Zeitschrift: Curaviva : Fachzeitschrift

Herausgeber: Curaviva - Verband Heime und Institutionen Schweiz

Band: 75 (2004)

Heft: 6

Artikel: Die übergewichtigen Kinder in Davos haben schon unzählige Diätversuche hinter sich : für zwei bis drei Monate gilt nur eine Währung : die der Kilogramme

Autor: Rizzi, Elisabeth

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-804436

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 07.12.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Die übergewichtigen Kinder in Davos haben schon unzählige Diätversuche hinter sich

Für zwei bis drei Monate gilt nur eine Währung: die der Kilogramme

Elisabeth Rizzi

In der alpinen Kinderklinik Davos wird Schwerstarbeit geleistet: Viele der Kinder die einige Monate hier leben, müssen abnehmen und zwar massiv. Denn zu Hause wurden sie immer wieder von Fressattacken geplagt und sind deshalb um ein Vielfaches zu schwer.

Alexander* keucht heftig durch die Atemmaske. Die Wangen sind vor Anstrengung gerötet. Schweiss tropft von seinem Gesicht. Aber die Beine strampeln trotzdem kräftig weiter. Noch vor zwei Monaten hätte nichts und niemand das dicke Kind auf einen Hometrainer gebracht. Aber vor zwei Monaten galt eine andere Zeitrechnung – eine Zeitrechnung, in der Kilogramme noch nicht den Wert des Lebens bestimmten.
«Schlimmer als eine Dampflok» klagt der Elfjährige nach geleisteter Arbeit. Der Blutdruckmesser hat rote Striemen auf seinem Oberarm hinterlassen. Die Sporttherapeutin entfernt die Kabel, die überall am Körper des blonden Knaben festgemacht sind. 155 Watt liest sie am Computer ab – und Alexander strahlt. Vor vier Wochen hat er nur 140 Watt geschafft. Vergessen sind die Schmerzen: «Wenn ich wieder nach Hause darf, möchte ich 160 Watt schaffen», sagt er. Alexander hat Zeit, er wird noch acht Wochen in Davos bleiben und abnehmen.

Sie schwitzen, keuchen, strampeln

Wie Alexander geht es derzeit rund 20 anderen Kindern in der Klinik. Watt, Kilogramme und Fettprozente bestimmen ihren Alltag. Sie schwitzen, keuchen, strampeln, rennen und fasten. Denn sie alle verbindet ein massives Übergewicht. Für zwei bis drei Monate gilt für sie nur eine Währung, nämlich die der Kilogramme. Wer abnimmt wird belohnt: darf in den Ausgang oder am Wochenende nach Hause. Wer zunimmt, kriegt Ausgangssperre. Die Tage sind hart und lang. «Manchmal fast so wie im Gefängnis», meint Brigitte*, ein fünfzehnjähriges, pausbäckiges Mädchen, das weit über hundert Kilo auf die Wage bringt. Gierig putzt sie beim Mittagessen wie alle anderen den Teller auf. Es gibt Salat, Ragout, Kartoffelstock und Bohnen.
1200 bis 1600 Kilokalorien, je nach Gewicht und Alter, dürfen die Kinder täglich essen. Dazu treiben sie jeden Tag mindestens 90 Minuten Sport. «Eigentlich muss unter diesen Bedingungen jeder hier abnehmen, sonst stimmt etwas nicht», sagt die Ernährungsberaterin Ursi Rüfenacht. Jeden Tag kontrolliert sie das Gewicht der Kinder. Wessen Kurve sich in die falsche Richtung bewegt, den ruft sie zu einem Einzelgespräch. Aber das kommt selten vor. Denn die meisten Kinder wollen von sich aus abzunehmen. Oft wurden sie von ihren

Blick in die Küche: Vitamine statt Bigmacs.

