

Wie geht es unseren Kindern und Jugendlichen gesundheitlich? Welche Dynamiken entstanden in der Coronazeit? Welche Probleme gab es schon vorher?

Studienbasierte Analyse mit Links und Fußnoten zur Weitergabe an Schulen

Am 8. Februar 2023 wurde im Bundeskabinett der Bericht einer interministeriellen Arbeitsgruppe **"Gesundheitliche Auswirkungen auf Kinder und Jugendliche durch Corona"** (FN 1) vorgestellt. Später wurde das Papier auch im Bundestag diskutiert. Ein Zitat:

"Die Pandemie ist wahrscheinlich an keinem Kind oder Jugendlichen spurlos vorüber gegangen. Besonders hart traf es aber diejenigen, deren Aufwachsen schon vorher von Belastungen geprägt war".

Insbesondere gebe es ein **stark gestiegenes Ausmaß an psychischen Belastungen und Erkrankungen** bei den Jüngsten als Folge der "sekundären Auswirkungen der Pandemie". Zitiert wird eine europaweite Studie des Bundesinstituts für Bevölkerungsforschung (BiB), derzufolge **Depressionssymptome bei Kindern und Jugendlichen während der Schulschließungen zu 75 Prozent häufiger auftraten als vor 2020** (vgl. FN 2). In Deutschland waren die Schulen im weltweiten Vergleich besonders lange geschlossen.

Aber auch der **Schulbetrieb unter Corona-Bedingungen wirkte belastend**; hier ergaben die Studiendaten eine **Steigerung von Depressionssymptomen um 27 %** ggü. der Zeit vor der Pandemie. Auch heute noch liegen die Werte für Depressionssymptome bei Kindern und Jugendlichen teilweise deutlich über denjenigen vor 2020.

Krankenkassendaten (FN 3) belegen darüber hinaus deutliche Anstiege bei den **ärztlich diagnostizierten Störungen** in bestimmten Alters- und , so z.B. bei **Esstörungen (+54 %** ggü. 2019 bei Mädchen zwischen 15-17 J.); bei **Depressionen (+23 % bei Mädchen 10-14 J. sowie +18 % bei Mädchen 15-17 J.)** sowie bei **Angststörungen (+24 % bei Mädchen 15-17 J.)**.

Hinzu kamen teilweise **deutliche Zunahmen bei Erkrankungen an Adipositas**. Hier lagen die **15-17jährigen Jungen mit +15 Prozent laut ärztlicher Diagnosen** vor den gleichaltrigen Mädchen ("nur" +6 Prozent; die Zahlen beziehen sich auf den Anstieg im Jahr 2021 ggü. 2019). Auch jüngere Kinder und Jugendliche legten an Gewicht zu. **Grund waren vor allem Bewegungsmangel und erhöhter Süßigkeitenkonsum im Zusammenhang mit stark erhöhten Bildschirmzeiten.**

Maßnahmen erhöhten diverse Gesundheitsrisiken für Kinder

Eine früh erworbene Adipositas, das zeigen Zahlen des Robert-Koch-Institutes, ist oft schwer zu bekämpfen und erhöht das Risiko für Herz-Kreislaufkrankungen, Gelenkbeschwerden, Typ-2-Diabetes, sowie Atemwegserkrankungen.

Adipositas bewirkt außerdem, dass Kinder, die normalerweise wegen ihrer Altersgruppe nicht zur Covid-19-Risikogruppe gehörten, dennoch gefährdet waren, an Covid-19 schwer zu erkranken. Die Maßnahmen zur Bekämpfung des Corona-Virus haben also durch die damit verbundenen Gewichtszunahmen das Risiko einer schweren Erkrankung bei Jüngeren erhöht und nicht gesenkt. **Eine bittere Wahrheit.**

Insgesamt gingen Kinder und Jugendliche in der Pandemiezeit seltener zum Arzt, so dass auch **unentdeckte Störungen und Erkrankungen zu vermuten** sind.

Ergebnisse einer Studie des Gesundheitsministeriums zu Drogen- und Medienkonsum

Die Zahl der Drogentoten in Deutschland ist im Jahr 2022 weiter angestiegen (+9 % ggü. 2021).

Eine durch das **Bundesgesundheitsministerium geförderte Querschnittsstudie** (Oktober 2022, FN 4), bei der 18.189 Jugendlichen und jungen Erwachsenen befragt wurden, zeigt folgende Effekte der Corona-Zeit:

Gestiegener Alkoholkonsum

33 % der befragten Jugendlichen tranken nach eigener Einschätzung während der Corona-Pandemie **häufiger Alkohol** oder begannen zu trinken (6,5 % der Jugendlichen, rd. 1 % der jungen Erwachsenen). Gegen Ende der Pandemie **tranken Jugendliche ähnlich häufig und viel wie Erwachsene**. Betrachtet nach Geschlechtern **berichteten Mädchen häufiger von einer Zunahme** des Alkoholkonsums, sowohl bei der Häufigkeit als auch bei der Menge.

