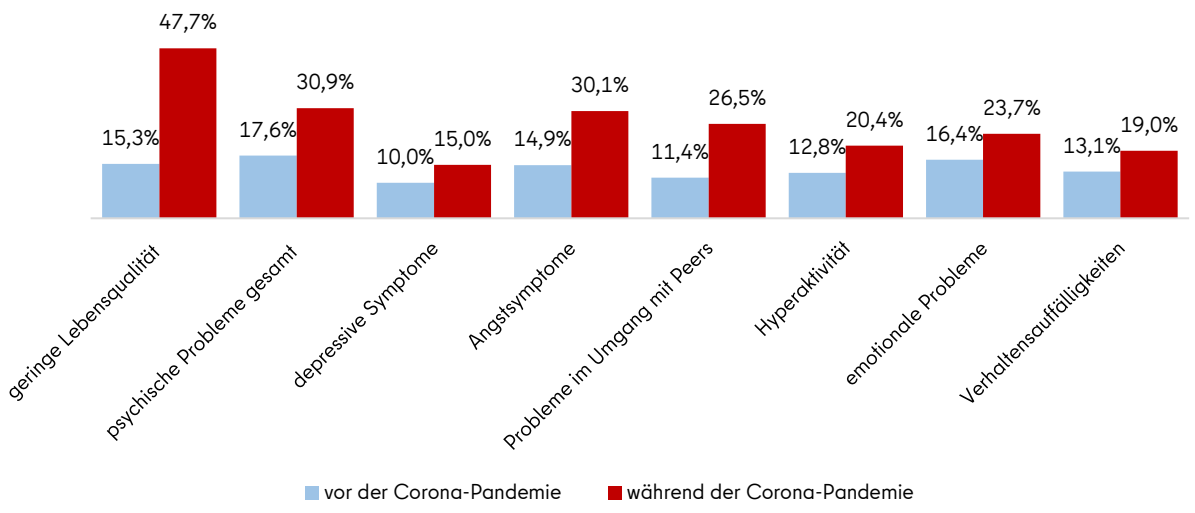
Auswirkungen der Corona-Pandemie auf die Gesundheit von Kindern und Jugendlichen – kursorische Zusammenfassung aktueller Studienbefunde

Psychische Gesundheit

Während der Corona-Pandemie zeigte sich bei Kindern und Jugendlichen eine deutliche Verringerung des psychischen Wohlbefindens, der Lebenszufriedenheit und der Lebensqualität. Gleichzeitig war ein Anstieg an psychischen Problemen und eine erhöhte Nachfrage an Therapieangeboten zu beobachten. Insbesondere Depressions- und Angstsymptome, wie z.B. wenig Freude und Interesse an Aktivitäten, vermehrte Müdigkeit, geringerer Appetit, stärkeres Gefühl von Traurigkeit oder Einsamkeit, Nervosität, Reizbarkeit oder Sorgen, nahmen während der Pandemie zu [1]. Im Einzelnen zeigen die vorliegenden Befunde (vgl. Abb. 1):

- Verschlechterung der gesundheitsbezogenen **Lebensqualität** (+32,4% geringe Lebensqualität) [2]
- Verringerung der **Lebenszufriedenheit** (-21%) [3]
- Zunahme von **psychischen Problemen** insgesamt (+13,3%) [2]
- Zunahme von **depressiven Symptomen** (+5%) [2], bei Jugendlichen stärkere Zunahme (+15%), insbesondere bei weiblichen Jugendlichen (+22%) und Jugendlichen mit Migrationshintergrund (+22%) [4]
- Zunahme von **Angstsymptomen** (+15,2%) [2]
- Anstieg von Problemen im **Umgang mit Peers** (+15,1%) [2]
- Erhöhung **psychosomatischer Beschwerden**, wie Kopfschmerzen (+18,1%) oder Bauchschmerzen (+15,1%) [5]
- Verschlechterung der Symptome bereits bestehender psychischer Probleme durch Verlust der Tagesstruktur oder außerfamiliärer Interaktionsmöglichkeiten [1]