Fotos: eri

Schulkollegen wegen ihres Gewichts gehänselt. Sie haben bereits zu Hause erfolglos versucht, die überzähligen Kilos loszuwerden. In Davos wird ihnen eine Starthilfe gegeben. Rund acht Kilos nehmen die meisten während ihres Aufenthaltes jeden Monat ab. Wieder zu Hause führen sie das Diätprogramm unter ambulanter Aufsicht fort. Ernährungsberater, Psychologen und Sporttrainer helfen ihnen dabei. Noch während die Kinder in Davos sind, organisieren ihre Betreuer eine Nachbetreuung in der Heimatregion.
Und mindestens einmal kommen die Eltern zum Zauberberg nach Davos, um sich von den Fachleuten schulen zu lassen. «Wir zeigen ihnen, auf was sie bei der Ernährung achten müssen, und versuchen sie dazu zu motivieren, mit ihren Kindern regelmässige Ausflüge und Aktivitäten zu unternehmen», sagt Ursi Rüfenacht.

1200 bis 1800 Kilokalorien pro Tag: Mittagessen in der alpinen Kinderklinik.

Wie Gulliver im Zwergenland

All das hat Louise* noch vor sich. Mehrmals wöchentlich hat sie Fressattacken, die sie nicht in den Griff kriegt. Heute ist das 13-jährige Mädchen 113 Kilo schwer und traurig. «Hinterher kommt immer der grosse Frust», sagt es im Büro von Ursi Rüfenacht. Louise ist heute früh mit ihren Eltern nach Davos gekommen. Es ist der erste Tag ihrer stationären Rehabilitation. Die letzten drei Tage hat sie in einem Ernährungsprotokoll alles aufgeschrieben, was sie gegessen hat. «Allein dadurch habe ich schon weniger gegessen», freut sich das Mädchen. In dem kleinen Büro der Ernährungsberaterin wirkt es noch wie Gulliver im Zwergenland. Aber das wird sich bald ändern.
Auch Seraina* hat vor kurzer Zeit so ausgesehen. Neun Wochen ist die 14-Jährige jetzt in der Kinderklinik. In dieser Zeit hat sie 16 Kilos abgenommen. Vier Wochen hat Seraina noch vor sich. «Bis dahin möchte ich nochmals so viele Kilos abnehmen», sagt sie, während die Physiotherapeutin Yvonne Gantenbein ihren Fettgehalt misst. Mit einer Zange kneift sie Seraina im Gesicht, am Hals, Arm und Bauch und notiert, wie viele Millimeter Fett sie misst. Dann lässt Yvonne Gantenbein Seraina auf das Behandlungsbett liegen und schliesst Elektroden an ihren Körper an. Je mehr Widerstand dem Stromstoss im Körper begegnet, desto höher ist der Fettgehalt. Anders als beim Bodymassindex (Gewicht durch Körpergrösse im Quadrat) wird so zwischen Fettmasse, Muskeln und Knochen unterschieden. Serainas Wert ist schon von 44 auf 40 Prozent gesunken. 25 Prozent sollte er gemäss Normtabelle betragen. Aber auch mit 30 Prozent wäre Therapeutin Yvonne Gantenbein glücklich.

Seraina hat ihr Übergewicht geerbt. Auch ihre Mutter hat Gewichtsprobleme. «Am schlimmsten waren die Hänseleien», erzählt sie. Mehrere ambulante Diätversuche sind gescheitert. Aber jetzt fühlt sie sich besser. «Wenn ich heute Lust auf Schokolade und andere Süssigkeiten habe, versuche ich mich einfach abzulenken», sagt sie – auch wenn es manchmal schwer fällt.

Das Selbstvertrauen wächst

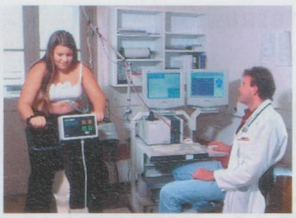
Schwer fällt den dicken Kindern manches hier in Davos. Und darum sind die kleinen Erfolge im Alltag mehr als nur ein Ansporn. «Ich war am Wochenende zu Hause und habe ein Konfirmationsfest besucht. Trotzdem habe ich ein Kilo abgenommen», freut sich Vanessa* und beisst herzhaft in einen Apfel, «ich habe von allen Portionen nur einmal geschöpft, auch von der Schoggimousse».

