

# Neue Auswertungen aus dem Gesundheitssurvey für Studierende in NRW

## Einblick in ausgewählte Erkenntnisse

vorgestellt von **Sabine Meier**

Gesundheitslabor  
AG Bevölkerungsmedizin und biomedizinische Grundlagen  
Fakultät für Gesundheitswissenschaften  
Universität Bielefeld

# Einbezogene Publikationen

## Übersichtsarbeiten

	<b>Titel</b>	<b>Autoren</b>	<b>Publikation</b>
1	Projektbericht	Meier, Milz, Krämer	Onlinepublikation auf den Projektseiten: <a href="http://www.gesundheitsfuerdernde-hochschulen.de">www.gesundheitsfuerdernde-hochschulen.de</a>
2	Gesund studieren. Befragungsergebnisse des Gesundheitssurveys und Auswertungen zu Arzneiverordnungen	Grobe, Dörning, Meier, Milz, Krämer, Ahlers, Steinke	Gesund studieren - Veröffentlichungen zum Betrieblichen Gesundheitsmanagement der TK, Band 16
3	Fit im Studium? Gesundheit und Gesundheitsverhalten von Studierenden in NRW	Meier, Mikolajzyk, Steinke, Krämer	Prävention und Gesundheitsförderung: Schwerpunktheft Setting Hochschule, Heft 2/Mai 2010

# Einbezogene Publikationen

## Schwerpunktsarbeiten

	<b>Titel</b>	<b>Autoren</b>	<b>Publikation</b>
4	Stress im Studium, Ergebnisse einer multizentrischen Studie bei Studierenden in NRW	Lojewski, Schöne, Akmatov, Steinke, Krämer	Prävention 3/08
5	Allergieprävention im Setting Hochschule	Dittmer	Diplomarbeit an der Hochschule Magdeburg, SS 2008
6	Accidents in the context of study in North-Rhine-Westfalia, Germany	Faller, Mikolajczyk, Akmatov, Meier, Krämer	Accident analysis & Prevention (eingereicht)
7	Alcohol consumption among university students in North Rhine-Westfalia, Germany, results from a multicentre cross-sectional study	Akmatov, Mikolajczyk, Meier, Krämer	The Journal of American Colleg Health (eingereicht)
8	Psychosomatic health complaints, perceived stress and depressive symptoms in university students: differences across age and semester	Mikolajczyk, Meier, Faller, Akmatov, Krämer	Abstract als Poster auf der DGEpi 2009 angenommen, Publikation geplant



Universität Bielefeld

Fakultät für Gesundheitswissenschaften

AG 2: Bevölkerungsmedizin und  
biomedizinische Grundlagen



in Kooperation mit



Techniker  
Krankenkasse  
Gesund in die Zukunft.



Landesunfallkasse  
Nordrhein-Westfalen

**Zur Erinnerung**

## **Ziele des Surveys NRW**

- Datenbasis
- Grundlage für die Planung von Gesundheitsförderungskonzepten
- Überprüfung der bisherigen Erkenntnisse
- Unterschiede zwischen Zielgruppen wie Geschlecht, Studienjahr, ...
- Unterschiede zwischen Hochschulen wie Standort, Hochschulart, Inhalt des Studiums, ...
- Unfallgeschehen erforschen

# Teilnehmende Hochschulen



# 1 Projektbericht

## Einschätzung des eigenen Gesundheitszustandes und selbstberichtete Beschwerden

- 87% der Studierenden schätzt den eigenen Gesundheitszustand als „ausgezeichnet“, „sehr gut“ oder „gut“ ein (86% Frauen, 88% Männer)

aber

Beschwerden in den letzten 12 Monaten

- 40% Konzentrationsschwierigkeiten
- 38% Nervosität und Unruhe
- 37% Kreuz- und Rückenschmerzen/Schulter- und Nackenschmerzen
  
