

Gesundheit und Gesundheitsverhalten Wiener Schüler/innen

1 Einleitung

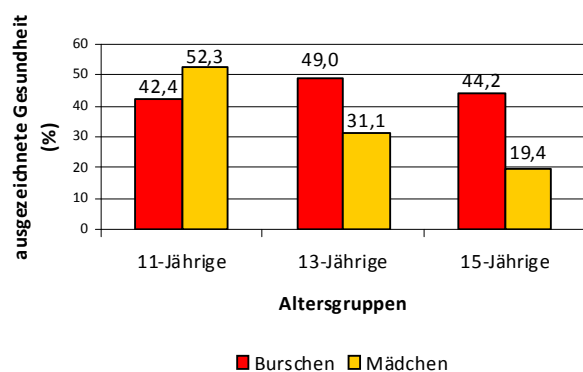
Im Verlauf des 20. Jahrhunderts hat in Bezug auf Gesundheit ein umfassendes Umdenken stattgefunden. Gesundheit wird seither nicht mehr als bloße Abwesenheit von Krankheit, Behinderung und Gebrechen verstanden, sondern im positiven, affirmativen Sinn als Wohlbefinden definiert, das in einem dauerhaften Entwicklungs- und Entfaltungsprozess immer wieder aufs Neue hergestellt werden muss. Sie wird damit zu einer eigenständigen Dimension des menschlichen Lebens, die auch unabhängig von Krankheit und sogar bei völliger Abwesenheit von Krankheit gesteigert oder vermindert werden kann. Dies erfolgt unter Maßgabe individueller und sozialer Bedingungen, die die Entstehung von Gesundheit nachhaltig beeinflussen. Neben dem Gesundheits- und Risikoverhalten und den individuellen Eigenschaften und Erlebensmustern einer Person zählen dazu vor allem die sozialen Verhältnisse und Bedingungen, mit denen Menschen – z.B. am Arbeitsplatz – konfrontiert sind. Verstanden als Ressource und Voraussetzung für die Bewältigung privater und beruflicher Herausforderungen sollte die Gesundheit sowohl im privaten sowie im beruflichen Alltag erhalten gezielt und gefördert werden.

2 Der Gesundheitszustand Wiener Schüler/innen

Rund 39% der 11-, 13- und 15-jährigen Schüler/innen in Wien verfügen über eine »ausgezeichnete« Gesundheit. Knapp die Hälfte (46,3%) der 11- bis 15-Jährigen beschreibt ihre Gesundheit als »gut«, wohingegen 11,7% ihren Gesundheitszustand als »eher gut«, 2,8% sogar als »schlecht« bewerten. Wie für Gesamt-Österreich zeigt sich, dass Mädchen – mit Ausnahme der 11-Jährigen – über eine deutlich schlechtere Gesundheit verfügen: Rund 45% aller Burschen stufen ihre Gesundheit als »ausgezeichnet« ein, aber nur rund ein Drittel der Mädchen. Umgekehrt gilt, dass rund 18% der Mädchen von einer deutlich eingeschränkten Gesundheit berichten (»eher gut« oder »schlecht«), während dies „nur“ auf 11,3% der Burschen zutrifft. Eine altersbedingte Verschlechterung der Gesundheit lässt sich – im Gegensatz zu den österreichischen Gesamtergebnissen – nur bei den Mädchen beobachten (Grafik 1). Sie zeigt sich darin, dass rund 29% der 15-jährigen Mädchen ihre Gesundheit nur noch als »eher gut« oder »schlecht« bewerten.

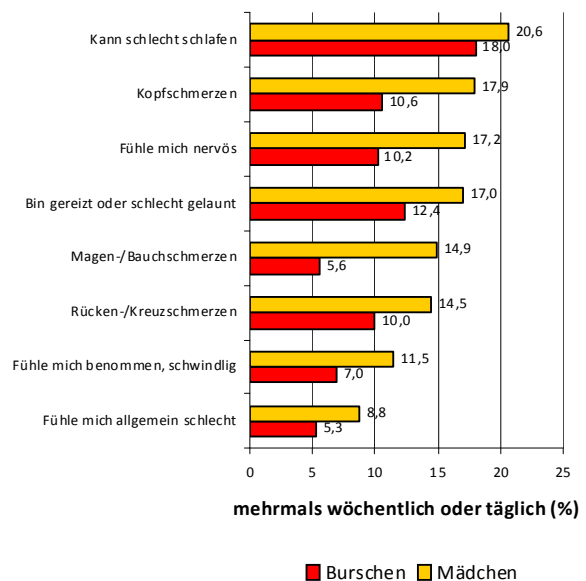
Ein hohes Maß an Lebenszufriedenheit wird von rund 38% der Schüler/innen berichtet, während 16,4% nur sehr eingeschränkt mit ihrem derzeitigen Leben zufrieden sind. Diesbezüglich zeigen sich keine Unterschiede zwischen den Geschlechtern, jedoch eine deutliche Abnahme mit dem Alter. Sind noch 54% der 11-jährigen Wiener/innen mit ihrem Leben uneingeschränkt zufrieden, so trifft dies bei den 15-Jährigen nur noch auf 21% zu.

