Kinder auf der Grössenvergleichskurve unterhalb der dritten Perzentile befinden. Oder wenn sie sich bei den Kleinsten einreihen, während ihre Eltern zu den Grössten zählen. Oder wenn sie plötzlich von ihrer gewohnten Perzentile abweichen, also langsamer als Gleichaltrige oder gar nicht mehr wachsen.

Der Grund dafür kann eine Zöliakie, also eine Glutenunverträglichkeit, sein. Auch eine Störung der Schilddrüsen-, Wachstums- und Geschlechtshormone kann das Wachstum hemmen. Ist die jeweilige Ursache gefunden, kann man den Mangel in der Regel gut beheben. Ausser die geringe Grösse liegt in der Familie. «Das genetische Wachstum ist sehr resistent gegen äussere Beeinflussungen», sagt der Spezialist Urs Eiholzer.

Es gebe zwar Möglichkeiten, drei, vier, allerhöchstens fünf Zentimeter herauszuholen, aber dabei handle es sich um experimentelles Wachstumsengineering ohne Garantie und ohne dass die Krankenkasse die Kosten übernehme. «Ich habe jedoch mehrmals von Eltern gehört, eine Million sei für sie kein Problem», erzählt Eiholzer.

«Aber das Wachstum ist kein Wunschkonzert. Und ausserdem muss man nicht alles machen, was möglich ist.» Einzig «in ver-

zweifelten Fällen», wenn etwa ein Junge eine Prognose von nicht einmal 1,60 Meter habe, würde er eine Behandlung in Betracht ziehen.

Immer nachts im Tiefschlaf gibts einen Piks

Die Therapie für Nael – die Kosten betragen durchschnittlich 30'000 Franken pro Jahr – bezahlt die IV; seine Wachstumsstörung gilt als Geburtsgebrechen. Er muss nun täglich Somatotropin spritzen, und zwar bis er aus der Pubertät ist. Zu Beginn hat Jeanette Kuster gezögert. «Ich dachte, nur wegen der Grösse soll ich meinem Kind täglich Hormone spritzen?» Aber dann hätten die Spezialisten ihr erklärt, dass

ein Somatotropin-Mangel auch dazu führe, dass sich weniger Muskeln bildeten, dass das Fett schlechter abgebaut werde und sich im Blut anreichere.

Jeden Abend nach dem Lichterlöschen wartet Kuster eine halbe Stunde, schleicht sich dann an Naels Bett, kneift die Haut an seinem Bauch zusammen und spritzt ihm das Hormon. «Ich muss ihm die Dosis verabreichen, wenn er im Tiefschlaf ist.»

Die Nadel sei zwar winzig, vergleichbar mit einem Epipen für Allergiker, und der Piks sei kaum zu spüren, «aber er hat eine riesige Angst vor Spritzen». Einziger Trick mit dem Tiefschlaf funktioniere, was manchmal anstrengend sei. Alle sechs Monate

holt Kuster im Pezz einen riesigen Sack voller Hormon-Pens ab, die sie im Kühlschrank aufbewahren muss. Ein grosser Aufwand, den die Familie auf sich nimmt. Aber einer, der sich lohnt. Unter anderem, weil sich herausgestellt habe, dass sich Naels Gspänli über seine Grösse lustig gemacht hätten. «Ich habe gemerkt, dass es ihn trifft, dass er weniger ernst genommen wird. Das wollte ich ihm ersparen.» Also habe sie schliesslich zur Therapie eingewilligt.

Tatsächlich werden unterdurchschnittlich kleine Kinder von Gleichaltrigen, Lehrern und Eltern tendenziell unterschätzt oder überbehütet, was sich negativ auf die Entwicklung aus-

wirken könne, weiss Urs Eiholzer. Bei Jugendlichen könne eine verzögerte Pubertät und damit ein verspäteter letzter Wachstumsschub belastend sein. Die Folgen seien auch Jahre später noch spürbar.