- 32% Kopfschmerzen
- 30% Stimmungsschwankungen
- 27% Schlafstörungen
  
- 16,3% depressive Verstimmungen
- 14% Herzrasen
- 11% Alpträume
- 9% Ängste und Phobien
  
- Frauen geben diese Beschwerden signifikant häufiger an als Männer

# 1 Projektbericht Fortf.

## Gesundheitsverhalten : Interesse

- Nur wenige Studierende essen pro Tag die empfohlenen 5 Portionen Obst und Gemüse
- Die Hälfte der Männer und ein Drittel der Frauen kommt der Forderung nach Bewegung min. 3 x in der Woche nach
- Insgesamt leiden Studierende unter Stress
- Jeder fünfte Student raucht
- Dreimal mehr männliche Studierende wie weibliche Studierende weisen ein Risikoverhalten im Trinkverhalten auf
- 50% der Frauen und 25% der Männer wünschen sich **Kursangebote** zu den Themen **Bewegung** und **Entspannung/Stressmanagement**.
- 25% der Studierenden hat Interesse an **Vorträgen** zu den Themen **Gesunde Ernährung** und **Allgemeine Gesundheitsberatung**
- 25% der Frauen und 20% der Männer wünscht sich **Kursangebote** zum Thema **Gesunde Ernährung**
- 75% der Studierenden unterstützt das **Rauchverbot**
- Für ein **Verkaufsverbot von Alkohol** sprechen sich 66% der Frauen und 50% der Männer aus
- 50% der Befragten findet das Angebot an **gesunder Ernährung** ausreichend

# 1 Projektbericht Fortf.

## Semester

- **Keine Unterschiede der Semester hinsichtlich:** Gesundheitszustand, Beschwerden, Verzehr von Obst und Gemüse, Bewegung, Rauchen, Alkohol, Stress, Interesse an Gesundheitsförderung, Aussagen zum Setting Hochschule aber
  - 40% der Studierenden im ersten Studienjahr berichten über **zu hohe fachliche Anforderungen** (Studierende in höheren Semestern 27%)
  - Die Hälfte der Studierenden in höheren Semestern beklagt den **fehlenden Praxisbezug** im Studium (Studierende im ersten Studienjahr 37%)
- Fachliche Anforderungen zu Beginn des Studiums so gestalten, dass die Studierenden diese bewältigen können
- Praxisbezug in das Studium bringen



# 2 Gesund studieren

## Arzneimittelverordnungsanalyse der TK versicherten Studierenden

- 51% der Studierenden erhält innerhalb eines Jahres ein Rezept
  - davon sind 10% Antidepressiva
  - Studierende im Alter von 30 - 34 erhalten am häufigsten Antidepressiva (3% der Männer und 5,8% der Frauen)
- ➔ Arzneimittelverbrauch deutet auf eine relativ hohe psychische Belastung von Studierenden hin, die im Studium zuzunehmen scheint

# 3 Fit im Studium?/5 Allergieprävention

## Allgemeine Erkrankungen

- Erkrankungen des Bewegungsapparates 25%
- Nasennebenhöhlenentzündungen/Sinusitis 23%
- Migräne 18%
- Herpes im Mund-/Nasenbereich 17%
- Akne 15%
- die Studierenden suchen bei Erkrankungen mehrheitlich keinen Arzt auf (Ausnahme: Bewegungsapparat 15%, Blasen-/Nierenerkrankungen 7% und Asthma 4%)

## Allergien

- Heuschnupfen 26%
- Hausstauballergie 17%
- sonstige Allergien/Ekzem 11%
- Tierallergie 10%
- Sonnenallergie 9%

→ Allergieprävention im Setting Hochschule

# 4 Stress

15% der Studierenden leiden unter Stress

## Stressoren

- Orientierungslosigkeit im Studium
- Zweifel an der Studienwahl
- weibliches Geschlecht

## Ressourcen

- angemessene fachliche Anforderungen
- Spass am Studium
- Geburt in Deutschland

→ Stress beeinflussende Faktoren finden sich sowohl auf individueller als auch auf struktureller Ebene. Maßnahmen zur Stressreduktion müssen deshalb auf beiden Ebenen ansetzen.