Grafik 1: ausgezeichnete Gesundheit der 11-, 13- und 15-jährigen Schüler/innen in Wien, dargestellt nach Alter und Geschlecht



Von mehrmals wöchentlich oder täglich auftretenden psychischen oder körperlichen Beschwerden sind rund 45% der Wiener Schüler/innen betroffen, wobei jede/r vierte Schüler/in (24,4%) bereits von zwei oder mehr dieser Beschwerden in dieser Regelmäßigkeit berichtet. Mehrheitlich handelt es sich dabei um Einschlafstörungen (19,3%), Gereiztheit (14,7%), Kopfschmerzen (14,4%) und Nervosität (13,8%). Für ausnahmslos alle Beschwerden gilt, dass Mädchen häufiger davon betroffen sind (Grafik 2). Außerdem zeigt sich, dass Mädchen mit dem Älterwerden häufiger unter Kopf-, Bauch-, Rückenschmerzen, Gereiztheit und Schwindel leiden, während bei den Burschen mit dem Älterwerden eher eine Abnahme der Beschwerden zu verzeichnen ist.

Grafik 2: Psychische und körperliche Beschwerden (wöchentlich oder täglich) bei 11-, 13- und 15-jährigen Schüler/innen in Wien, dargestellt nach Geschlecht



Von Übergewicht und Adipositas sind rund 15,1% der 11- bis 15-jährigen Schüler/innen betroffen. Nennenswerte Altersunterschiede zeigen sich diesbezüglich nicht. Ein Vergleich der Geschlechter verdeutlicht, dass Burschen (21,8%) im Gegensatz zu den Mädchen (8,7%) beinahe dreimal so häufig einen erhöhten BMI aufweisen. Hinzu kommt, dass der Anteil übergewichtiger bzw. adipöser Schüler/innen etwa um ein Drittel unterschätzt wird, da die Daten auf einem Selbstbericht von Körpergröße und Körpergewicht beruhen.

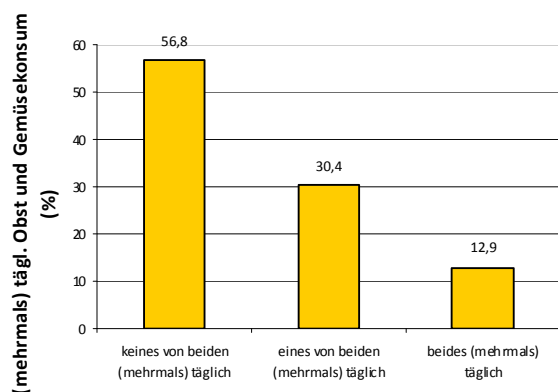
3 Das Gesundheits- und Risikoverhalten Wiener Schüler/innen

Ernährungsgewohnheiten

11- bis 15-jährige Wiener/innen frühstücken durchschnittlich an 4,5 Tagen einer Woche. Mit dem Älterwerden nimmt diese Häufigkeit jedoch bei den Mädchen ab.

Obst wird von 16,4% der Schüler/innen – wie von Expert/inn/en empfohlen („5x am Tag“) – mehrmals täglich konsumiert. Mindestens täglich greifen rund 37% der 11- bis 15-Jährigen zu Bananen, Äpfel und Konsorten. Umgekehrt konsumiert rund jedes fünfte Wiener Schulkind in den befragten Altersgruppen nur einmal wöchentlich oder seltener Obst. Insgesamt gilt dabei, dass Mädchen regelmäßiger Obst zu sich nehmen als Burschen, wenngleich dieses Verhalten mit dem Älterwerden abnimmt.

