

德國越來越多的兒童和青少年患有肥胖症

駐德國代表處教育組

根據德國「巴美」(Barmer)健康保險公司調查的資料分析，患肥胖症的兒童和青少年人數在 2011 和 2021 年之間明顯上升。患有肥胖症診斷的兒童和青少年比例在 2021 年是 3.55%，在 2011 年則是 2.95%，增加幅度為 20%。

以全國 16 邦而論，患肥胖症最少的兒童和青少年是德南地區巴伐利亞 (Bayern) 邦的 2.7%、德西地區黑森 (Hessen) 邦的 3%和德南地區巴登-符騰堡 (Baden-Württemberg) 邦的 3%。患肥胖症最多的是德東地區麥克倫堡-佛波門 (Mecklenburg-Vorpommern) 邦的 5.4%、薩克森-安哈特 (Sachsen-Anhalt) 邦的 4.7%和布蘭登堡 (Brandenburg) 邦的 4.3%。

巴美健康保險公司下薩克森 (Niedersachsen) 邦和布萊梅 (Bremen) 邦地區經理海可-桑德女士說：「患有肥胖症的兒童人數在過去幾年中持續增加，在新冠肺炎疫情期間，其發展速度尤其快。」在 2019 年至 2021 年疫情期間，下薩克森邦已增加了約 3,000 例肥胖症患者，布萊梅邦增加了 1,100 例。她認為疫情期間封鎖運動場所、居家上課和取消體育課程等措施，都使得肥胖問題更嚴重。她認為肥胖是許多疾病（如高血壓和代謝紊亂）的高風險因素，特別是在年幼時期的肥胖，更會影響活動能力、耐力和體力。

麥克倫堡-佛波門邦兒童和青少年肥胖比例幾乎是巴伐利亞邦的 2 倍，原因仍不明。巴美健康保險公司總經理亨寧-庫茲巴赫先生指出，體重過重的兒童和青少年可能遭受同儕嘲諷和譏笑，將會影響到心理健康。他說：「如果兒童因其體重過重而引起社交困難，不想與朋友見面或不再參加體育活動，則很容易形成不健康的惡性循環。」

檢視兒童是否體重過重，可透過「身體質量指數」(Body Mass Index，簡稱為 BMI) 來判定是否患有肥胖症，巴美健康保險公司推薦的「身體質量指數」檢視網頁為：<https://adipositas-gesellschaft.de/aga/bmi4kids/>

撰稿人/譯稿人：駐德國代表處教育組

資料來源：德國「教師新聞」(news4teachers) 網站

<https://www.news4teachers.de/2023/05/immer-mehr-kinder-leiden-unter-adipositas-vor-allem-in-ostdeutschland/>

