

Weißbuch Prävention 2010/2011

Gesund jung?!

Herausforderung für die Prävention und Gesundheitsförderung
bei Jugendlichen und jungen Erwachsenen

Weißbuch Prävention 2010/2011

Gesund jung?!

Herausforderung für die Prävention und
Gesundheitsförderung bei Jugendlichen
und jungen Erwachsenen

Herausgeber:

KKH-Allianz

Gesetzliche Krankenversicherung

Karl-Wiechert-Allee 61

30625 Hannover

Telefon 0511 2802 0

Telefax 0511 2802 3499

www.kkh-allianz.de

In Zusammenarbeit mit

Medizinische Hochschule Hannover

Institut für Epidemiologie, Sozialmedizin und Gesundheitssystemforschung

Projektleitung: Prof. Dr. Ulla Walter (wiss. Bearbeitung)

Carl-Neuberg-Str. 1

30623 Hannover

Telefon 0511 532-0

www.mh-hannover.de

ISBN 978-3-642-16709-6 Springer-Verlag Berlin Heidelberg New York

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Dieses Werk ist urheberrechtlich geschützt. Die dadurch begründeten Rechte, insbesondere die der Übersetzung, des Nachdrucks, des Vortrags, der Entnahme von Abbildungen und Tabellen, der Funksendung, der Mikroverfilmung oder der Vervielfältigung auf anderen Wegen und der Speicherung in Datenverarbeitungsanlagen, bleiben, auch bei nur auszugsweiser Verwertung, vorbehalten. Eine Vervielfältigung dieses Werkes oder von Teilen dieses Werkes ist auch im Einzelfall nur in den Grenzen der gesetzlichen Bestimmungen des Urheberrechtsgesetzes der Bundesrepublik Deutschland vom 9. September 1965 in der jeweils geltenden Fassung zulässig. Sie ist grundsätzlich vergütungspflichtig. Zuwiderhandlungen unterliegen den Strafbestimmungen des Urheberrechtsgesetzes.

Um das Weißbuch schneller und einfacher lesbar zu machen, wird nicht zwischen »weiblicher« und »männlicher« Schreibweise unterschieden.

Springer Medizin

Springer-Verlag GmbH

Ein Unternehmen von Springer Science+Business Media

springer.de

© Springer-Verlag Berlin Heidelberg 2011

Die Wiedergabe von Gebrauchsnamen, Warenbezeichnungen usw. in diesem Werk berechtigt auch ohne besondere Kennzeichnung nicht zu der Annahme, dass solche Namen im Sinne der Warenzeichen- und Markenschutzgesetzgebung als frei zu betrachten wären und daher von jedermann benutzt werden dürften.

Produkthaftung: Für Angaben über Dosierungsanweisungen und Applikationsformen kann vom Verlag keine Gewähr übernommen werden. Derartige Angaben müssen vom jeweiligen Anwender im Einzelfall anhand anderer Literaturstellen auf ihre Richtigkeit überprüft werden.

Planung: Renate Scheddin, Heidelberg

Projektmanagement: Ulrike Dächert, Heidelberg

Abbildung Kolummentitel für Kapitel 4: © photos.com PLUS

Abbildung Kolummentitel für Kapitel 2, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10 © Veer

