

Immer mehr Kinder leiden an Rückenschmerzen

05.02.2014, 12:54 | Freizeit, Buntes, Vermischtes

Pressemitteilung von: *Supress*

Presseagentur: *Supress*



Foto: Fotolia (No. 4990)

Tribut des sitzenden Lebensstils sup.- Immer mehr Kinder und Jugendliche leiden an Rückenschmerzen. Das zeigt eine aktuelle Meta-Analyse, die auf dem Europäischen Orthopädiekongress EFORT in Istanbul vorgestellt wurde. "Epidemiologische Studien weisen inzwischen nach, dass Rückenschmerzen in dieser Altersgruppe ein weit verbreitetes Phänomen sind, mit Prävalenzraten von bis zu 60 Prozent. Die Häufigkeit nimmt mit dem Alter zu und erreicht in der Spätpubertät jene bei Erwachsenen", erläutert Dr. Teija Lund vom Orthopädischen Krankenhaus in Helsinki.

Ein wesentlicher Grund für diese Entwicklung ist der zunehmend sitzende Lebensstil von Kindern und Jugendlichen. Tägliche körperliche Aktivität und Sport kommen bei vielen Kids heute zu kurz. Stattdessen steigt der Medienkonsum, das passive Hocken vor Bildschirmen. Die Folgen sind Haltungsschäden, fehlender Aufbau von Muskelmasse, motorische Defizite und Entwicklung von Übergewicht mangels Energieverbrauch - alles Faktoren, die aufs Kreuz schlagen.

Und wer schon in Kindheit und Jugend Rückenschmerzen erlebt, hat laut den Orthopäden ein deutlich erhöhtes Risiko, das Leiden auch als Erwachsener zu haben. Da hilft nur eines: Eltern müssen für einen bewegungsreichen Lebensstil bei ihrem Nachwuchs sorgen und die Zeiten, die vor Bildschirmen verbracht werden, begrenzen. Das gelingt am besten, wenn sie ihre Vorbildfunktion wahrnehmen und nicht jeden Abend selbst nur vor dem Fernseher sitzen. Gemeinsame Fahrradtouren, Wanderungen, Schwimmen gehen oder andere sportliche Aktivitäten tun der ganzen Familie gut und stärken die physische wie psychische Gesundheit. Weitere Anregungen für einen aktiven Lebensstil gibt z. B. das Ratgeber-Portal www.komm-in-schwung.de.

Portrait

Supress ist ein Dienstleister für elektronisches Pressematerial zur schnellen und kostenfreien Reproduktion. Unsere Seiten bieten ein breites Spektrum an Daten und Texten zu Themen wie modernes Bauen, Umwelt, Medizin und Lifestyle. Passende Grafiken und Bilder stehen ebenfalls zur Verfügung. Unser Webauftritt ist für eine Auflösung von 1024 x 768 Bildpunkte optimiert. Bei Abdruck wird die Zusendung eines Belegexemplars erbeten.

News-ID: 775367 • Views: 126 (Stand: 10.07.2026)

Link zur Pressemitteilung:

<https://www.openpr.de/news/775367/Immer-mehr-Kinder-leiden-an-Rueckenschmerzen.html>