

Gestresste Mütter – übergewichtige Kinder

Jedes zehnte Kind ist übergewichtig, jedes zwanzigste sogar fettleibig. Wissenschaftler*innen des Berliner Instituts für Gesundheitsforschung / Berlin Institute of Health (BIH) haben gemeinsam mit Kolleg*innen von der Charité - Universitätsmedizin Berlin und dem Helmholtz-Zentrum für Umweltforschung (UFZ) in Leipzig nun einen bisher wenig untersuchten Zusammenhang aufgeklärt: In der Mutter-Kind-Studie LiNA, die am UFZ koordiniert wird, fanden sie heraus, dass der empfundene Stress der Mutter im ersten Lebensjahr des Kindes Übergewicht im Kleinkindalter begünstigt.

Mütterlicher Stress wirke sich vor allem auf die Gewichtsentwicklung von Mädchen aus und führe zu einer langfristigen Prägung, schreiben die Forscher*innen des BIH, der Charité, des UFZ sowie der Universität Bristol im Fachmagazin BMC Public Health.

Seit 2006 kooperieren UFZ-Forscher*innen mit Kolleg*innen aus dem Städtischen Klinikum St. Georg sowie dem Universitätsklinikum Leipzig in der LiNA-Studie: LiNa steht für „Lebensstil und Umweltfaktoren und deren Einfluß auf das Allergierisiko von Neugeborenen“. In der aktuellen Studie werteten die Forscher*innen um Irina Lehmann und Saskia Trump, die beide seit Anfang 2018 am BIH forschen, Daten von 498 Mutter-Kind-Paaren aus. Aus den Angaben zu Größe und Gewicht ermittelten die Forscher*innen den Body Mass Index (BMI) der Kinder und normierten ihn auf Alter und Geschlecht. Den empfundenen Stress der Mütter während der Schwangerschaft und während der ersten beiden Lebensjahre der Kinder erhoben sie mithilfe validierter Fragebögen, der die Themen Sorgen und Ängste, Anspannung, allgemeine Zufriedenheit sowie den Umgang mit täglichen Anforderungen umfasste. Anschließend setzten sie beide Datensätze miteinander in Beziehung.

Gestresste Mütter haben häufiger übergewichtige Kinder als entspannte Mütter.

„Wir haben dabei deutlich gesehen, dass der empfundene Stress der Mutter während des ersten Lebensjahres des Kindes mit der Gewichtsentwicklung des Kindes in den ersten fünf Lebensjahren zusammenhängt“, sagt Irina Lehmann, die gemeinsam mit Saskia Trump die Untersuchung konzipiert und geleitet hat. „Gestresste Mütter haben häufiger übergewichtige Kinder als entspannte Mütter.“ „Besonders auffällig ist der Einfluss von mütterlichem Stress auf Mädchen“, ergänzt Saskia Trump. Studien hätten gezeigt, dass Jungen möglicherweise den Stress der Mütter besser kompensieren. Keinen Einfluss auf das Gewicht der Kinder hatte mütterlicher Stress während der Schwangerschaft oder während des zweiten Lebensjahrs der Kinder. „Das erste Lebensjahr scheint eine sensible Phase und für die Neigung zu Übergewicht prägend zu sein“, sagt Kristin Junge vom UFZ, eine der beiden Erstautorinnen der Studie. „In dieser Zeit sollte dem Befinden der Mutter daher besondere Aufmerksamkeit geschenkt werden“, ergänzt sie.

Ursachen für mütterlichen Stress

„Um herauszufinden, warum die Mütter während der Schwangerschaft und in den ersten beiden Lebensjahren der Kinder gestresst waren, haben wir uns die Daten noch einmal intensiv angeschaut“, berichtet Beate Leppert, ebenfalls Erstautorin der Studie, die mittlerweile an der Universität Bristol arbeitet. „Insbesondere haben wir die Lebensbedingungen der Mütter unter die Lupe genommen.“ Dabei entdeckten die Wissenschaftler*innen, dass die gestressten Mütter

häufiger als nicht-gestresste Mütter in einem einfachen Wohnumfeld lebten, häufiger Lärm und Straßenverkehr ausgesetzt waren und im Durchschnitt über ein niedrigeres Haushaltseinkommen verfügten.

Gestresste Mütter nicht allein lassen

„Wir wollen mit unserer Studie auf das Problem der gestressten Mütter aufmerksam machen“, sagt Irina Lehmann. „Keineswegs sollte man sie mit ihrem Problem alleine lassen.“ Kinderärzt*innen könnten bei den Untersuchungen der Kinder im ersten Lebensjahr immer auch einen Blick auf die Mütter werfen und sie bei Anzeichen für Stress auf ihre Situation ansprechen. „Es gibt bereits viele gute Hilfsangebote für junge Mütter, viele wissen aber nichts davon. Wenn man hier ansetzt, könnte man den Müttern helfen und damit womöglich ihren Kindern späteres Übergewicht ersparen“, so Saskia Trump. In zukünftigen Forschungsarbeiten will das Team untersuchen, welche weiteren Risikofaktoren die kindliche Gewichtsentwicklung prägen können und welche Mechanismen an der langanhaltenden Fehlsteuerung des Stoffwechsels beteiligt sind.

Publikation

Leppert B, Junge KM, Röder S, Borte M, Stangl GI, Wright RJ, Hilbert A, Lehmann I, Trump S.: Early maternal perceived stress and children's BMI: longitudinal impact and influencing factors. BMC Public Health. 2018 Oct 30; 18(1):1211. [doi: 10.1186/s12889-018-6110-5](https://doi.org/10.1186/s12889-018-6110-5).