

# Wenn das Gewicht auf der Seele lastet: Übergewicht und Psyche bei Kindern

geschrieben von Redakteur | Januar 25, 2026



Übergewicht belastet Kinder nicht nur körperlich, sondern auch seelisch. Studien zeigen ein erhöhtes Risiko für Depressionen, Ängste und Ausgrenzung. Prävention muss deshalb ganzheitlich ansetzen – mit Bewegung, Unterstützung und Schutz vor Mobbing.

---

## Erstgeborene und Einzelkinder: Höheres Risiko für psychische Erkrankungen

geschrieben von Redakteur | Januar 25, 2026



Die Geburtsreihenfolge wird bisher selten als Risikofaktor für psychische Erkrankungen untersucht. Eine aktuelle Studie aus den USA zeigt jedoch, dass auch die Position in der Geschwisterfolge eine wichtige Rolle spielen könnte.