Gestiegener Zigaretten- und E-Zigarettenkonsum

48 % der befragten Jugendlichen rauchten aufgrund der Pandemie häufiger, 16 % begannen damit (im Vergleich zu 6 % der jungen Erwachsenen). **Mädchen und junge Frauen berichteten deutlichere Steigerungen** als Jungen und junge Männer. Eine ähnliche Entwicklung, wenn auch in abgeschwächter Form, gab es beim Konsum von E-Zigaretten; auch hier signifikant höherer Anteil an Mädchen / Frauen.

Shisha rauchten rd. 25 % der Jugendlichen häufiger, ca. 8,5 % begannen mit dem Konsum; rd. 12 % rauchten seltener oder gar nicht mehr (4,05 %). Es zeigten sich keine Geschlechtereffekte.

Deutlich gestiegener Cannabis-Konsum

Jeweils rund 44 % der befragten Jugendlichen sowie jungen Erwachsenen konsumierten aufgrund der Pandemie **häufiger Cannabis oder begannen mit dem Konsum** (13,5 % der Jugendlichen, 5 % der jungen Erwachsenen). Nur ca. 9 % der Jugendlichen und 12 % der jungen Erwachsenen konsumierten seltener Cannabis in der Pandemie oder hörten ganz auf (3,9 % Jugendliche / 5,2 % junge Erwachsene). Die Steigerungen waren geschlechtsunabhängig.

Mehr andere illegale Drogen

34,5 % der befragten Jugendlichen und **rd. 29 % der jungen Erwachsenen** konsumierten **andere illegale Substanzen** (außer Cannabis) **häufiger**. **15,5 % der Jugendlichen begannen in der Pandemie-Zeit, Drogen zu konsumieren**, wogegen rd. 11 % der Jugendlichen und rd. 13 % der jungen Erwachsenen den Konsum reduzierten. 7,8 % der Jugendlichen und rd. 6,5 % der jungen Erwachsenen hörten mit dem Drogenkonsum auf; keine Geschlechterunterschiede.

Mehr Medikamente

Rd. **23 % der Jugendlichen** und rd. **26 % der jungen Erwachsenen** nahmen in der Pandemiezeit nach eigenen Angaben **häufiger Medikamente**, rd. **19 % bzw. 20 %** nahmen eine **erhöhte Dosis**. Der Anteil an **Mädchen** war dabei **signifikant höher (27,7 % häufiger, 22 % höhere Dosis)**.

Mehr Konflikte und häusliche Gewalt

Ein weiterer Befund aus der BMG-geförderten Drogenstudie: Rd. **76 %** der befragten Jugendlichen berichteten, **zu Hause wiederholt schlechte Stimmung** erlebt zu haben. Rd. 39 % davon gaben an, dass dies erstmalig während der Pandemiezeit vorkam. Eine **Verschlechterung in der Coronazeit** gaben **54 %** an. Von **physischen Gewalterfahrungen** berichteten etwas mehr als **19 %** der befragten Jugendlichen. Davon erlebten 38,5 % diese Gewalterfahrungen erstmalig.

Extrem erhöhter Medienkonsum

Rund **85 %** der befragten Jugendlichen sowie auch der jungen Erwachsenen gaben an, dass sie **digitale Medien aufgrund der Covid-19-Pandemie häufiger nutzten** (Jugendliche: 38 % „eher mehr“, rd. 47 % „viel mehr“; junge Erwachsene: 39 % „eher mehr“, 46 % „viel mehr“). Lediglich 3 % der Jugendlichen und 2,6 % der jungen Erwachsenen nutzten digitale Medien in dieser Zeit weniger. Jeweils rund 12 % gaben an, dass die Pandemie keinen Einfluss auf ihre Medienzeit hatte. In beiden Altersgruppen **gaben weibliche Personen häufiger an, digitale Medien mehr genutzt zu haben** (jeweils rd. 89 % Mädchen und junge Frauen) als männliche (80,5 % bzw. 81,4 %).

Dass **Häufigkeit und Nutzungsdauer digitaler Medien** bei Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen in der Pandemiezeit teilweise deutlich gestiegen sind, bestätigen auch andere Studien, ebenso dass in diesem Zusammenhang auch die **Häufigkeit von Internet-, Gaming- oder Social Mediasucht zugenommen** hat (FN 5). Dabei zeigten sich **"Zusammenhänge der übermäßigen Internetnutzung mit depressiven Symptomen** sowie Gefühlen von Einsamkeit und Angst" (vgl. FN 4, S. 4).

