

Weniger Fehltage durchs Kneippen?

Krankenkasse BKK VBU, Charité – Universitäts- medizin Berlin und Kneipp-Bund starten wissen- schaftliche Forschungsstudie mit Berliner Kitas

Berlin, 18.10.2022 – Ist es möglich, durch regelmäßige Kneippanwendungen die Krankentage bei Kitakindern zu verringern? Mit dieser Forschungsfrage beschäftigt sich das Forschungsteam „Integrative Medizin in der Kinderheilkunde“ der Charité – Universitätsmedizin Berlin gemeinsam mit der Krankenkasse BKK VBU und dem Kneipp-Bund e.V., im gemeinsamen Modellprojekt „Integration eines Kneippischen Gesundheitskonzeptes in Kindertagesstätten“ in Berlin und Umland.

Seit Jahrzehnten schwören einige Kindertagesstätten in Deutschland auf das Konzept der Hydrotherapie nach Kneipp als gesundheitsfördernde Maßnahme. Nun sollen neben positiven Erfahrungsberichten wissenschaftlich belastbare Daten gesammelt werden, inwieweit die Durchführung eines Kneipp-Gesundheitskonzeptes in der Kita bei Kindern zur Prävention von Atemwegsinfekten und Stärkung der Resilienz und allgemeiner Lebensqualität beitragen kann. Im Rahmen einer gemeinsamen wissenschaftlichen Beobachtungsstudie mit 240 Kindern im Alter von zwei bis sechs Jahren wird in Berliner Kitas das Kneipp-Konzept in den Kita-Alltag integriert. Dabei sollen die Effekte insbesondere der Wasseranwendungen auf Infektanfälligkeit, Stressempfinden, Lebensqualität und Stimmung bei den Klein- und Vorschulkindern wissenschaftlich untersucht werden. Erste Ergebnisse sind Ende 2024 zu erwarten. Interessierte Kitas aus Berlin und dem Umland können sich für eine Teilnahme bewerben.

Frühe Weichenstellung für ein gesundes Leben

„Wir stellen bereits bei kleineren Kindern eine zunehmende Belastungssituation fest – hervorgerufen durch steigenden Leistungsdruck, Stress oder Bewegungsmangel. Das hat Folgen für die allgemeine Lebensqualität und Gesundheit der Kinder – vor allem aber wirkt es sich ungünstig auf den späteren Lebensverlauf und die Gesundheit im Erwachsenenalter aus“, erläutert Dr. Sarah

**Kneipp-Bund e.V. -
Bundesverband für
Gesundheitsförderung
und Prävention**

**Kneipp-Zentrum
Pressestelle**

Adolf-Scholz-Allee 6-8
86825 Bad Wörishofen
Fon 08247 / 3002 - 162
Fax 08247 / 3002 - 199
presse@kneippbund.de

Berliner Büro

Axel-Springer-Straße 54 b
10117 Berlin
Fon 030 / 200 77 - 095
Fax 030 / 200 77 - 073
berlinerbuero@kneippbund.de

www.kneippbund.de
www.kneippvisite.de
www.facebook.de/kneippbund
www.kneippverlag.de
www.kneippakademie.de
www.kneippschule.de
www.kneippbundhotel.de
www.die-natur-hilft.de



B. Blakeslee. Die Gesundheitswissenschaftlerin führt die Studie seitens der Charité durch. „Es gibt Hinweise aus den Kneipp- Kitas, dass Kinder dort durch das Kneipp-Gesundheitskonzept weniger Infekte bekommen. Ob dies wirklich so ist, werden wir in dieser Studie wissenschaftlich untersuchen“, so Blakeslee weiter.

„In der frühen Kindheit werden Grundhaltungen und Verhaltensmuster in Bezug auf die eigene Gesundheit entwickelt. Daher ist es wichtig, Kinder so früh wie möglich an eine gesundheitsfördernde Lebensweise heranzuführen, und die Kita ist das ideale Setting, um Familien aus allen sozialen Schichten zu erreichen“, stellt Astrid Salomon, Referentin für Prävention bei der BKK VBU fest.

Aufbau der Studie

Nach Anfang der Studie im September werden ab Dezember 2022 drei bis vier verschiedene Berliner Kitas ein ganzheitliches Kneipp-Gesundheitskonzept nach den Richtlinien des Kneipp-Bunds e.V. einführen, in dessen Rahmen eine freie, tägliche Auswahl an gesundheitsfördernden Maßnahmen aus den fünf Elementen nach Kneipp praktiziert wird, die in den regulären Kita-Betrieb eingebettet sind.

