

Wenn der Wohlstand krank macht

Gesundheitsprojekt: Schüler untersuchen negative Zivilisationsfolgen

Elixhausen/Salzburg – Wird der Grundstein für Wohlstands-Erkrankungen schon in der Jugend gelegt? Dieser Frage gingen Schülerinnen und Schüler der HLFS Ursprung nach: In einem beeindruckenden Projekt haben sie die Ernährungs- und Gesundheitsdaten von 325 Mitschülern erhoben und statistisch ausgewertet. Die Ergebnisse sind aufrüttelnd.

Fertigpizza, Packerlsuppen, Chips, Knabbergebäck, Kekse mit Instant-Kaffee – für viele Menschen sind solche sogenannten Convenience-Produkte schon zur Gewohnheit geworden. Vielen fehlt es an der Zeit zum gesunden Kochen und zur sportlichen Betätigung. Die gefährlichen Folgen dieses Lebenswandels werden dabei leicht vergessen: Übergewicht, hoher Blutdruck, Diabetes, Herzinfarkt- und Schlaganfallrisiko und ein erhöhtes Risiko für verschiedene Krebserkrankungen sind die wichtigsten davon. Bereits mehr als die Hälfte aller Todesfälle in der westlichen Welt ist auf die sogenannten Wohlstands-Erkrankungen zurückzuführen.

Schülerinnen und Schüler der HLFS Ursprung wollten dieser Entwicklung nicht länger zuschauen – und fingen bei sich selber an. Sie wollten wissen, wie es um die Jugend bestellt sei, ob man bereits bei jungen Menschen Anzeichen für die „Life-Style-Erkrankungen“ feststellen könne. In Zusammenarbeit mit dem Krankenhaus Obern-

dorf organisierten sie einen Rundum-Check für die gesamte Schule. 325 Mitschüler/innen nahmen mit Freude daran teil (95 %). An drei gut organisierten Tagen wurden unter Aufsicht von Fachpersonal Blut und Körpermaße genommen und ein Ultraschall der Leber durchgeführt. Zudem füllten jede getestete Schülerin und jeder Schüler einen eigens angefertigten Fragebogen zu ihren/seinen Ernährungsgewohnheiten aus. Insgesamt 55 250 Daten wurden von den jungen Forschern gesammelt und verwaltet. Besondere Aufmerksamkeit wurde dabei auch Werten geschenkt, denen bei normalen Gesundheits-Checks kein großes Gewicht beigemessen wird, wie etwa den Spurenelementen Eisen und Kupfer.

Die Ergebnisse der statistischen Auswertung sind aufrüttelnd. „Ein eindeutiger Trend zur Entwicklung von Wohlstandskrankheiten ist bereits bei den scheinbar gesunden Jugendlichen erkennbar“, sagt Dr. Elmar Aigner vom KH Oberndorf. Auch wenn bei jungen Menschen noch keine spürbaren gesundheitlichen Beschwerden bestehen würden, so müsse man diese Entwicklungen dennoch ernst nehmen. Die Entwicklung des erhöhten Risikos für Diabetes und somit Herzinfarkte und Schlaganfälle nimmt schon in jungen Jahren ihren Lauf. Weiters konnte – als neue Entdeckung – bei Jugendlichen ein Zusammenhang zwischen den Spurenelementen Eisen und Kupfer und

den bekannten Risikofaktoren wie Blutfetten oder Bauchumfang gezeigt werden. Diese Spurenelemente könnten also eine besondere Rolle in der Entstehung von Wohlstandserkrankungen spielen, die noch weiter zu untersuchen sein wird. Als besonders schädliche Lebensgewohnheiten konnten der Konsum von Alkohol und auch unregelmäßige Mahlzeiten mit Convenience-Produkten identifiziert werden. „Kleinere und regelmäßige, selbst zubereitete Mahlzeiten sind gesünder“, sagt Aigner.

Die Ergebnisse der jungen Forscherinnen und Forscher werfen nun eine Reihe von weiteren Fragestellungen auf. „Die Schülerinnen und Schüler haben hier eine enorm wichtige Vorarbeit geleistet

für weitere wissenschaftliche Untersuchungen. Darauf bin ich sehr stolz“, meint Projektleiter Prof. Konrad Steiner von der HLFS Ursprung. Eine Innsbrucker Medizinstudentin etwa werde die Problematik in ihrer Dissertation beleuchten. Fachpublikationen in angesehenen Wissenschaftsjournalen werden angestrebt. Das Projekt bewirbt sich beim Bewerb „Jugend innovativ“ des Austria Wirtschaft Service.

Die Projektschülerinnen und -schüler freuen sich sehr über das Gewicht, das ihrer Studie beigemessen wird. „Wir möchten unsere Mitschülerinnen und Mitschüler aufmerksam machen auf ihre Gesundheit. Viele haben beschlossen, ihre Ernährung umzustellen, als uns Dr. Aigner die Blutwerte in einem Vortrag erläutert hat“, sagt Bianca Roßmann und fügt hinzu: „Viele Erwachsene glauben, wir jungen Menschen kümmern uns nicht um unsere Gesundheit. Wir wollen das Gegenteil beweisen.“ □



In einem beeindruckenden Projekt haben sich Schülerinnen und Schüler der HLFS Ursprung mit den Ernährungsgewohnheiten ihrer Mitschüler auseinandergesetzt.
Foto: HLFS Ursprung