

Seit diesen Sommer beurteilen Kinderärztinnen und Kinderärzte das Wachstum und den Gewichtsverlauf von Schweizer Kindern wieder anhand von Schweizer Daten. Mit den neuen Wachstumskurven werden Kinder präziser beurteilt. Dadurch können Wachstumsstörungen früher erkannt und unnötige Abklärungen vermieden werden. Für Eltern bedeutet dies mehr Sicherheit bei der Beurteilung der Entwicklung ihres Kindes.

Q&A

Fragen und Antworten zu den neuen Schweizer Wachstumskurven

Was versteht man unter Perzentilenkurven (Wachstumskurven)?

Perzentilenkurven sind Vergleichskurven, mit denen Körpergrösse, Gewicht und BMI eines Kindes über die Zeit beurteilt werden können. Sie zeigen, wie sich ein Kind im Vergleich zu gleichaltrigen Kindern desselben Geschlechts entwickelt.

Die 50. Perzentile entspricht dem Durchschnitt. Liegt ein Kind beispielsweise auf der 10. Perzentile, bedeutet dies, dass 10 von 100 gleichaltrigen Kindern kleiner und 90 grösser sind. Damit wächst diese Kind im unteren Normbereich. Zusätzlich zur aktuellen Grösse ist der bisherige Verlauf auf der Wachstumskurve wichtig und der familiäre Hintergrund. Besonders wichtig ist die 3. Perzentile. Sie markiert die untere Grenze des Normbereichs. Kinder unterhalb dieser Grenze sind nicht automatisch krank, benötigen aber besondere Aufmerksamkeit und eventuell auch Abklärungen, weil sich in diesem Bereich Wachstumsstörungen, hormonelle Erkrankungen oder chronische Krankheiten häufen können.

Weshalb braucht die Schweiz eigene Wachstumskurven?

Wachstumskurven sind nur dann wirklich aussagekräftig, wenn sie zur Bevölkerung passen, in der sie verwendet werden. Die seit 2011 in der Schweiz verwendeten WHO-Kurven beruhen auf internationalen Daten von Kindern aus Brasilien, Ghana, Indien, Norwegen, Oman und den USA sowie auf US-amerikanischen Geburtsjahrgängen der Jahre 1949 bis 1969 und bilden das Wachstum heutiger Schweizer Kinder nur unzureichend ab.

Die neuen Schweizer Wachstumskurven basieren auf über 43'000 Messungen von Kindern und Jugendlichen aus allen Sprachregionen der Schweiz. Die Analysen zeigen, dass sich die Körpergrösse zwischen Deutschschweiz, Romandie und Tessin nur gering unterscheidet. Die Unterschiede zu den Nachbarländern Deutschland und Österreich betragen meist weniger als 1 cm. Demgegenüber liegt die 3. Perzentile der WHO-Kurven je nach Alter bis zu 4,2 cm tiefer als die Schweizer Referenzwerte für Knaben und bis zu 3,7 cm tiefer für Mädchen. Die Folge ist, dass behandelbare Ursachen wie Wachstumshormonmangel, Zöliakie, Schilddrüsenunterfunktion oder andere chronische Erkrankungen teilweise erst Monate oder sogar Jahre später erkannt werden. Die Schweiz braucht eigene Wachstumskurven, weil Schweizer Kinder anders wachsen als die WHO-Referenzkinder. Die Körpergrösse ist schweizweit erstaunlich einheitlich, Unterschiede finden sich heute vor allem beim BMI.

Welche Bedeutung hat das Wachstum für die Gesundheit eines Kindes?

Das Wachstum ist ein zentraler Indikator für die Gesundheit und Entwicklung eines Kindes und oft der erste Hinweis auf eine zugrunde liegende Erkrankung. Auffällige Wachstumsverläufe

gehören häufig zu den frühesten Anzeichen chronischer Erkrankungen, hormoneller Störungen oder genetischer Syndrome.

Für das Längenwachstum steht jedoch nur ein begrenztes biologisches Zeitfenster zur Verfügung. Nach Abschluss der Pubertät schliessen sich die Wachstumsfugen der Knochen, und versäumtes Wachstum kann nicht mehr nachgeholt werden.

Die Früherkennung von Wachstumsstörungen ist deshalb von entscheidender Bedeutung. Wird eine behandelbare Ursache zu spät erkannt, kann dies nicht nur die Diagnose und Therapie verzögern, sondern auch zu einem bleibenden Verlust an Erwachsenengrösse führen. Für das Wachstum gibt es keine zweite Chance: Verlorene Wachstumszeit lässt sich später nicht mehr nachholen

Gibt es Entwicklungsphasen, die für das Wachstum besonders wichtig sind?

Ja. Besonders wichtig sind die Säuglingszeit und die Pubertät, weil in diesen beiden Lebensphasen die Wachstumsgeschwindigkeit besonders hoch ist.

Im ersten Lebensjahr passt sich das Wachstum dem genetischen Wachstumsmuster des Kindes an. Deshalb sind Perzentilenwechsel in dieser Phase häufig und meist nicht krankhaft.

Nach dem zweiten Geburtstag sollte ein Kind bis zum Beginn der Pubertät weitgehend innerhalb desselben Perzentilenkanals wachsen. Ein deutlicher Abfall der Wachstumskurve in dieser Phase sollte immer abgeklärt werden.

In der Pubertät kommt es zum Pubertätswachstumsspur. Mädchen erreichen diesen Wachstumsschub durchschnittlich mit etwa 12 Jahren, Knaben mit knapp 14 Jahren. Während dieser Phase wachsen Kinder vorübergehend 8 bis 11 cm pro Jahr.

Wie hat sich das Wachstum von Kindern in der Schweiz verändert?

Die Körpergrösse gilt als wichtiger Indikator für Gesundheit und Lebensbedingungen einer Bevölkerung. Dank den Rekrutenuntersuchungen wissen wir, dass Schweizer Männer in den letzten 120 Jahren rund 15 cm grösser geworden sind.

Der grösste Teil dieser Zunahme erfolgte zwischen 1900 und 1950. Seit den 1970er Jahren hat sich die Erwachsenengrösse jedoch kaum mehr verändert. Die durchschnittliche Schweizer Frau misst heute rund 166 cm, der durchschnittliche Schweizer Mann rund 178 cm. Gegenüber früheren Generationen hat sich die Körpergrösse kaum mehr verändert – die Schweiz scheint ihr biologisches Wachstumspotenzial weitgehend erreicht zu haben.

Wie hat sich das Gewicht von Kindern in der Schweiz entwickelt?

Während sich die Körpergrösse in den letzten Jahrzehnten kaum verändert hat, zeigt sich beim Gewicht eine andere Entwicklung. Seit den 1950er-Jahren haben Übergewicht und Adipositas bei Kindern und Jugendlichen in der Schweiz deutlich zugenommen. Heute sind je nach Altersgruppe und Definition rund 15–20 % der Kinder und Jugendlichen übergewichtig oder adipös. Die neuen Schweizer Daten zeigen jedoch, dass diese Entwicklung nicht alle Bevölkerungsgruppen gleichermaßen betrifft. Erst die Analyse unserer grossen nationalen Stichprobe erlaubt es, die Entwicklung nach Herkunft und Migrationshintergrund differenziert zu betrachten. Dabei zeigte sich, dass Kinder mit zwei Schweizer Eltern heute nicht wesentlich schwerer sind als in früheren Generationen. Die Zunahme von Übergewicht konzentriert sich vor allem auf Bevölkerungsgruppen mit familiären Wurzeln in Süd- und Südosteuropa, die deutlich höhere BMI-Werte und eine höhere Häufigkeit von Übergewicht aufweisen.

Dieses Ergebnis verdeutlicht, weshalb nationale Wachstumsdaten unverzichtbar sind. Ohne nationale Referenzdaten wäre lediglich sichtbar, dass der BMI in der Schweiz gestiegen ist. Erst die Analyse der Schweizer Bevölkerung zeigt, dass diese Entwicklung nicht alle Kinder gleich betrifft und dass Kinder mit zwei Schweizer Eltern kaum zur Zunahme beigetragen haben.