



Sparkling Science > Wissenschaft ruft Schule Schule ruft Wissenschaft

Forschungsprojekt

Erste Ergebnisse 31.10.2010

Fit statt Fett

Kooperative Entwicklung und Durchführung eines Projektes zur Erhebung des Gesundheitsstatus und zur Förderung des Gesundheitsbewusstseins im Rahmen einer Interventionsstudie von und mit Schülerinnen der Oberstufe eines Wiener Gymnasiums

Projektleitende Einrichtung

Krankenhaus Hietzing mit Neurologischem Zentrum Rosenhügel, Karl Landsteiner Institut für Stoffwechselerkrankungen und Nephrologie
Univ.Prof. Dr. Rudolf Prager
Kontakt: rudolf.prager@wienkav.at

Beteiligte Schule

BG/BRG Wien 14, Goethe-Gymnasium

Wissenschaftlicher Kooperationspartner

Krankenhaus Hietzing, 3. Med. Abteilung mit Stoffwechselerkrankungen und Nephrologie, Wien
Institut für medizinische und chemische Labordiagnostik, Wien
Science Consulting & Clinical Monitoring, Mag. Dr. Thomas Kästenbauer, Wiener Neudorf



Fit statt Fett

Ein zweijähriges Projekt zur Förderung des Gesundheitsbewusstseins von Jugendlichen

Gesundheit ist nicht nur die Abwesenheit von Krankheit, sondern vielmehr das generelle Wohlbefinden mit all unseren Sozialkontakten bei uneingeschränkter körperlicher Gesundheit.

Zunehmend leiden Jugendliche an den Zivilisationskrankheiten, wobei laut einer OECD-Studie von 2009 österreichische Jugendliche deutlich ungesünder leben als ihre Kolleg/innen in anderen OECD-Ländern. Zum Beispiel rauchen 30 % der über 15-jährigen Mädchen und 24 % der Burschen in Österreich (OECD-Schnitt 17 % bzw. 16 %), bei Alkoholkonsum liegen Österreichs über 15-jährige Jugendliche nach Dänemark, Großbritannien und Finnland bereits an vierter Stelle. Vor allem aber erschreckt der Anstieg der Fettleibigkeit österreichischer Jungen um 90 % im Vergleich zur OECD mit im Schnitt 28 % Steigerungsrate. Für Österreich entsprach das einer Verdoppelung an fettleibigen Jugendlichen von 2001 bis 2006!

Das Projekt Fit statt Fett wird in Kooperation einer Wiener Schule mit Ärzt/innen und Wissenschaftler/innen des Krankenhauses Hietzing durchgeführt. Zentraler Angelpunkt sind Mentor/innen der 7. und 8. Klasse, die als Coaches oder Peers für ihre Schulkolleg/innen der 5. und 6. Klassen fungieren. Die Mentor/innen wurden im ersten Projektjahr ausgebildet, um in der nun angelaufenen Interventionsstudie ihre jüngeren Mitschüler/innen zum „gesünderen Leben“ zu motivieren. Die Intervention erstreckt sich über sechs Monate und beinhaltet ein randomisiertes Studiendesign mit einer Kontrollgruppe ohne Coaching. Inhalte des Coachings werden von den auch psychologisch geschulten Mentor/innen relativ frei aus den Themenbereichen Ernährung, Bewegung und Sport, Alkohol, Rauchen, Stress und Suchtmittel gewählt.

Eine Messung relevanter physiologischer Parameter, wie zum Beispiel der Körperzusammensetzung (Fettmasse) und der Endothelfunktion als Parameter der Blutgefäßgesundheit erfolgen ebenso wie die Erhebung von Ess-, Rauch- und etwa Trinkverhalten. Die Befragungen werden von den Mentor/innen selbst in einem vertraulichen Schülerinterview durchgeführt.



Fit statt Fett wird von den Eltern, die neben den Schüler/innen auch ihr Einverständnis zur Teilnahme erteilen mussten, ebenso mitgetragen wie von der Schulärztin.

Die Auswertung erster Ergebnisse aus dem ersten Studienjahr zeigt z. B., dass knapp 40 % der untersuchten Schüler/innen keinen Alkohol trinken, dass 41 % der Mädchen und 12 % der Buben sich zu dick fühlen, obwohl sie mit einem durchschnittlichen Body-Mass-Index von 20,6 bzw. 20,1 kg/m² normalgewichtig sind. Überraschend war auch, dass bereits ca. 40 % der Schüler/innen Erfahrungen mit illegalen Drogen angaben.

Nach Abschluss der Studie mit Schulende 2010 wird sich herausstellen, ob schulbasierte Maßnahmen unter Einbeziehung von Peers die Gesundheit österreichischer Jugendlicher günstig beeinflussen können.

Einige Statements sollen das Gesagte abrunden:

„Das Projekt Fit statt Fett läuft aus meiner Sicht, nämlich der der Koordinatorin am Goethe-Gymnasium, hervorragend. Alle Beteiligten, Schüler/innen sowie Lehrer/innen, sind mit großem Interesse und Engagement dabei. Insbesondere für letztere waren die Ergebnisse der Querschnittsstudie sehr interessant und durchaus überraschend. Sie bieten eine sehr gute Basis für Interventionen und ermöglichen Schwerpunktsetzungen.“

„Ich glaube, dass die Vielfältigkeit dieses Projekts den Schulalltag der Schüler/innen bereichert und sie einen konkreten Einblick in die Methoden wissenschaftlichen Arbeitens bekommen.“

„Insgesamt wird uns diese kurze Einführung bzw. Schulung ins Mentor/innen-Sein sicher von großem Nutzen/Vorteil sein und war daher äußerst wichtig.“

„Die Zusammenarbeit mit Schüler/innen und Schule ist für uns Wissenschaftler/innen neu, aber sehr befruchtend. Der Einsatz und die Begeisterung sind hoch. Wir hoffen, dass die Mentor/innen einen Eindruck von wissenschaftlichen Berufen bekommen und sind auf die finale Datenauswertung gespannt. Die Wichtigkeit präventiven Handelns bei Jugendlichen wird im Projekt immer wieder augenfällig.“





Sparkling Science >
Wissenschaft ruft Schule
Schule ruft Wissenschaft

oeAD 

www.bmwf.gv.at
www.sparklingscience.at

BMWF^a

Bundesministerium für Wissenschaft
und Forschung