

10.11.2009 - 09:44 Uhr

## Schweizer Kinder schleppen zu schwer

Bern (ots) -

Das Gewicht der Schultasche hat Folgen für die Gesundheit der Wirbelsäule, zeigt eine Studie der Schweizer Chiropraktoren mit 583 Schülern.

Für die Wissenschaftsredaktion des Schweizer Fernsehens hat die Schweizerische Chiropraktoren-Gesellschaft ChiroSuisse in Zusammenarbeit mit dem neuen Lehrstuhl für Chiropraktik der Universität Zürich die repräsentative Studie «Zusammenhänge zwischen Schultaschengewicht und Rückenbeschwerden» durchgeführt.

Bei den Resultaten aufhorchen lässt, dass über 60 Prozent der Jugendlichen schon mehr als einmal mit Rückenbeschwerden konfrontiert gewesen sind? öfter übrigens Mädchen als Jungen. Deutlich zeigt sich: Je schwerer das Schultaschengewicht, desto eingeschränkter die Beweglichkeit der Brustwirbelsäule. Schweres Schulzeug ist also nicht Training, wie oft angenommen, sondern Belastung. Überraschenderweise scheint ein Schulweg von über 20 Minuten dem Rücken nicht zuträglich.

Das gibt Anlass zu Sorge, gilt es doch als Tatsache, dass Kinder, die unter Rückenschmerzen und Bewegungseinschränkungen der Wirbelsäule leiden, im Erwachsenenalter eher Rückenschmerzen haben.

Mehr als zehn bis zwölf Prozent des Körpergewichtes dürfen die Schulsachen also nicht wiegen, und sie sollten am Rücken getragen werden. Eltern sollten das Gewicht der Schultaschen kontrollieren und Mappen und einseitig getragene Taschen entsorgen.

Kostenlose Wirbelsäulenuntersuchungen für Kinder und Jugendliche anlässlich des Internationalen Tags der Wirbelsäule am 14. November 2009. Adressen der untersuchenden Chiropraktoren:  
[www.chirosuisse.info](http://www.chirosuisse.info) oder Telefon 031/371'03'01

Kontakt:

ChiroSuisse  
Schweizerische Chiropraktoren-Gesellschaft  
Sulgenauweg 38  
3007 Bern  
Tel.: +41/31/371'03'01  
Fax: +41/31/372'26'54

Medien:

Dr. Marco Vogelsang  
Tödistrasse 49  
8002 Zürich  
Tel.: +41/44/201'80'85  
Fax: +41/44/281'32'47  
Mobile: +41/76/384'80'85