Einbandgestaltung: deblik Berlin

Satz: TypoStudio Tobias Schaedla, Heidelberg

Druck: Stürtz AG, Würzburg

SPIN 12982448

Gedruckt auf säurefreiem Papier 5141 – 5 4 3 2 1 0

Inhaltsverzeichnis

1	Gesund jung?! Herausforderung für die Prävention und Gesundheitsförderung bei Jugendlichen und jungen Erwachsenen – ein Vorwort	1
2	Die Lebensphase Adoleszenz und junge Erwachsene – gesellschaftliche und altersspezifische Herausforderungen zur Förderung der Gesundheit	3
2.1	Erwachsenwerden: Aufbruch und Veränderung – eine Einführung	3
2.1.1	Jugend, Adoleszenz, frühes Erwachsenenalter, Pubertät: eine Begriffsklärung	4
2.1.2	Schutzfaktoren und ihre Relevanz für die Gesundheit	5
2.1.3	Gesellschaftliche und gesundheitsbezogene Herausforderungen	7
2.2	Die Lebensphase Adoleszenz – körperliche, psychische und soziale Entwicklungsaufgaben und ihre Bewältigung	11
2.2.1	Was ist Jugend?	11
2.2.2	Strukturelle Entwicklungslinien	13
2.2.3	Vielgestaltigkeit der Jugend	13
2.2.4	Riskante Verhaltenspraktiken	14
2.2.5	Prävention	17
2.2.6	Fazit	20
2.3	Herausforderungen und Schwerpunkte für die Prävention bei 12- bis 21-Jährigen – ein Interview	22
2.4	Europäische Strategien für Kinder und Jugendliche zur Förderung von Gesundheit und Entwicklung	24
2.4.1	Die Strategie – Was ist sie und was ist sie nicht?	24
2.4.2	Das Handbuch	25
2.4.3	Implementierung der Strategie	25
2.4.4	Beispiele guter Praxis	26
2.5	Anhang: European strategy for child and adolescence – promoting health and development	27
2.5.1	Introduction	27
2.5.2	The Strategy – what it is, and what it is not	27
2.5.3	The Toolkit	28
2.5.4	Implementing the Strategy	28
2.5.5	Examples of good practise	29
3	Gesundheit, gesundheitliche Beeinträchtigungen und Ansätze der Prävention in der Lebensphase Adoleszenz und junges Erwachsenenalter	31
3.1	Jugendliches Ernährungs- und Bewegungsverhalten	33
3.1.1	Ernährungsverhalten	33
3.1.2	Bewegungsverhalten	34
3.1.3	Ansätze und Beispiele für die Prävention	35
3.2	Über-, Unter- und Normalgewicht	36
3.2.1	Ansätze und Beispiele für die Prävention	38
3.3	Mundhygiene	39
3.3.1	Ansätze und Beispiele für die Prävention	39
3.4	Impfstatus	41
3.4.1	Ansätze und Beispiele für die Prävention	42
3.5	Psychische Gesundheit	42
3.5.1	Ansätze und Beispiele für die Prävention	44
3.6	Alkohol, Tabak und andere Drogen	45
3.6.1	Verbreitung des Alkoholkonsums unter Jugendlichen	45
3.6.2	Jugendliche Raucher	47
3.6.3	Illegaler Drogenkonsum	48
3.6.4	Ansätze und Beispiele für die Prävention	49
3.7	Medienkonsum	51
3.8	Gewalterfahrungen	54
3.8.1	Erfahrungen als Opfer	54
3.8.2	Erfahrungen als Täter	54
3.8.3	Ansätze und Beispiele für die Prävention	55
4	Jugendliche im Spiegel des Versorgungsgeschehens: Analyse der Routedaten der KKH-Allianz für die Altersgruppe der 12- bis 21-Jährigen	61
4.1	Stellenwert einzelner Krankheiten bei 12- bis 21-Jährigen	62
4.1.1	Diagnosen im ambulant-ärztlichen Bereich	62
4.1.2	Diagnosen im stationären Bereich	65
4.1.3	Zwischenfazit	68
4.2	Psychische Störungen	68
4.2.1	Psychische Störungen bei 12- bis 21-Jährigen	69
4.2.2	Psychische Störungen nach Bundesländern	71
4.2.3	Psychische Störungen und körperliche Allgemeinbeschwerden	72
4.2.4	Zwischenfazit	74
4.3	ADHS	74
4.3.1	ADHS bei 12- bis 21-Jährigen	75
4.3.2	ADHS nach Bundesländern	75
4.3.3	ADHS und Arzneimittelverordnungen	76