- Wasseranwendung (Wasser- und Tautreten, Güsse, kalte und warme Fuß- und Armbäder)
- Bewegung (Parcours, Mobilität, Bewegung im Freien, Barfußpfad)
- Ernährung (vollwertige Ernährung, Ernährungsbildung, Sinnesschulung, Rezeptideen)
- Lebensordnung (regelmäßige Aktivierungs- und Ruhephasen, Rituale, Fest der Jahreszeiten), und
- Naturerleben (Kennenlernen heimischer Kräuter, Kräutergarten, Sinneserfahrungen).

Viele Bereiche des Kneipp-Gesundheitskonzeptes sind kongruent mit dem Berliner Kita Bildungsprogramm und es wird der Fokus in der wissenschaftlichen Beobachtungsstudie durch die Charité auf die Wasseranwendungen gelegt. Eine Kontrollgruppe von drei bis vier entsprechenden Kitas durchläuft den regulären Kita-Betrieb ohne Kneipp-Anwendungen und führt erst nach Abschluss der wissenschaftlichen Begleitstudie das Kneipp-Konzept ein. Nach Abschluss der Studie werden die krankheitsbedingten Kita-Fehltage und hieraus abgeleitete Infektionsanfälligkeit der Kinder in den Kneipp-Kitas mit denen in der Kontrollgruppe verglichen.

**Kneipp-Bund e.V. -
Bundesverband für
Gesundheitsförderung
und Prävention**

**Kneipp-Zentrum
Pressestelle**

Adolf-Scholz-Allee 6-8
86825 Bad Wörishofen
Fon 08247 / 3002 - 162
Fax 08247 / 3002 - 199
presse@kneippbund.de

Berliner Büro

Axel-Springer-Straße 54 b
10117 Berlin
Fon 030 / 200 77 - 095
Fax 030 / 200 77 - 073
berlinerbuero@kneippbund.de

www.kneippbund.de
www.kneippvsite.de
www.facebook.de/kneippbund
www.kneippverlag.de
www.kneippakademie.de
www.kneippschule.de
www.kneippbundhotel.de
www.die-natur-hilft.de



„Ob Wassertreten, Armbäder oder Güsse – Kinder lieben Wasser und haben Spaß am Kneippen!

Gerade die Herbst- und Winterzeit in der Kita ist immer von zahlreichen Infekten geprägt. Mit den Wasseranwendungen führen wir die Kinder ganz spielerisch an einen gesunden Lebensstil und hoffen, dass wir mit positiven Projektergebnissen auch viele weitere Kitas von dem Konzept überzeugen können“, fasst Thomas Hilzensauer, Bundesgeschäftsführer, Kneipp-Bund e.V. zusammen.

Der Kneipp-Bund e.V. ist mit seinen 1.200 Kneipp-Vereinen, zertifizierten Einrichtungen und Fachverbänden die größte private deutsche Gesundheitsorganisation. Als unabhängiger und gemeinnütziger Dachverband erreichen wir insbesondere durch das ehrenamtliche Engagement unserer Kneipp-Vereine rund 200.000 Menschen, die täglich mit den Kneippschen Naturheilverfahren in Berührung kommen. Seit 1897 setzen wir uns für einen gesunden und naturverbunden Lebensstil ein. Viele Menschen haben sich in den vergangenen rund 125 Jahren mit Überzeugung und Leidenschaft für die Lehre Sebastian Kneipps engagiert und an der nachhaltigen Entwicklung bis hin zum immateriellen Kulturerbe mitgewirkt. Das Gesundheitskonzept nach Sebastian Kneipp wurde stetig und auf Basis neuester wissenschaftlicher Forschungsergebnisse weiterentwickelt und umfasst heute fünf Elemente: Wasser, Bewegung, Ernährung, Heilpflanzen und Lebensordnung. Hinter diesem ganzheitlichen Ansatz verbirgt sich die Erkenntnis, dass ein hoch wirksames Immunsystem, eine umfassende körperliche Fitness und eine überdurchschnittliche Stressresistenz die Selbstheilungskräfte anregt und die Widerstandsfähigkeit stärkt. Dies sind unverzichtbare Voraussetzungen für den Lebens- und Arbeitsstil unserer Zeit.

**Kneipp-Bund e.V. -
Bundesverband für
Gesundheitsförderung
und Prävention**

**Kneipp-Zentrum
Pressestelle**

Adolf-Scholz-Allee 6-8
86825 Bad Wörishofen
Fon 08247 / 3002 - 162
Fax 08247 / 3002 - 199
presse@kneippbund.de

Berliner Büro

Axel-Springer-Straße 54 b
10117 Berlin
Fon 030 / 200 77 - 095
Fax 030 / 200 77 - 073
berlinerbuero@kneippbund.de

www.kneippbund.de
www.kneippvisite.de
www.facebook.de/kneippbund
www.kneippverlag.de
www.kneippakademie.de
www.kneippschule.de
www.kneippbundhotel.de
www.die-natur-hilft.de