Bekannt ist auch, dass **Bewegungsmangel und stark gestiegene Bildschirmzeiten** ein ganz wesentlicher Faktor für die teilweise starken **Gewichtszunahmen** und Erkrankung an **Adipositas** sind, sowie dass **übersteigter Medienkonsum zu verringertem Wohlbefinden** bis hin zu **psychischen Verstimmungen** beitragen kann.

Schulen sind Mitverursacher übersteigerten Medienkonsums

Dass **Medienkonsum bei Kindern nicht gesund** ist, wissen wir eigentlich schon lange. Bis vor der Pandemie empfahlen Ärzte und staatliche Stellen stets eine Begrenzung der täglichen und wöchentlichen Bildschirmzeiten (FN 6).

Zu wenig wurde jedoch bislang darauf geachtet, dass die Kinder durch zu viel Gucken, Daddeln und Surfen auch in ihren **sozialen Kompetenzen stark eingeschränkt** werden können - **mit der Folge einer Überforderung von Lehrern und Mitschülern**. So identifizierte ein Artikel im Deutschen Ärzteblatt bereits im Jahr 2007 **dysfunktionales Sozialverhalten** (z.B. erhöhte Aggressivität), **verminderte soziale Intelligenz, soziale Ängstlichkeit, Einsamkeit, depressive Verstimmtheit und vermeidende Problemlösestrategien (Realitätsflucht)** als Risikofaktoren übermäßigen Medienkonsums (FN 7).

Verschiedene Studien belegen, dass **auch die digitale Lehre in Schule und Studium zu einer deutlichen Steigerung des Medienkonsums** geführt hat. Den Jugendlichen und jungen Erwachsenen zufolge fiel dadurch die Hemmschwelle, dann auch in der Freizeit weiter und vermehrt digitale Medien zu nutzen. Auch wurde von gleichzeitiger Nutzung verschiedener Medien berichtet, was auch während des Unterrichts stattfand. Eine gesteigerte Mediennutzung aufgrund der Pandemie war positiv mit einem problematischen aktuellen Medienkonsum assoziiert (vgl. FN 4, S. 74).

Links und Fußnoten:

(FN 1) Abschlussbericht der interministeriellen Arbeitsgruppe der Bundesregierung "Gesundheitliche Auswirkungen auf Kinder und Jugendliche durch Corona", veröffentlicht 8.03.2023
https://www.bundesgesundheitsministerium.de/fileadmin/Dateien/3_Downloads/K/Kindergesundheit/Abschlussbericht_IMA_Kindergesundheit.pdf
sowie beim Deutschen Bundestag: <https://dserver.bundestag.de/btd/20/056/2005650.pdf>

(FN 2) Ludwig-Walz, H.; Dannheim, I.; Pfadenhauer, L.M.; Fegert, J.M.; Bujard, M. (2022) Increase of depression among children and adolescents after the onset of the COVID-19 pandemic in Europe: a systematic review and meta-analysis. Child Adolesc Psychiatry MentHealth 16, 109.
<https://capmh.biomedcentral.com/articles/10.1186/s13034-022-00546-y>

(FN 3) DAK Kinder- und Jugendreport 2022

<https://www.dak.de/dak/gesundheit/kinder--und-jugendreport-2022-2571000.html#/>

(FN 4) Abschlussbericht zu Projekt "Auswirkungen der Corona-Pandemie auf den Substanz- und Medienkonsum Jugendlicher und junger Erwachsener in Deutschland", Institut für Therapie- und Gesundheitsforschung IFT-Nord, Leitung Prof. Dr. Reiner Hanewinkel, Kiel Oktober 2022

https://www.bundesgesundheitsministerium.de/fileadmin/Dateien/5_Publikationen/Drogen_und_Sucht/berichte/Abschlussbericht/ACoSuM_Abschlussbericht_bf.pdf

(FN 5) Artikel im Deutschen Ärzteblatt von Januar 2023: Pandemie führte zu Anstieg bei Internet- und Mediensucht

<https://www.aerzteblatt.de/nachrichten/140388/Pandemie-fuehrte-zu-Anstieg-bei-Internet-und-Gamingsucht>

(FN 6) Artikel im Deutschen Ärzteblatt von März 2018: Neue pädiatrische Empfehlungen für einen gesunden Medienkonsum, in Zusammenarbeit mit der Drogenbeauftragten der Bundesregierung

<https://www.aerzteblatt.de/nachrichten/91557/Neue-paediatrische-Empfehlungen-fuer-einen-gesunden-Medienkonsum>

Website: www.buendniskinderjugend.de

Nachfragen, Vernetzung und weitere Infos: [kontakt\[at\]buendniskinderjugend.de](mailto:kontakt[at]buendniskinderjugend.de)