Abbildung 1: Auswirkungen der Corona-Pandemie auf die psychische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen



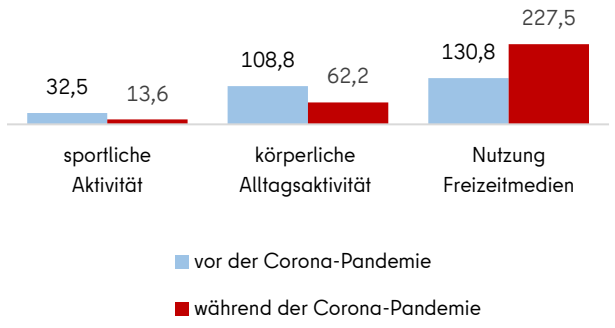
Quelle: eigene Darstellung auf Basis der Ergebnisse der BELLA-Studie und der COPSY-Studie [2]

Bewegungs- und Ernährungsgewohnheiten

Der ohnehin schon vor der Pandemie herausgestellte Mangel an körperlicher Aktivität von Kindern und Jugendlichen hat sich während der Pandemie weiter verschärft, auch wenn zu Beginn der Pandemie zunächst leichte Verbesserungen zu beobachten waren [6]. Auch das Ernährung- und Medienkonsumverhalten veränderte sich während der Pandemie zum Negativen. Im Einzelnen zeigen sich folgende Tendenzen (vgl. Abb. 2):

- 38% der Kinder und Jugendlichen mit verringertem **Bewegungsverhalten**, Anteil wächst mit zunehmendem Alter von 12% (0-2 Jahre) auf bis zu 57% (13-14 Jahre) [7]
- Abnahme der täglichen **körperlichen Alltagsaktivität** um 46,6 Minuten [6]
- Abnahme der täglichen **sportlichen Aktivität** um 18,9 Minuten [6]
- Erhöhung der Nutzung von **Freizeitmedien,** wie Fernsehen, Gaming oder Unterhaltungsmedien um 96,7 Minuten [6] und damit Erhöhung des Risikos für Suchtentwicklung
- zwar verstärkter Konsum von **Obst** (+20%) und **Gemüse** (+14%), aber auch von **Softdrinks** (+18%), **Süßigkeiten** (+20%) und salzigen **Knabbereien** (+18%), negative Ernährungsgewohnheiten nehmen mit steigendem Kindesalter zu [7]
- **Gewichtserhöhung** bei 9% der Kinder und Jugendlichen, bei 10-12-Jährigen sogar bei 21%, Jungen stärker betroffen als Mädchen [7]

Abbildung 2: Bewegungsverhalten und Mediennutzung (in Minuten) vor und während der Corona-Pandemie



Quelle: eigene Darstellung auf Basis der Ergebnisse der MoMo-Studie [6]

Gewalterfahrungen

Durch das Pandemiegeschehen erhöhte sich das Stresslevel und Streit innerhalb der Familie nahm zu [1,8]. Damit stieg auch das Risiko für häusliche Gewalt oder Kindesmisshandlung:

- internationale Untersuchungen zeigen einen Anstieg an Vernachlässigungen, Kindesmisshandlungen und sexueller Gewalt gegenüber Kindern und Jugendlichen in vergleichbaren gesellschaftlichen Krisensituationen [1]
- in Deutschland Anstieg der **Kindeswohlgefährdungen** (+9%) [9]

Soziale Unterschiede

Die Studienlage weist auf vermehrte Probleme bei Kindern und Jugendlichen aus finanziell deprivierten Haushalten, Familien mit geringem Bildungsniveau sowie Familien mit geringer Wohnfläche hin [2,8]. Kinder aus sozial schwächer gestellten Familien gelang es deutlich weniger gut, die Corona-Pandemie und ihre Folgen zu bewältigen. Bei ihnen zeigten sich eine geringere Lebensqualität, stärkere psychische Probleme und schlechtere gesundheitsrelevante Verhaltensweisen.

