

## **Spiele im Freien: ein Schutzfaktor bei Neigung zu allergischen Erkrankungen**

Die Entwicklung der kindlichen Gesundheit ist in hohem Maße auf eine Lebenswelt abgestimmt, die ausreichend Anforderungen und Angebote für das vielfältige Lernen von Fähigkeiten und für die Förderung lebenswichtiger Reifungsprozesse bieten sollte.

So verdichten sich Ergebnisse zahlreicher internationaler Studien zur wissenschaftlich fundierten Erkenntnis, dass das kindliche Immunsystem bereits im frühkindlichen Lebensalter durch Kontakt mit biologischen Bestandteilen und Stoffen aus der Umgebung "trainiert" werden muss, damit es die Fähigkeit zur kompetenten Abwehrfunktion im Sinne gezielter Immunantworten entwickeln kann. Immunologische „Kontaktarmut“ infolge des stetigen Aufenthaltes in Wohnungen und Wohngebieten, die zu arm an natürlichen, das Immunsystem stimulierenden Umgebungsfaktoren sind, erhöht das Risiko für allergische Reaktionen und Erkrankungen im Kindesalter wie kindliches Asthma und Neurodermitis. So wurden bei Kindern, die auf einem Bauernhof mit Tierhaltung aufwuchsen oder auch in der Nähe solcher Betriebe wohnten, deutlich seltener Neurodermitis und kindliches Asthma festgestellt als bei Kindern ohne solche Kontakte. Insbesondere scheint die Aufnahme entsprechender Schutzfaktoren über den Magen-Darmtrakt wichtig zu sein. In ähnlicher Weise fördern offenbar die sozialen kindlichen Kontakte zu anderen Kindern und älteren Geschwistern das Immunsystem dadurch, dass es sich häufig mit fremden Keimen und einer Vielfalt körperfremder biologischer Stoffe auseinandersetzen muss. Auch in diesem Fällen waren kindliches Asthma und Neurodermitis deutlich seltener.

Die gesundheitliche Entwicklung des kindlichen Organismus ist also auf eine Lebenswelt mit ganz bestimmten Angeboten und Herausforderungen abgestimmt, wie sie eher im Freien vorhanden sind. Erst in dieser Wechselbeziehung zwischen Umwelt und kindlichem Organismus werden körperlich-motorische, sinnliche, emotionale, und geistige Fähigkeiten zur allgemeinen Gesundheitskompetenz weiterentwickelt.