

Ärzte diagnostizieren immer mehr Rückenleiden

Viele Pänz schleppen zu schwer

Patrik muss schonschwer schleppen: Mit Büchern wiegt der Ranzen sieben Kilo!

Fotos: Alex Schwaiger

Mögliche Lösungen: Mehr Sport, bessere Ernährung

Von SARAH REMSKY
und JACQUELINE SAUER

Köln – Ein stechender Schmerz im Rücken, der sich bis ins Bein zieht. Und das vielleicht ein Leben lang! Diagnose: Bandscheibenvorfall. Aber schon mit fünfzehn?

Schüler haben es schwer: Es ist die Generation Rückenschaden. Immer mehr Kinder und Jugendliche leiden unter Schmerzen. Neben vielem Sitzen vor dem Computer bei wenig Sport und schlechter Ernährung sind auch schweren Schulranzen als Ursache entdeckt worden. „Rund zehn Prozent der Personen mit Bandscheibenvorfall sind unter zwanzig“, so René Conrads, Fach-

arzt für Orthopädie in der Privatklinik am Stadtwald. „Und die Zahlen sind ansteigend.“

Die jüngsten Patienten, die mit Rückenleiden zu dem Orthopäden kommen, sind erst sechs. Die tägliche Ranzen-Schlepperei kennt der Mediziner aus der eigenen Familie: „Der Schulranzen meiner Tochter wiegt mehr als zehn Kilo. Dabei ist sie erst zwölf!“

Auch für Patrick (6), der in die 2. Klasse kommt, geht jetzt die Schlepperei wieder los. Er selbst wiegt 29,2 Kilo, sein Ranzen wiegt schon ohne Bücher über vier Kilo, mit Inhalt sind es sieben Kilo – zu viel! „Wenn Kinder etwa ein Fünftel ihres eigenen Gewichts auf dem Rücken tragen, führt das unvermeid-

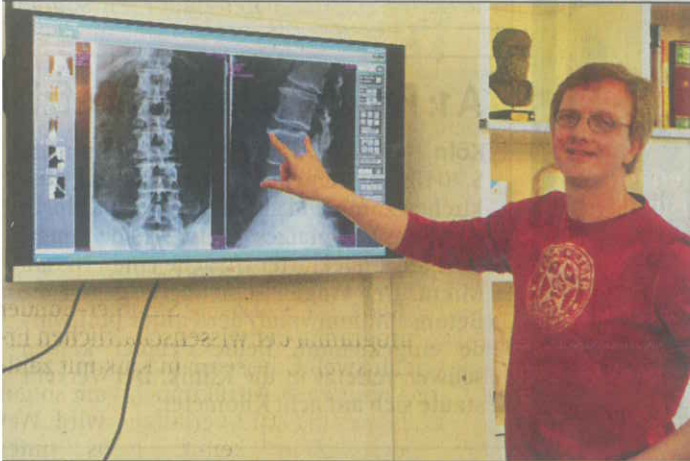
lich zu späteren Rückenschäden“, bestätigt Dr. Patrick Simons, Facharzt für Neurochirurgie der Mediapark-Klinik.

Den Jugendlichen droht dann eine lebenslange Krankengeschichte. Was kann dagegen getan werden? Experten sehen in mehr Schulsport für starke Muskeln und frühe Ernährungslehre eine Möglichkeit. Simons plädiert aber auch für Innovation: „Weg von den Büchern, hin zum Tablet-Computer!“ Der leichte Mini-PC könnte alle Bücher ersetzen. Doch bis diese Neuheit Einzug in Klassenzimmer hält, werden noch einige Kilo Bücher geschleppt werden müssen.

Bauernhof auf dem Neumarkt

Köln – Woher kommt das Stück Fleisch auf dem Teller, welches Tier gibt Milch? Viele Stadtkinder wissen nicht, wo Nahrungsmittel herkommen, wie Tiere gehalten und deren Erzeugnisse verarbeitet werden.

Da will der mobile „Erlebnishof“ (ab Donnerstag auf dem Neumarkt) ansetzen. Das sorgt für Wirbel. Naturschützer vom „Bund NRW“ werfen den Machern vor, eine Imagekampagne für die Industrie zu veranstalten, mit schönen Bildern von kuscheligen Tieren: „Dem Verbraucher wird eine Idylle vorgegaukelt“, so Ralf Bilke. Ingo Willoh vom Mitveranstalter „Fördergemeinschaft Nachhaltige Landwirtschaft“ erwidert: „Natürlich ist es so, dass wir auf den Neumarkt schlecht einen Stall zeigen können.“ Es seien Tierhalter da, die Rede und Antwort stünden. Wer sich selbst ein Bild machen will, kann dies Donnerstag bis Samstag tun.



Der Orthopäde René Conrads bestätigt, dass die Anzahl jugendlicher Patienten steigt.



Dr. Patrick Simons warnt: Ein Fünftel des Körpergewichts auf dem Kinderrücken führt zu Rückenschäden.

