

Kalenderwoche 08/2019 - Asthma - Bewegung tut Kindern mit Asthma gut

Bewegung tut Kindern mit Asthma gut

Häufig betrifft Asthma Kinder. Da sie noch in der Entwicklung stecken, hat die Erkrankung auch darauf Einfluss. Umso wichtiger ist also bei Kindern ein gutes Gesundheitsmanagement.

Welchen Einfluss Sport und körperliche Aktivität dabei haben kann, zeigt eine Übersichtsarbeit australischer Wissenschaftler. Sie untersuchten, wie sich körperliches Training bei Kindern mit chronischen Atemwegserkrankungen auswirkt. Ihre Ergebnisse zeigen, dass Sport besonders die Lebensqualität der betroffenen Kinder verbessert und ihr Herz und ihren Kreislauf fitter macht. Das ist wichtig, um beispielsweise Folge- und Begleiterkrankungen von Asthma zu vermeiden.

Hierzu kann auch starkes Übergewicht zählen, das wiederum zu Herz-Kreislauf-Problemen oder Diabetes führen kann, denn Asthma erhöht anscheinend das Risiko für starkes Übergewicht bei Kindern. Das konnten Wissenschaftler in einer Untersuchung zeigen, denn bisher war nur bekannt, dass Übergewicht ein bestehendes Asthma verschlimmern kann.

Kinder mit Asthma profitieren also in mehrerer Hinsicht von Sport und Bewegung. Training kann ihre Lebensqualität und Herzgesundheit verbessern und gleichzeitig Übergewicht vermeiden oder verringern.

Hier die Studien im Detail:

- [Kinder mit chronischen Atemwegserkrankungen profitieren von Training](#)
- [Kinder mit Asthma haben ein erhöhtes Risiko für starkes Übergewicht](#)