Nael braucht jetzt ständig neue Schuhe

«Mit 25 meinen die Betreffenden immer noch, sie seien weniger männlich, selbst wenn sie bis dahin genau gleich entwickelt sind.» Bis 30 habe sich dieses Gefühl zwar verflüchtigt, aber die entscheidenden Weichen für die persönliche und berufliche Entwicklung würden vorher gestellt. «Wenn man in der Zeit das Gefühl hat, weniger wert zu sein, ist

das ein Nachteil.» Um dem entgegenzuwirken, könne man Jungs mit verzögerter Pubertät im Alter von vierzehneinhalb Testosteron spritzen, um den letzten Wachstumsschub zu starten. So können sie ihre Zielgrösse schneller erreichen.

Dass es grosse Selbstzweifel auslösen kann, unterdurchschnittlich gross zu sein, hat auch «Spider-Man» Tom Holland kürzlich eingeräumt. Inzwischen habe er sich damit abgefunden. «Ich kann ja nicht plötzlich ein paar Zentimeter wachsen. Wenn ich es könnte, verdammte, dann würde ich das tun.» Tatsächlich bliebe als einzige Möglichkeit, die Knochen auseinanderzusägen und sie künstlich zu verlängern. Hormonell lässt sich die Körpergrösse im Erwachsenenalter nicht mehr beeinflussen, das geht maximal bis zum Ende der Pubertät.

Nael bekommt mittlerweile seit zwei Jahren Wachstumshormone. «Jetzt muss ich ihm ständig neue Schuhe kaufen», erzählt Jeanette Kuster lachend. «Die Füsse wachsen zu Beginn am schnellsten.» Ein Riese wird er trotzdem nicht werden – plus/minus 1,72 Meter wird er ausgewachsen messen, also etwa wie sein Vater. «Über die ersten paar Zentimeter hat er sich so sehr gefreut. Da wusste ich: Es ist richtig, dass wir das machen.»

Wäre das Leben anders mit mehr Zentimetern?

Der 37-jährige Andreas Meyer* aus Zürich (Name geändert) wünscht sich manchmal, er hätte als Kind oder Jugendlicher auch eine Therapie bekommen – genau wie sein sieben Jahre jüngerer Bruder. Dieser misst inzwischen etwa zehn Zentimeter mehr als er mit seinen 1,63. «Ich kann meinen Eltern keinen Vorwurf machen. Ich war das älteste Kind. Bei mir war ihnen einfach nicht bewusst, dass ich tatsächlich keinen grossen Wachstumsschub mehr haben würde.»

Schon immer sei er der Kleinste gewesen, erzählt Meyer, die fehlenden Zentimeter habe er mit seinem grossen Mundwerk wettgemacht. Bis zur Rekrutenschule hoffte er, vielleicht doch noch in die Höhe zu schiessen. «Mein Grosi hat immer erzählt, ihr Bruder sei in der RS so stark gewachsen, dass er einen neuen Tarnanzug gebraucht habe. Und ich dachte: Geil, vielleicht geht bei mir auch noch was.»

Als der ersehnte Gump ausgeblieben sei, habe er sich damit abgefunden. Das Thema hole ihn aber immer mal wieder ein und er frage sich manchmal, ob sein Leben vielleicht anders verlaufen wäre mit ein paar Zentimetern mehr. Zum Beispiel als Jugendlicher, als er im Sport nicht mit Gleichaltrigen mithalten konnte. Oder als junger Erwachsener, als er realisierte, dass den meisten Frauen ein Mann unter 1,65 zu klein ist.

Oder im Job, wenn einer demonstrativ auf ihn herabschaut in der Meinung, er könne ihn damit unter Druck setzen. «Aber es ist nicht so, dass mich meine Grösse ständig beschäftigt. Es geht mir ja gut. Ich bin gesund, habe eine Partnerin, einen Job und stehe mit beiden Beinen im Leben», sagt Meyer. «Meine Grösse ist das Einzige, worüber ich mich beklagen kann.»



Zu klein für «Spider-Man»? Darsteller Tom Holland mit Partnerin Zendaya. Foto: WireImage



Wächst ein Kind auf einmal gar nicht mehr, ist das ein Alarmzeichen: Die meisten Buben und Mädchen entwickeln sich aber normal. Foto: Getty Images



Litt als Bub an einer Wachstumsstörung, die ihm den Übernamen «Floh» eintrug: Fussballstar Lionel Messi. Foto: Getty Images