

Klaus-Peter Baumgardt
Breslauer Str. 15
65510 Idstein
xxx
xxx
Idstein, den 23.06.2021
Deutscher Bundestag
Ausschuss für Gesundheit
11011 Berlin

gesundheitsausschuss@bundestag.de

Betr.: Weit verbreitetes Übergewicht - häufige Adipositas

Sehr geehrte Damen und Herren des Gesundheitsausschusses,

sicherlich stimmen wir in der Einschätzung überein, dass die Übergewichtssituation gesundheitlich global wie national bedenklich ist - es handelt sich ja oft um eine chronische Krankheit, aus der nur Wenige herausfinden, oder mit der auf noch vernünftige Weise zu leben zu Wenigen gelingt. Bei 40 Prozent der Teilnehmer*innen einer Umfrage kam es seit Pandemie-Beginn zu einem "Mehr-Gewicht" von durchschnittlich 5,6 Kilogramm.

An der Situation, an der Häufigkeit und dem Umfang ändert sich langfristig (bisher) wenig im positiven Sinne, und ohne zusätzliche Maßnahmen wird das so bleiben.

Es könnte hilfreich sein, gesellschaftlich den Willen zu bekunden, hier nicht alles beim Alten zu belassen, also den Willen zur Veränderung nicht nur verbal, sondern in der Praxis zu bekunden.

Das betrifft Verbesserungen bei den Speiseplänen, beim Lebensstil, auch bei Bewegungsmustern und Fragen der Lebensmittelzubereitung und der sozialen Einbindung bei den Mahlzeiten.

Die "Umstellung in Selbstverantwortung", jeweils in eigener Regie, schließt Beratung im Sinne von Alternativvorschlägen nicht aus, mit positiven, authentischen Beispielen und "Lernen durch Erleben in ansprechender Weise" sollte es möglich sein, angemessene Vorstellungen eines gangbaren Wegs zu entwickeln, die Betroffenen "mitzunehmen".

Der Wunsch und die Empfehlung, abzunehmen, tauchen regelmäßig auf, reflexhaft mit dem Gedanken "Diät" verknüpft - und damit kommen die Diät-Scharlatane ins Spiel, kommen disfunktionale Lösungen aus dem Umfeld und den Medien, auch aus dem je eigenen Repertoire auf den Tisch.

"Das Patentrezept", das überall funktioniert, kann es nicht geben, weil Jede(r) ihre/seine persönlichen Voraussetzungen hat.

Fressnet.de will mit Vorschlägen und Beispielen, mit Hinterfragung und Kritik, auch mit Aufklärung, Ursachenforschung und Information helfen, erfolgreiche eigene Lösungen zu finden. Auf der "kulinarischen Ebene" geht es hier um Anregungen zu praxisgerechten gesunden Mahlzeiten - ich bin überzeugt, dass hier einige meiner Rezept-Entwicklungen (mittlerweile mit einem Schwerpunkt bei eiweißreicher Pflanzenkost) einen Beitrag zur "Ernährungswende" leisten (können).

Wenn es um die Frage "Mit Adipositas leben oder aus dem Übergewichts-Labyrinth herausfinden?" gehen sollte, scheinen manche Betroffene merkwürdig unentschieden, stecken in einem unübersichtlichen Dilemma, doch (auch), wer sich fürs "Heraus" entscheidet, hat alltäglich zu kämpfen.

Damit können Sie meine "idealistische" Arbeit als "gesellschaftlich nützlich" einstufen, die Beachtung und Anerkennung verdient, und in diesem Zusammenhang muss ich sagen, dass ich an den Punkt gekommen bin, wo ich doch spürbare Unterstützung ideeller und materieller Art benötige, weil die ganzen Bemühungen um ein ganzheitliches Konzept wider die "verdrängte Epidemie" Fehlernährung/Adipositas/Fehlverhalten-Resignation sonst schlicht verpuffen. Der Kampf gegen die Adipositas braucht eine neue Phase, Innovation, Kooperation - oder eine konzertierte Aktion"; die bisherigen Elemente reichen nicht.

Wo die Krankheit psychosomatisch bedingt ist, muss die Psychosomatik intervenieren, bei Entwicklungsstörungen die Entwicklungspsychologie, bei traumatischen Ursachen die Psychotherapie, bei mangelhafter Informationslage die Ernährungsdidaktik, im Fall des Wunsches nach spezifischer Weiterbildung die Erwachsenenpädagogik. In diesem komplexen Aufgabenfeld spielt auch die innovative Rezeptentwicklung ihre Rolle, zumal eine klimabedingte Transformation der Lebensmittelproduktion und Ernährungsweise eine Aufgabe der aktuellen Zeit ist.

Hierbei gibt es nicht den einen, „seligmachenden“ Weg, sondern etliche Möglichkeiten, die zu eruieren sind, eine Diversität der Erfahrungen, die gefördert und gesammelt werden sollten. Wie sonst sollte eine absehbare Weiterentwicklung zustande kommen? In diesem Problemfeld sich zu bewegen, Lösungen – wie neuartige Konzepte und Rezepte, auch mit globaler Herkunft - zu erarbeiten, erfordert beträchtliche Ressourcen. Ich möchte meine Entwicklungsarbeit gerne auch koordiniert fortsetzen – und benötige dazu Ihre Hilfe, „Ihr Mandat“ bzw. finanzielle Unterstützung.

Für Ihr aufgeschlossenes Interesse und konstruktives Feedback bedanke ich mich im Voraus.
Mit freundlichen Grüßen

Klaus-Peter Baumgardt