

## Hüftspeck: Es droht ein früher Tod mit dickem Bauch

### Kneipp-Bund und BKK24 wollen chronische Krankheiten mit Spaß und gesundem Essen bekämpfen

**Obernkirchen.** Wenn die Hose spannt und der Rock kneift ist das nicht nur ein kosmetisches Problem. Das Deutsche Institut für Ernährungsforschung hat nachgewiesen, dass eine ungünstige Körperfettverteilung chronische Krankheiten auslöst und zu einem früheren Tod führt. Dieser Tatsache könne man nur mit einer generellen Umstellung des Gesundheitsverhaltens entgegenzutreten, warnt Marion Caspers-Merk, Präsidentin des Kneipp-Bundes. Alarmierend sei, dass der bisher als Indikator herangezogene Body Mass Index allein nicht aussagefähig genug ist. Vor allem bei Männern bilden sich trotz scheinbaren Normalgewichts Fettdepots um die Hüften, wenn sie sich zu wenig bewegen. Damit steigt das Risiko für Dickdarmkrebs, koronare Herzkrankheit, Schlaganfall und Diabetes überproportional an. Gemeinsam mit der Krankenkasse BKK 24 hat die Vorsitzende des mit 160 000 Mitgliedern größten deutschen Gesundheitsverbandes eine Initiative gestartet, die frühzeitig für mehr Bewegung und eine veränderte Esskultur sorgen soll. Zum 189. Geburtstag von Sebastian Kneipp am 17. Mai laden viele der 220 Kneipp-Tagesstätten und der landesweit 660 Vereine zu fortan jährlich geplanten „kinderleichten“ Aktionen ein. „Die Aktivitäten gehen weit über das hinaus, was die meisten Sportvereine leisten können“, lobt Friedrich Schütte, Vorstand der BKK 24. Es sei ein wichtiger Schritt, die zentralen Gesundheitsthemen Ernährung und Bewegung zeitgleich ins Bewusstsein zu rücken. „Wir unterstützen das, indem wir für jeden unserer Versicherten einmalig ein Jahr lang den Beitrag zu einem Kneipp-Verein an seinem Wohnort übernehmen.“ Die Kneipp-Mitgliedschaft wird von der Kasse nicht nur für ein Jahr bezahlt, sondern darüber hinaus auch noch belohnt. „Für jedes mitversicherte Familienmitglied, das ein Jahr im Verein aktiv ist, zahlen wir Beitrag zurück“, kündigt der Vorstand an. Für Marion Caspers-Merk eine logische Konsequenz: „Die Folgen von Fehlernährung und Bewegungsmangel zu behandeln ist teurer, als rechtzeitig etwas dagegen zu unternehmen.“ Weitere Informationen gibt es unter [www.bkk24.de](http://www.bkk24.de) im Internet sowie unter Telefon (0 57 24) 97 10. rd