«Es ist immer wieder erstaunlich, wie schnell das Selbstvertrauen der Kinder wächst», konstatiert die Psychologin Katrin Ruwisch. Die meisten fettleibigen Kinder, die in Davos ankommen, leiden auch psychisch. Hänseleien, Minderwertigkeitskomplexe und der Frust über die Unfähigkeit, Grenzen zu ziehen, hinterlassen Spuren. «Aber sobald die Kinder merken, dass sie leichter die Treppe hochkommen, dass sie fitter sind im Sport, werden sie auch selbstbewusster», beobachtet Katrin Ruwisch. Und dann kommen die Mädchen plötzlich geschminkt in die wöchentliche Sprechstunde.
Essen ist auch für Katrin Ruwisch ein wichtiges Thema, sowohl in der Einzeltherapie wie auch im Gruppenunterricht. «Aber oft muss man gar nicht über Ernährung sprechen, sondern über die den Essproblemen zu Grunde liegenden Verletzungen», bemerkt sie. Deshalb hält sie eine professionelle psychologische Begleitung der Kinder für grundlegend. Und deshalb führen die Kinder zu Hause auch die Verhaltenstherapie fort.

Von der Betreuerin zur Betreuten

Manchmal ist es auch der Psychologe, der auf Davos aufmerksam macht, wie zum Beispiel bei Cornelia*. Die junge Frau gehört mit 18 Jahren zu den Ältesten in Davos. «Ein wenig ist es hier wie Ferien», meint sie draussen auf der Parkbank. Der Himmel leuchtet tiefblau, während die ersten warmen Sonnenstrahlen die Erde erhitzen und den Besucher nur die Tränen erahnen lassen, die manch ein Kind an trüben Regentagen hier vergiesst.

«Nach vier Wochen wollte ich wieder nach Hause», erzählt auch Cornelia. Bevormundet sei sie sich manchmal vorgekommen. Die Zeitrechnung in Kilogramm, die je nach Gewicht Freiheit gibt oder nimmt, ist hart. Vor allem für Cornelia. Zwei Praktika hat sie in den letzten Jahren in Behindertenheimen gemacht. Sie lebte in einem eigenen Studio. Rauchen durfte



Die Kinder schwitzen, keuchen und strampeln beim Leistungstest. Foto: eh

sie, wann und so oft sie wollte. Nun muss sie um Erlaubnis bitten, wenn sie hinter dem Haus auf die Promenade mit Sicht auf Dorf und Berge will. «Von der Betreuerin zur Betreuten zu werden, das ist manchmal ganz schön schwierig», sagt sie.

Aber gleichzeitig weiss Cornelia, dass sie Druck braucht, um einige von ihren 93 Kilogramm abzunehmen. Darum ist sie nach vier Wochen nicht nach Hause gegangen. Und darum geht sie auch wie die anderen Patienten in die klinikeigene Schule. Obligatorischen Schulstoff gibt es keinen mehr für sie. Stattdessen hat Cornelia eine Arbeit über Autismus geschrieben. «Je mehr man über diese Krankheit weiss, desto besser kann man diese faszinierenden Menschen verstehen», erzählt sie.

Sobald sie mit Davos fertig ist, will sie eine Ausbildung als Behindertenbetreuerin beginnen: in vier Wochen, wenn die Zeitrechnung nicht mehr von Kilogrammen bestimmt wird, aber die Kilogramme von alleine purzeln!

«Nicht einmal drei Kinder mussten letztes Jahr nach einem Misserfolg ein zweites Mal zu uns kommen», sagt die Sporttherapeutin Anke Maier. Cornelia, Seraina, Louise, Brigitte und Alexander hoffen, dass sie nicht zu ihnen gehören werden. ■

*Alle Namen von der Redaktion geändert.

Für Sie schlüpft I-SEARCH in den weissen Kittel

Wenn's ums Benachrichtigen von Personen geht, kennt I-SEARCH keine Hindernisse. Das speziell auf Spital- und Heimanlagen zugeschnittene Personenrufsystem ist auch ausser Haus operativ und erlaubt das Übermitteln von detaillierten Textbotschaften – so ist Ihr Ärzte- und Pflegepersonal jederzeit bestens im Bild. Und gleich noch ein weiterer Vorteil: Für I-SEARCH brauchen Sie vom System übers Abonnement und das Dualband-Messaging bis zu den Endgeräten nur einen einzigen kompetenten Partner, Swissphone.

www.swissphone.ch

SWISSPHONE