4.3.4	ADHS und andere psychische Störungen	78	6.1.1	Öffentliche Gesundheitskampagnen: Definition und Abgrenzungen	126
4.3.5	Zwischenfazit	79	6.1.2	Fokus »Sucht« einerseits und »Jugend« andererseits	127
4.4	Störungen durch Alkohol	79	6.1.3	Systemmodell öffentlicher Gesundheitskampagnen	127
4.4.1	Störungen durch Alkohol bei 12- bis 21-Jährigen	80	6.1.4	Leitsätze für erfolgreiche Kampagnenpraxis	133
4.4.2	Störungen durch Alkohol – mehrfache Krankenhauseinweisungen	82	6.2	Kampagnen zur Suchtprävention in der Praxis	134
4.4.3	Störungen durch Alkohol nach Bundesländern	83	6.2.1	Grundlagen bundesweiter Suchtprävention	134
4.4.4	Störungen durch Alkohol im Altersvergleich	84	6.2.2	Die »rauchfrei«-Jugendkampagne	135
4.4.5	Zwischenfazit	86	6.2.3	»NA TOLL!« und »Alkohol? Kenn dein Limit.« – Einsatz von Peer-Teams als ergänzende Präventionsstrategie	137
4.5	Kopfschmerzen	86	6.3	Alkoholabhängigkeit: Risikofaktoren und Präventionsmöglichkeiten	139
4.5.1	Kopfschmerzen bei 12- bis 21-Jährigen	86	6.3.1	Prävalenz	139
4.5.2	Kopfschmerzen nach Bundesländern	88	6.3.2	Risikofaktoren	139
4.5.3	Kopfschmerzen und psychische Störungen	89	6.3.3	Gen-Umwelt-Interaktion	140
4.5.4	Zwischenfazit	90	6.3.4	Genetische Prädisposition	140
4.6	Fazit	91	6.3.5	Prävention	141
2.7	Anhang	92	6.4	Wirksamkeit familienbasierter Interventionen zur Prävention und Behandlung von Substanzabhängigkeit	142
5	Die Rolle von Ernährung und Bewegung	95	6.4.1	Risiko- und Protektivfaktoren	142
5.1	Ernährung im Wandel?! Essverhalten und Risiken	95	6.4.2	Familienbasierte Präventionsansätze	142
5.1.1	Soziokulturelle Rahmenbedingungen	95	6.4.3	Familienbasierte Behandlungsansätze	144
5.1.2	Was Jugendliche heute essen	99	6.4.4	Schlussfolgerung	145
5.1.3	Übergewicht und Adipositas – Risiko für Jugendliche und junge Erwachsene?	103	6.5	Probleme des Suchtmittelkonsums aus der Perspektive einer Drogenbeauftragten – ein Interview	147
5.1.4	Gesundheitsförderung und Prävention	106	6.6	Tom und Lisa feiern eine Party – ein Projekt zur Alkoholprävention an Schulen	149
5.2	Bewegung und körperlich-sportliche Aktivität im Kontext einer gesunden Entwicklung	110	6.6.1	Prävention konkret	150
5.2.1	Neue Morbidität, Salutogenese und Ressourcen – Einleitende Bemerkungen	110	6.6.2	Evaluation	151
5.2.2	Körperliche Aktivität und körperliche Inaktivität	111	7	Psychische Gesundheit und Sexualität – Anforderungen an Familie und Schule	153
5.2.3	Zum Zusammenhang von körperlich-sportlicher Aktivität und Gesundheit	112	7.1	Psychische Gesundheitsförderung im Jugendalter	153
5.2.4	Körperlich-sportliche Aktivität und die Gefährdung von Gesundheit	114	7.1.1	Besondere Anforderungen an Präventionsprogramme	154
5.2.5	Fazit und Ausblick	116	7.1.2	Ressourcen und positive Entwicklung von Jugendlichen	154
5.3	Interdisziplinäre Schulung für stark Übergewichtige: Das Programm move & eat & more	118	7.1.3	Wirksamkeit von Präventionsansätzen	155
5.3.1	Ziele und Zielgruppen zur Gewichtsreduktion im Kindes- und Jugendalter	118	7.1.4	POPS – ein schulbasiertes Präventionsprogramm	156
5.3.2	Relevanz einer Intervention bei übergewichtigen Kinder und Jugendlichen	119	7.1.5	Zusammenfassung und Ausblick	158
5.3.3	Innovative Ansätze des Therapieprogramms move & eat & more	120	7.2	Stress und Stressregulation im Jugendalter	159
5.3.4	Fazit	123	7.2.1	Physiologische Grundlagen	159
6	Suchtmittelkonsum	125	7.2.2	Zunehmende Stressreaktivität im Jugendalter	160
6.1	Jugendliche gezielt erreichen: Strategien für erfolgreiche Kommunikationskampagnen	125	7.2.3	Kritische Lebensereignisse, normative und alltägliche Stressoren	160

