

Anja Kroke

## **Ernährungs- und Gesundheitssituation von Kindern und Jugendlichen in Deutschland: Handlungsbedarfe und Handlungsoptionen im Kontext von Ernährung in der Schule**

Chronische Erkrankungen sowie ein hohes Lebenszeitrisiko für ernährungsmitbedingte chronische Erkrankungen stellen aktuelle Herausforderungen im Public Health (Nutrition) Bereich im Kontext der Kindergesundheit dar. Der Schule als Setting für Gesundheitsförderung & Prävention kommt dabei eine Schlüsselrolle zu. Ein Blick auf aktuelle Daten zeigt Handlungsbedarfe und Handlungspotentiale auf.

**Schlüsselwörter:** Kinder, Gesundheit, Ernährung, Public Health Nutrition, Handlungsbedarfe

### **Nutrition and health situation of children and adolescents in Germany: Need for and options for action in the context of nutrition at school**

Chronic diseases and a high lifetime risk of diet-related chronic diseases are current challenges in the public health (nutrition) sector in the context of child health. The school as a setting for health promotion and prevention plays a key role. A look at current data reveals needs for action and potentials for action.

**Keywords:** children, health, nutrition, public health nutrition, need for action

---

## **1 Allgemeines zur Gesundheitssituation von Kindern und Jugendlichen in Deutschland**

Der allgemeine Gesundheitszustand von Kindern und Jugendlichen in Deutschland ist charakterisiert durch eine historisch niedrige Säuglings- und Kindersterblichkeit und durch eine gesunkene Prävalenz von „Kindererkrankungen“, insbesondere im Bereich der Infektionserkrankungen (Kuntz, 2018). Verbesserte Hygiene, ausreichende Ernährung und umfangreiche Impfangebote haben dies ermöglicht. Hingegen ist im Bereich der chronischen Erkrankungen bzw. Gesundheitsbeeinträchtigungen ein Anstieg zu verzeichnen, vor allem bezüglich psychischer Probleme und Entwicklungsstörungen (Kuntz, 2018). Bei diesen Gesundheitsbeeinträchtigungen ist ein großer Einfluss der sozialen Stellung auf die Gesundheit festzustellen.

Chronische Erkrankungen, insbesondere auch ernährungsmitbedingte, sind von Bedeutung, wenn zukünftige Krankheitslasten in den Blick genommen werden.

Tabelle 1 stellt die jeweils fünf häufigsten Ursachen für vorzeitigen Tod, körperliche Einschränkungen sowie die wichtigsten Risikofaktoren für Gesundheitseinbußen dar.

Tab. 1: Die 5 bedeutsamsten Ursachen von vorzeitigem Tod, körperlichen Einschränkungen sowie die häufigsten gesundheitsbeeinträchtigenden Risikofaktoren in Deutschland (Institute for Health Metrics and Evaluation (IHME), 2020)

<b>Rank</b>	<b>Vorzeitiger Tod</b>	<b>Einschränkungen</b>	<b>Risikofaktoren</b>
1	Ischämische Herzerkrankungen*	Rückenschmerzen	Rauchen
2	Lungenkrebs	Kopfschmerzen	Hoher Blutdruck*
3	Schlaganfall*	Nackenschmerzen	Ernährung
4	Alzheimer	Depressionen	Hohe Blutzuckerwerte*
5	Chronische Lungen-Erkrankungen	Stürze	Hoher BMI*

\* Die mit Sternchen versehenen Ursachen weisen einen Bezug zur Ernährung auf

Eine weitere interessante Perspektive auf die Gesundheit beeinflussende Faktoren ergibt sich, wenn Anteile von Erkrankungen in einer Bevölkerung berechnet werden, die auf verhaltensbedingte Risikofaktoren wie ungünstige Ernährung zurückzuführen sind. So haben aktuelle Schätzungen ergeben, dass die Krankheitslast, die durch ungünstige Ernährungsweisen entsteht, bei Erkrankungen wie der koronaren Herzerkrankung beträchtlich sein kann. Dabei lassen sich sogar die jeweiligen Beiträge einzelner Ernährungsfaktoren quantifizieren (Schwingshackl et al., 2019).

Obwohl die koronare Herzerkrankung, sowie andere kardiovaskuläre Erkrankungen eher Erkrankungen des mittleren und höheren Lebensalters sind, weisen bereits Kinder und Jugendliche Risikofaktoren für diese Erkrankungen auf. Tabelle 2 zeigt auf Basis von KiGGS-Daten (Studie zur Gesundheit von Kindern- und Jugendlichen in Deutschland) das Vorkommen solcher Risikofaktoren und deren Häufung bei 14- bis 17-Jährigen auf.