Grafik 3: (Mehr) täglicher Obst- und Gemüsekonsum von 11-, 13- und 15-jährigen Schüler/innen in Wien



Gemüse wird von rund 19% der 11- bis 15-jährigen Wiener/innen täglich verspeist. Mehrmals täglich – wie von Expert/inn/en gefordert – wird dies lediglich von 7,8% der Schüler/innen getan. Noch drastischer als dies für das Obst gilt, zeigt sich, dass rund 34% der Schüler/innen nur einmal pro Woche oder seltener Gemüse konsumieren. Zusammengefasst zeigt sich damit, dass nur 12,9% der 11- bis 15-jährigen Schüler/innen in Wien täglich Obst und Gemüse konsumieren (Grafik 3).

Diäten werden von rund 17% der Wiener Schüler/innen gemacht. Vermehrt gilt dies für die Schülerinnen (19,1%), weniger häufig hingegen für ihre männlichen Altersgenossen (13,7%). Während bei den Burschen das Abhalten von Diäten mit dem Älterwerden abnimmt, ist bei den Mädchen ein sprunghafter Anstieg zwischen dem 13. (13,6%) und 15. Lebensjahr (28,2%) zu verzeichnen.

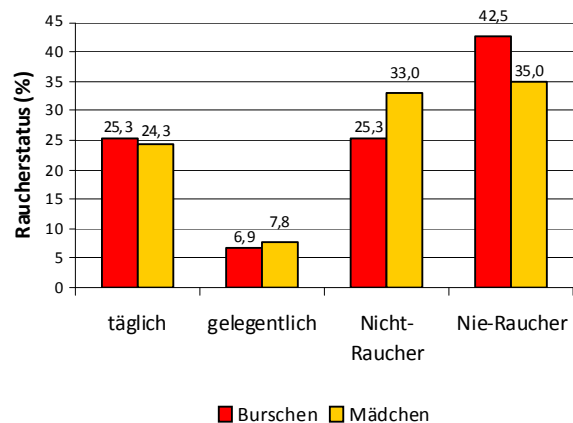
Bewegungsverhalten

Körperlich aktiv, sodass sie ins Schwitzen geraten und außer Atem kommen, sind Wiener Schüler/innen durchschnittlich an vier Tagen der Woche. Dies gilt etwas häufiger für Burschen (4,4 Tage/Woche) als für die Mädchen (3,6 Tage/Woche). Mit dem Älterwerden der Schüler/innen zeigt sich eine deutliche Abnahme im Bewegungsverhalten (vor allem zwischen dem 13. und 15. Lebensjahr), wobei Burschen in allen Altersgruppen deutlich häufiger körperlich aktiv sind. Tägliche Bewegung – wie von Experten empfohlen – steht bei rund einem Viertel aller 11- und 13-Jährigen Schüler/innen auf der Tagesordnung, während bei den 15-Jährigen nur noch jede/r zehnte Schüler/in (9,5%) diesen Forderungen gerecht wird.

Tabakkonsum

35% der Wiener Schüler/innen im Alter von 11, 13 und 15 Jahren haben bereits mit Tabak (zumeist Zigaretten) experimentiert. Rund ein Drittel geht über dieses Experimentierverhalten hinaus und greift bereits regelmäßig zur Zigarette. Insgesamt geben rund 11% aller 11-, 13- und 15-jährigen Schüler/innen an, täglich zu rauchen. Dieses Verhalten nimmt mit dem Älterwerden deutlich zu und gipfelt bei den 15-Jährigen in einem Anteil von rund 25% (Grafik 4), während knapp 38% der 15-jährigen noch nie in ihrem Leben geraucht haben. Dies trifft auf Burschen etwas häufiger zu als auf Mädchen, wohingegen sich die Geschlechter im aktuellen Tabakkonsum (tägliches bzw. gelegentliches Rauchen) nicht nennenswert voneinander unterscheiden.