7.2.4	Risiko- und Schutzfaktoren	161	8.3.2	Projektziel und methodisches Vorgehen	192
7.2.5	Stresswirkungen	161	8.3.3	Zentrale Untersuchungsergebnisse und Handlungsempfehlungen	192
7.2.6	Anforderungen und Belastungen	162	8.3.4	Fazit für die Praxis	194
7.2.7	Ansatzpunkte für Prävention und Intervention	163			
7.2.8	Fazit	165	9	Eine Frage der Erziehung – Kompetenzen von Familie und Schule	195
7.3	Aufmerksamkeitsdefizit-/Hyperaktivitätsstörungen im Jugendalter – Symptomatik, Auswirkungen und Verlauf	166	9.1	Erziehung und Elternkompetenzen in Familien mit Jugendlichen	195
7.3.1	Welche besonderen Merkmale und Risiken weisen Jugendliche mit ADHS auf?	166	9.1.1	Einleitung	195
7.3.2	Begleitsymptomatik	166	9.1.2	Programme zur Stärkung der elterlichen Erziehungskompetenzen im Jugendalter	199
7.3.3	Antisoziales Verhalten, Delinquenz und Substanzmissbrauch	166	9.1.3	Zusammenfassung und Ausblick	200
7.3.4	Ansätze zur Prävention und Edukation	167	9.2	Gesund Leben Lernen – ein Projekt zur schulischen Gesundheitsförderung	201
7.4	Jugendsexualität heute	168	9.2.1	Ziele	202
7.4.1	Sexualwesen Mensch – eine Begriffsklärung	168	9.2.2	Methodisches Vorgehen	202
7.4.2	Sexualverhalten Jugendlicher heute	169	9.2.3	Ergebnisse der Modellphase	203
7.4.3	Schwangerschaften im Kindes-, Jugend- und jungen Erwachsenenalter	171	9.2.4	Übertragung auf Landesebene	203
7.4.4	Kontrazeption als gemeinsame Aufgabe der Sexualpartner	177	9.2.5	GLL in der Präventionsforschung	204
7.4.5	HIV und AIDS ein Risiko bei ungeschütztem Geschlechtsverkehr	178	9.2	Medien und Schule	204
7.4.6	Wichtige Untersuchungsbefunde und Zusammenfassung	178	9.2.1	Einleitung	204
			9.2.2	Problematischer Medienkonsum	205
8	Die besondere Situation: Arbeitslosigkeit und soziale Benachteiligung	181	9.2.3	Schulische Präventionsstrategien	210
8.1	Jugendarbeitslosigkeit, psychosoziale Auswirkungen und Ansatzpunkte zur Prävention	181	9.2.4	Fazit	213
8.1.1	Einleitung	181	9.3	Gewalt im Jugendalter – Interview mit Prof. Dr. Christian Pfeiffer	214
8.1.2	Gesundheitliche Auswirkungen	182			
8.1.3	Jugendliche Arbeitslose: Das EU-Projekt YUSEDER	183	10	Gesundheitliche Beeinträchtigungen bei Adoleszenten und jungen Erwachsenen – ein Expertengespräch zur aktuellen Situation und zu Perspektiven der Prävention	217
8.1.4	Ansatzpunkte zur Prävention von Jugendarbeitslosigkeit	184	11	Ausblick	229
8.1.5	Schlussfolgerungen	188			
8.2	Soziale Benachteiligung im Jugendalter: gesundheitliche Auswirkungen und soziales Kapital als Ressource der Gesundheitsförderung	189			
8.2.1	Datengrundlage	189			
8.2.2	Zusammenhang von sozialer und gesundheitlicher Ungleichheit im Jugendalter	189			
8.2.3	Die Wirkungen sozialen Kapitals auf die Gesundheit von Jugendlichen	190			
8.2.4	Schlussfolgerungen für die Gesundheitsförderung	191			
8.3	Mehr als gewohnt. Stadtteile machen sich stark für die Gesundheitsförderung von jungen Menschen – ein Praxisprojekt	192			
8.3.1	Ausgangslage und Hintergrund	192			