# 6 Unfälle

- 9% der Studierenden gaben an bereits einen Unfall im Setting Hochschule gehabt zu haben
- Unfälle geschehen am häufigsten
  - Dienstags, Mittwochs, Donnerstags
  - in der Zeit von 8.00 - 11.00 Uhr und 14.00 - 17.00 Uhr
  - 60% bei sportlicher Betätigung
  - 25% sind Wegeunfälle
- es bestehen keine geschlechtsspezifischen Unterschiede
- viele Unfälle im Setting Hochschule werden den zuständigen Unfallversicherungen nicht gemeldet

→ Bessere Aufklärung der Studierenden über ihren Versicherungsstatus

# 7 Alkohol

- 90% der Studierenden haben in den letzten drei Monaten regelmäßig Alkohol konsumiert
- 80% haben Erfahrungen mit „Binge drinking“
- 20% sind nach dem CAGE Test als alkoholgefährdet einzustufen
- Risikofaktoren:
  - männliches Geschlecht
  - Wohnheime
  - Studienfach Sport
  - Studienanfänger
  - jünger als 25 Jahre
  - Universitätsstudium

→ Nach der rauchfreien Hochschule sollten wir uns dem Thema Alkohol im Setting Hochschule zuwenden

# 8 Psychosomatische Beschwerden

- Weibliche Studierende zeigen häufiger Stress, depressive Verstimmungen und psychosomatische Gesundheitsbeschwerden
  - Männliche Studierende in höheren Semestern weisen weniger Stress und depressive Verstimmungen auf
  - Stress und depressive Verstimmungen sind zu Beginn des Studiums am höchsten
- Studienbeginn gesundheitsförderlich gestalten, so dass der Neubeginn den Studierenden es ermöglicht sich an die neue Situation zu gewöhnen

# Erreichung und Nichterreichung der Ziele des Surveys NRW

- Datenbasis - **liegt vor**
- Grundlage für die Planung von Gesundheitsförderungskonzepten  
- **liegt vor**, **wird aber von vielen Hochschulen nicht genutzt**
- Überprüfung der bisherigen Erkenntnisse - **konnten bestätigt werden**
- Unterschiede zwischen Zielgruppen wie Geschlecht, Studienjahr,  
- **wurden vielfältig identifiziert**
- Unterschiede zwischen Hochschulen wie Standort, Hochschulart,  
Inhalt des Studiums ... - **wurden vielfältig identifiziert**
- Unfallgeschehen erforschen - **Erkenntnisse zum Unfallgeschehen sind erforscht**

# Fazit

- keine wesentlich neuen Erkenntnisse
- neue vertiefende Detailinformationen
- seit Jahren liefern Untersuchungen von Studierenden gleichbleibende Ergebnisse

## Problemlagen:

- psychische Belastungen u.a. durch mangelhafte Organisation und nicht ausreichende Betreuung im Studium
- nicht adäquate Belastungen (Unter- /Überforderungen)
- fehlende Ruhezeiten

## Ressourcen:

- Interesse am Thema Gesundheit
- gute physische Gesundheit
- Freude am Studium

→ Gestaltung gesundheitsförderlicher Hochschulen für Studierende



# Der Survey NRW im Internet

Homepage: [www.gesundheitsfoerdernde-hochschulen.de](http://www.gesundheitsfoerdernde-hochschulen.de)

**Vielen Dank für die Aufmerksamkeit!**

**Ihre/Eure Fragen?**

**Kontakt: [sabine.meier@uni-bielefeld.de](mailto:sabine.meier@uni-bielefeld.de)**