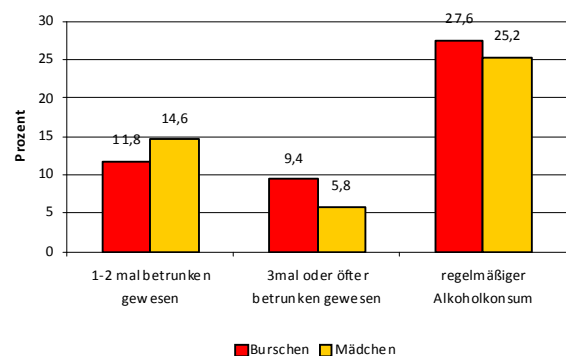
Grafik 4: Raucherstatus der 15-jährigen Schüler/innen in Wien, dargestellt nach Geschlecht



Alkoholkonsum

Rund 11% der 11-, 13- und 15-jährigen Schüler/innen konsumieren regelmäßig, d.h. wöchentlich oder öfter, alkoholische Getränke, obwohl dies per Gesetz für diese Altersgruppe verboten wäre. Erwartungsgemäß nimmt dieses Verhalten mit dem Älterwerden der Schüler/innen zu. 26% der 15-jährigen Schüler/innen konsumieren demnach regelmäßig Alkohol. Weiters berichten rund 11% der Wiener Schüler/innen, innerhalb der letzten 30 Tage betrunken gewesen zu sein. Für 3,5% war dies sogar dreimal oder öfter der Fall. Am stärksten ausgeprägt findet sich dieses Verhalten bei den 15-Jährigen, wo bereits jede/r Fünfte in den vergangenen 30 Tagen mindestens einmal betrunken war. Burschen und Mädchen unterschieden sich dabei nur marginal in ihrem Konsum- und Trinkverhalten (Grafik 5).

Grafik 5: Regelmäßiger Alkoholkonsum (wöchentlich oder öfter) und Trunkenheit bei 15-jährigen Schüler/innen in Wien, dargestellt nach Geschlecht



Cannabiskonsum

17,6% der 15-jährigen Schüler/innen berichten, bereits Cannabis konsumiert zu haben. In den letzten zwölf Monaten taten dies 10,6% der befragten Burschen und Mädchen, während dies – bezogen auf die letzten 30 Tage – auf 4,7% der 15-jährigen Wiener/innen zutrifft.

4 Fazit

Zusammengefasst zeichnen die Ergebnisse ein vielschichtiges Bild, was die Gesundheit und das Gesundheits- bzw. Risikoverhalten Wiener Schüler/innen anbelangt. Hinsichtlich der Gesundheit zeigt sich dabei, dass es deutliche Unterschiede im Gesundheitszustand von Schülerinnen und Schülern – zu Ungunsten der Mädchen, von 11-, 13- und 15-Jährigen – zu Ungunsten der Älteren – gibt. Ersteres gilt auch hinsichtlich des Ernährungs- und Bewegungsverhaltens. Letzteres vor allem für den Alkohol- und Tabakkonsum.

Insgesamt gilt, dass Wiener Schüler/innen deutliche Gesundheitseinschränkungen aufweisen und teils ungünstiges Gesundheits- bzw. Risikoverhalten an den Tag legen. Gesundheitsförderungsprogramme und -maßnahmen für Schüler/innen wären demnach mehr als nur angezeigt. Hilfe und Unterstützung kann sowohl beim Wiener Netzwerk Gesundheitsfördernde Schulen, bei der Schulservicestelle der WGKK, beim Wiener Stadtschulrat, bei anderen regionalen Anbietern sowie überregionalen Initiativen gefunden werden (siehe LINKS).

5 LINKS

<http://www.wig.or.at/>, <http://www.wiengs.at/>, <http://www.gesundeschule.at/>,
<http://www.schulpsychologie.at/>, <http://www.wgkk.at>

Die dargestellten Ergebnisse beruhen auf den Wiener Daten des 7. österreichischen „Health-Behaviour in School-aged Children (HBSC)“ Survey (Schuljahr 2005/06), einer internationalen, sozialepidemiologischen Studie (Projektleitung: Univ. Doz. Mag. Dr. Wolfgang Dür).

Die HBSC-Studie wird vom Bundesministerium für Gesundheit beauftragt und in seiner Umsetzung vom Bundesministerium für Unterricht, Kunst und Kultur unterstützt.

Autoren dieses Factsheets:

Robert Griebler, Waldemar Kremser, Wolfgang Dür

Ludwig Boltzmann Institute Health Promotion Research

Nähere Informationen zur Studie unter: <http://lbihpr.lbg.ac.at> oder www.hbsc.org

IMPRESSUM:

Wiener Gesundheitsförderung - WiG

Treustr. 35-43/Stg.6/1.Stock

1200 Wien