Literatur

[1] Schlack, R./Neuperdt, L./Hölling, H./De Bock, F./Ravens-Sieberer, U./Mauz, E./Wachtler, B./Beyer, A.-K. (2020): Auswirkungen der COVID-19-Pandemie und der Eindämmungsmaßnahmen auf die psychische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen. Journal of Health Monitoring 5(4). DOI: 10.25646/7173.

[2] Ravens-Sieberer, U./Erhart, M./Devine, J./Gilbert, M./Reiss, F./Barkmann, C./Siegel, N./Simon, A./Hurrelmann, K./Schlack, R./Hölling, H./Wieler, L.H./Kaman, A. (2022): Child and Adolescent Mental Health During the COVID-19 Pandemic: Results of the Three-Wave Longitudinal COPSY Study. Online verfügbar unter: https://ssrn.com/abstract=4024489 (zuletzt geprüft am: 22.02.2022).

[3] Hanewinkel, R./Hansen, J./Neumann, C./Petersen, F.L. (2021): Präventionsradar. Kinder- und Jugendgesundheit in Schulen. Ergebnisbericht 2020/2021. Kiel: Institut für Therapie- und Gesundheitsforschung.

[4] Bujard, M./von den Driesch, E./Ruckdeschel, K./Laß, I./Thönnissen, C./Schumann, A./Schneider, N.F. (2021): Belastungen von Kindern, Jugendlichen und Eltern in der Corona-Pandemie. Köln: Bundesinstitut für Bevölkerungsforschung.

[5] Ravens-Sieberer, U./Kaman, A./Erhart, M./Otto, C./Devine, J./Löffler, C./Hurrelmann, K./Bullinger, M./Barkmann, C./Siegel, N./Simon, A.M./Wieler, L.H./Schlack, R./Hölling, H. (2021): Quality of life and mental health in children and adolescents during the first year of the COVID-19 pandemic: results of a two-wave nationwide population-based study. Eur Child Adolesc Psychiatry. DOI: 10.1007/s00787-021-01889-1.

[6] Schmidt, S.C.E./Burchartz, A./Kolb, S./Niessner, C./Oriwol, D./Hanssen-Doose, A./Worth, A./Woll, A. (2021). Zur Situation der körperlich-sportlichen Aktivität von Kindern und Jugendlichen während der COVID-19 Pandemie in Deutschland: Die Motorik-Modul Studie (MoMo). KIT Scientific Working Papers, 165. DOI: 10.5445/IR/1000133697/v2.

[7] Koletzko, B./Holzapfel, C./Schneider, U./ Hauner, H. (2021): Lifestyle and Body Weight Consequences of the COVID-19 Pandemic in Children: Increasing Disparity. Ann Nutr Metab 77:1–3. DOI: 10.1159/000514186.

[8] Langmeyer, A./Guglhör-Rudan, A./Naab, T./Urlen, M./Winklhofer, U. (2020): Kind sein in Zeiten von Corona. Ergebnisbericht zur Situation von Kindern während des Lockdowns im Frühjahr 2020. Deutsches Jugendinstitut.

[9] Statistisches Bundesamt (2021): 9 % mehr Fälle: Jugendämter melden 2020 Höchststand an Kindeswohlgefährdungen. Online verfügbar unter: https://www.destatis.de/DE/Presse/Pressemitteilungen/2021/07/PD21_350_225.html (zuletzt geprüft am: 21.02.2022).

Bezirksamt Mitte von Berlin
OE Qualitätsentwicklung, Planung und Koordination des öffentlichen Gesundheitsdienstes
QPK 3 Gesundheits- und Sozialberichterstattung
Svea Gille

Stand: 22.02.2022