Autorenverzeichnis

Koautoren

Dirk Baier

KFN Kriminologisches Forschungsinstitut Niedersachsen e.V., Hannover

Vivian Barnekow

WHO World Health Organisation, Regional Büro Europa, Kopenhagen, Dänemark

Dr. Gert Beelmann

QUOTAC Management GmbH und Lehrbeauftragter im Studiengang Psychologie der Universität Bremen, Bremen

Prof. Dr. Stefan Bleich

Medizinische Hochschule Hannover, Klinik für Psychiatrie, Sozialpsychiatrie und Psychotherapie, Hannover

Prof. Dr. Heinz Bonfadelli

Universität Zürich, IPMZ – Institut für Publizistikwissenschaft und Medienforschung, Zürich, Schweiz

Prof. Dr. Hans Peter Brandl-Bredenbeck

Universität Paderborn, Department Sport und Gesundheit, Arbeitsbereich »Sport und Erziehung«, Paderborn

Christa Böhme

Deutsches Institut für Urbanistik, Berlin

Anja Busse

UNODC – United Nations Office on Drugs and Crime, Wien, Österreich

Catrin Drewes

CD Healthcare, Hamburg

Dr. Annemarie Heberlein

Medizinische Hochschule Hannover, Klinik für Psychiatrie, Sozialpsychiatrie und Psychotherapie, Hannover

PD Dr. Thomas Hillemacher

Medizinische Hochschule Hannover, Klinik für Psychiatrie, Sozialpsychiatrie und Psychotherapie, Hannover

Prof. Dr. Thomas Kieselbach

Universität Bremen/Förderwerk Bremen, Institut für Psychologie der Arbeit, Arbeitslosigkeit und Gesundheit (IPG), Bremen

Prof. Dr. Andreas Klocke

Fachhochschule Frankfurt am Main, Fachbereich Soziale Arbeit und Gesundheit, Frankfurt am Main

Prof. Dr. Norbert Kluge

Universität Landau, Forschungsstelle für Sexualwissenschaft und Sexualpädagogik, Landau

Hanna-Kathrin Kraaibeek

Kraaibeek GmbH, Pinneberg

Heidi Kuttler

Villa Schöpfung gGmbH, Zentrum für Suchtprävention, Lörrenz

Peter Lang

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung, Köln

Prof. Dr. Gerd Lehmkuhl

Universitätsklinik Köln, Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie, Köln

Prof. Dr. Arnold Lohaus

Universität Bielefeld, Fakultät für Psychologie und Sportwissenschaft, Bielefeld

Dr. Anne Pauly

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung, Köln

Prof. Dr. Elisabeth Pott

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung, Köln

Dr. Dr. Jürgen Raitchel

Youth Trend – Freies Institut für Jugendforschung, Konstanz

Regine Rehaag

KATALYSE – Institut für angewandte Umweltforschung, Köln

Dr. Bettina Reimann

Deutsches Institut für Urbanistik, Berlin

Prof. Dr. Ralf Sygusch

Johannes Gutenberg Universität, Abteilung Sportpädagogik/-psychologie, Mainz

PD Dr. Bert te Wildt

Medizinische Hochschule Hannover, Klinik für Psychiatrie, Sozialpsychiatrie und Psychotherapie, Hannover

Gabriele Tils

KATALYSE-Institut für angewandte Umweltforschung, Köln

Prof. Dr. Sabine Walper

Ludwig-Maximilians-Universität, Fakultät für Psychologie und Pädagogik, München

Prof. Dr. Petra Warschburger

Universität Potsdam, Department Psychologie, Potsdam

Frank Waskow

KATALYSE-Institut für angewandte Umweltforschung, Köln

Dr. Eva-Verena Wendt

Ludwig-Maximilians-Universität, Fakultät für Psychologie und Pädagogik, München

Irmtraut Windel

Landesvereinigung für Gesundheit und Akademie für Sozialmedizin Niedersachsen e.V., Hannover

Interview

Dr. Sabine Brägelmann-Tan

Landesdrogenbeauftragte des Niedersächsischen Ministeriums für Soziales, Frauen, Familie, Gesundheit und Integration, Hannover

Prof. Dr. Jochen H. H. Ehrich

Medizinischen Hochschule Hannover, Abteilung für pädiatrische Nieren-, Leber- und Stoffwechselerkrankung, Hannover

Prof. Dr. Heiner Keupp

Ludwig-Maximilians-Universität München, Fakultät für Psychologie und Pädagogik, München

Prof. Dr. Christian Pfeiffer

Kriminologisches Forschungsinstitut Niedersachsen (KFN) e. V., Hannover

Prof. Dr. Elisabeth Pott

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung, Köln

Prof. Dr. Thomas Rauschenbach

Technische Universität Dortmund, Fachbereich Erziehungswissenschaft und Soziologie, Dortmund

Prof. Dr. Ulrike Ravens-Sieberer

Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf, Forschungsgruppe »Child Public Health«, Hamburg

Dr. Ursula von der Leyen

Bundesministerin für Arbeit und Soziales, MdB, Berlin

Statements

Prof. Dr. Eva Barlösius

Leibniz Universität, Institut für Soziologie und Sozialpsychologie, Hannover

Ingo Weiss

Deutsche Sportjugend im Deutschen Olympischen Sportbund, Frankfurt am Main

Prof. Dr. Bardo Herzig

Universität Paderborn, Institut für Erziehungswissenschaften, Paderborn

Dr. Alfons Holleederer

Landesinstitut für Gesundheit und Arbeit NRW, Bielefeld

Prof. Dr. Klaus Hurrelmann

Professor of Public Health and Education, Hertie School of Governance, Berlin

Thomas Kliche

Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf (UKE), Institut und Poliklinik für Medizinische Psychologie, Forschungsgruppe Versorgung und Qualität in der Prävention, Hamburg

Dr. Doris Pfeiffer

GKV-Spitzenverband, Berlin

Dr. Martina Pötschke-Langer

Deutsches Krebsforschungszentrum, Stabsstelle Krebsprävention, Heidelberg

Prof. Dr. Oliver Razum

Universität Bielefeld, Fakultät für Gesundheitswissenschaften, Bielefeld

Prof. Dr. Bernd Röhrle

Philipps-Universität Marburg, Klinische Psychologie und Psychotherapie, Marburg

Helga Strube

Deutsche Gesellschaft für Ernährung e. V., Sektion Niedersachsen, Hannover

Prof. Dr. Rudolf Tippelt

Ludwig-Maximilians-Universität München, Institut für Pädagogik, München

Dr. Birgit Wallmann

Zentrum für Gesundheit der Deutschen Sporthochschule Köln, Köln

Redaktionsgruppe MHH/ ISEG

Medizinische Hochschule Hannover (MHH), Institut für Epidemiologie, Sozialmedizin und Gesundheitssystemforschung in Zusammenarbeit mit dem Institut für Sozialmedizin, Epidemiologie und Gesundheitssystemforschung (ISEG) e. V., Witten/Hannover

Prof. Dr. Ulla Walter

Projektleitung und wissenschaftliche Bearbeitung

Dipl.-Soz.-Wiss. Hans Dörning

Dr. Miriam G. Gerlich, MPH

Projektassistenz, Koordination und Redaktion

Dipl.-Kfm. Sebastian Liersch, MPH

Wissenschaftlicher Mitarbeiter

Dipl.-Pathologin Nicole Teichler

Projektassistenz, Koordination und Redaktion

Dipl.-Psych. Andrea Schneider

Dipl.-Soz.-Wiss. Kathrin Wahnschaffe