

Dr. med. Gunter Frank
Arzt für Allgemeinmedizin
und Naturheilkunde

Uferstr. 60
69120 Heidelberg
Tel.: 06221/ 40 81 00
Fax: 06221/ 40 81 01

AOK-Bundesverband
Herrn
Dr. Hans Jürgen Ahrens
Vorsitzender des Vorstands
Postfach 20 03 44

53170 Bonn

Heidelberg 6.5.2008

Offener Brief an die AOK:

PowerKids gefährdet die körperliche und seelische Gesundheit molliger Kinder.

Sehr geehrter Herr Dr. Ahrens,

ich schreibe Ihnen in Ihrer Eigenschaft als Vorstandsvorsitzender der AOK, weil ich nachdrücklich gegen das AOK-Abspeckprogramm „PowerKids“ protestiere. Entgegen Ihrer Behauptung sind die Ergebnisse von PowerKids nicht wissenschaftlich korrekt veröffentlicht und keinesfalls kann von einem belegten Nutzen für teilnehmende Kinder gesprochen werden. Vielmehr muss nach heutigem Stand der wissenschaftlichen Literatur und nach den Erfahrungen von mit der Materie vertrauten Ärzten davon ausgegangen werden, dass Gesundheitsprogramme, die über klassische Vermeidungsziele zu einer fettarmen Ernährungsweise mit dem Ziel einer Gewichtsreduktion motivieren wollen, die Körperakzeptanz der Kinder schädigen und über Stoffwechselkompensationen und Stressregulation langfristig zu Gewichtserhöhung führen. Insgesamt sind Kinder durch solche Programme gefährdet, sich zu so genannten Restraint Eatern (kontrollierten Essern) zu entwickeln, mit nachweisbaren negativen Folgen für Körper und Seele. Diese Kinder werden das vorhersehbare und wissenschaftlich belegte Scheitern solcher Abspeckanstrengungen immer selbst ankreiden, denn niemals werden die Verantwortlichen ihre fachlichen Fehler gegenüber diesen Kindern eingestehen. PowerKids trägt außerdem zu der unsäglichen Diskriminierung molliger Kinder bei, die selbst schon in Kindergärten wahrzunehmen ist. Viele Kinder werden auf diesem Weg zu einem gestörten Körperbild und daraus resultierenden krankhaften Essstörungen geführt.

Im Einzelnen:

Das Programm PowerKids der AOK für übergewichtige Kinder im Alter zwischen 8 und 12 Jahren wurde mit Unterstützung der Stiftung Kindergesundheit und in Zusammenarbeit mit der Universität Göttingen, Marburg und München entwickelt. Es ist seit Oktober 2000 bundesweit im Einsatz. Kinder werden zur Teilnahme motiviert, beispielsweise mit Slogans wie „PowerKids ist besonders für Kids, die ein bisschen schlanker werden möchten. Für Kids, die ein paar Pfunde mit sich herumschleppen, die sie gerne los werden wollen. PowerKids ist für Kids, die zwischen 8 und 12 Jahre alt sind. Passt das für dich?“ Laut Homepage haben bisher 30 000 Kinder an diesem Programm teilgenommen.

Die AOK beteuert, dass sie dieses Programm wissenschaftlich begleiten lässt und die Erfolge bereits nachgewiesen sind. Sie selbst schreiben in „AOK im Dialog, 2004“ in Bezug auf PowerKids: „Vielmehr haben wir uns dabei wissenschaftlich beraten lassen, denn wenn wir fordern, dass Programme wissenschaftlich evaluiert werden müssen, müssen wir diese Forderungen an uns auch gelten lassen.“

Da es aber bis heute keine wissenschaftlichen Belege über Langzeiterfolge jedweder Abspeckbemühungen bei Kindern und Erwachsenen gibt, habe ich versucht, diesen von Ihnen formulierten Anspruch nachzuprüfen. Am 26.3.2007 bat ich die AOK in einem Brief, folgende Fragen zu beantworten:

- Welche kurzfristigen Therapieerfolge wurden bisher nach Abschluss des 12-wöchigen Selbsttrainings erzielt?
- Wie sehen die langfristigen Therapieeffekte von 12 Wochen PowerKids nach einem, zwei oder drei Jahren aus?
- Welche Faktoren beeinflussen maßgeblich den Effekt durch PowerKids direkt während des Therapieprogrammes und auch in der Langzeitbeobachtung?
- Haben Sie einen Bezug zur entsprechenden Prävalenz von Krankheiten von Kindern, die PowerKids absolviert haben?
- Gibt es eine Vergleichspopulation, die PowerKids nicht absolviert hat und die nach wissenschaftlichen Kriterien als Kontrollgruppe dienen kann und welche Ergebnisse sind hier zu beobachten?

Sollte PowerKids tatsächlich das leisten, was inzwischen durch sämtliche Adipositasgesellschaften im Kleingedruckten ihrer Leitsätze als unwirksam bezeichnet wird, nämlich durch Intervention eine dauerhafte Gewichtsreduktion zu erzielen, dann wäre dies eine wissenschaftliche Sensation.

Am 12.4.2007 erhielt ich eine Antwort von Herrn Prof. Koletzko, Abteilung Stoffwechselkrankheiten und Ernährung im Dr. von Haunersches Kinderspital der Universität München, einem der „Erfinder“ von PowerKids. In seinem Brief schreibt Koletzko: „Gerne sende ich Ihnen eine Arbeit aus dem Bayrischen Ärzteblatt (5/2003), in der Sie die erbetenen Angaben finden.“ Diese Arbeit enthält jedoch keine zitierfähigen Daten, die seriöse Rückschlüsse zulassen. Es wird zwar behauptet, dass sich die Wirksamkeit auch nach 15 Monaten gezeigt habe – allerdings fehlen belastbare Daten. Die einzige zitierte Quelle, „Knoppke et al. 2000“, konnte ich nicht im wissenschaftlichen Kontext finden. Nach dreimaliger Anfrage an Herrn Koletzko, zuletzt per Einschreiben, teilte mir dieser am 12.11.2007 mit, dass es sich dabei lediglich um Vortragszusammenfassungen (Abstracts) handelt und nicht um vollständige wissenschaftliche Fachpublikationen. Folglich existiert auch nach mehr als acht Jahren kein einziger Beleg dafür, dass PowerKids funktioniert.

Inzwischen habe ich zwei identische Abstracts aus dem Jahr 2000 zu PowerKids gefunden, einmal verwertet von der Münchener Gruppe um Herrn Koletzko sowie von der Abteilung für Ernährungspsychologie an der Universität Gießen. Die Zusammenfassungen enthalten zum Teil Haarsträubendes: Sie beschränken sich auf die Ergebnisse nach einer 12-wöchigen Beobachtungsphase und propagieren einen Erfolg der fettarmen Ernährungsumziehung anhand einer Abnahme des BMI. Dieser ist aber generell ungeeignet, um Gewichtsveränderungen bei heranwachsenden Kinder zu beurteilen. Zudem ist allgemein bekannt, dass Kinder bis zur Pubertät wegen des überproportionalen Längenwachstums zu einem leptosomen Körperbau neigen – also oft ganz natürlich BMI reduzieren. Eine Kontrollgruppe existiert natürlich nicht. Dem Anspruch einer wissenschaftlichen Evaluierung von PowerKids werden diese Abstracts in geradezu lächerlicher Weise nicht gerecht.

Demgegenüber zeigen alle belastbaren Veröffentlichungen aus den letzten Jahren eindeutig:

