

# Ergebnisse des NRW Surveys:

## SPORT UND ALKOHOL BEI STUDIERENDEN

**Stefanie Helmer, MSc**

Institut für Epidemiologie und Präventionsforschung(BIPS)

**Anna Maria Steinmann**

Universität Bielefeld, AG Bevölkerungsmedizin und biomedizinische Grundlagen

**Prof. Dr. Alexander Krämer**

Universität Bielefeld, AG Bevölkerungsmedizin und biomedizinische Grundlagen

1. Hintergrund
2. Material: NRW-Gesundheitssurvey für Studierende
3. Ausgewählte Ergebnisse:
  - Alkoholkonsum von Studierenden
  - Körperliche Aktivität von Studierenden
  - Assoziationen zwischen Alkoholkonsum und Sport
4. Diskussion

- Studierende befinden sich in einem besonderen Lebensabschnitt
  - Übergang in die Selbstständigkeit („Emerging adulthood“)
  - Eigenes Risikoverhalten wird geprägt
- Studierende trinken eher unregelmäßig, dafür aber auch viel
  - Mehr als 4 (Frauen) oder 5 (Männer) Getränke pro Anlass – sogenanntes „Binge drinking“ oder „Heavy drinking“

Quelle: Guise & Gill (2007); Perkins (2007)

- **Gesundheitliche Konsequenzen**

- Chronische Erkrankungen (z. B. kardiovaskuläre Erkrankungen)
- Akute Erkrankungen (z. B. Erkrankungen des Magen-Darm-Trakts)
- Unfälle
- Ungeschützter Geschlechtsverkehr
- ...

- **Soziale Konsequenzen**

- Negative Auswirkungen auf akademische Leistungen
  - Studierende mit problematischem Alkoholkonsum schätzen sich häufiger schlechter als ihre Kommilitonen ein
- Gesteigerte Aggressivität / Gewaltbereitschaft
- Autofahren unter Alkoholeinfluss
- ...

(Babor et al. 2004; Guise, Gill 2007; Page et al. 2008, Helmer et al. 2010)

Studierende, die derzeitig oder zu einem früheren Zeitpunkt sportlich sehr aktiv waren:

- Konsumieren häufiger Alkohol
- Trinken mehr alkoholische Getränke
- Betreiben häufiger ‚Heavy drinking‘
- Haben früher mit dem Alkoholkonsum begonnen
- Sind in alkoholinduziertes Risikoverhalten involviert (Betrunkene Autofahren oder Beifahren, Geschlechtsverkehr unter Alkoholeinfluss)

Quelle: Hildebrandt et al. (2001)

Insbesondere bei körperlich aktiven Studierenden stehen soziale Faktoren im Vordergrund (Quelle: Nelson & Wechsler (2001))

	Sportler (%)	Nicht-Sportler (%)	Odds Ratio	95 %-KI
Fünf oder mehr nahe Freunde	60	50,1	1,45	1,32–1,60
Mitglied von StudentInnen-verbindingen	17,2	14,5	1,23	1,08–1,39
Parties sind wichtig	44,9	33,0	1,55	1,41–1,70
Mindestens zwei oder mehr Std. am Tag unter Menschen	82,3	75,6	1,43	1,26–1,61
Mit Mitbewohnern wohnen	71,6	58,5	1,66	1,50–1,84
Im Wohnheim wohnen	33,0	26,0	1,29	1,16–1,43
70 % oder mehr der Freunde sind 'Heavy-Drinker'	19,4	13,1	1,47	1,30–1,67
Trinken, um dazu zu gehören	35,5	29,4	1,16	1,04–1,29
Trinken, um sich mit dem anderen Geschlecht besser zu fühlen	41,2	33,8	1,18	1,06–1,32

- 2006/2007
- 12 Universitäten
- 4 Fachhochschulen
- 3.306 Studierende
- Response rate 88%



(Faller et al. 2010; Meier et al. 2010)

**Tab. 2 Beschreibung der Stichprobe im Vergleich zur Gesamtpopulation der Studierenden in NRW (in %)**

Variable	Studierende NRW WS 06/07 <sup>a</sup> n=468.440	NRW-Survey <sup>b</sup> 2006–2007 n=3.307
<b>Geschlecht</b>		
Weiblich	45,8	52,7
Männlich	54,2	47,3
<b>Migrationshintergrund<sup>b</sup></b>		
Ja	12,3	13,1
Nein	87,7	87
<b>Hochschule</b>		
Universität	26,4	25,1
Fachhochschule	73,6	74,9
<b>Semester</b>		
1. Hochschulsemester	14	16,6
Höhere Semester	86	83,4
<b>Fächer</b>		
Sprach- und Kulturwissenschaften	18,3	8,2
Theoretische Naturwissenschaften	16,9	10,8
Ingenieurwissenschaften	15,8	10,6
Rechts-, Wirtschafts- und Sozialwissenschaften	32,8	26,1
Medizin und Gesundheit	4,7	14
Lehramt	10,3	11,2
Sport	1,3	19,1

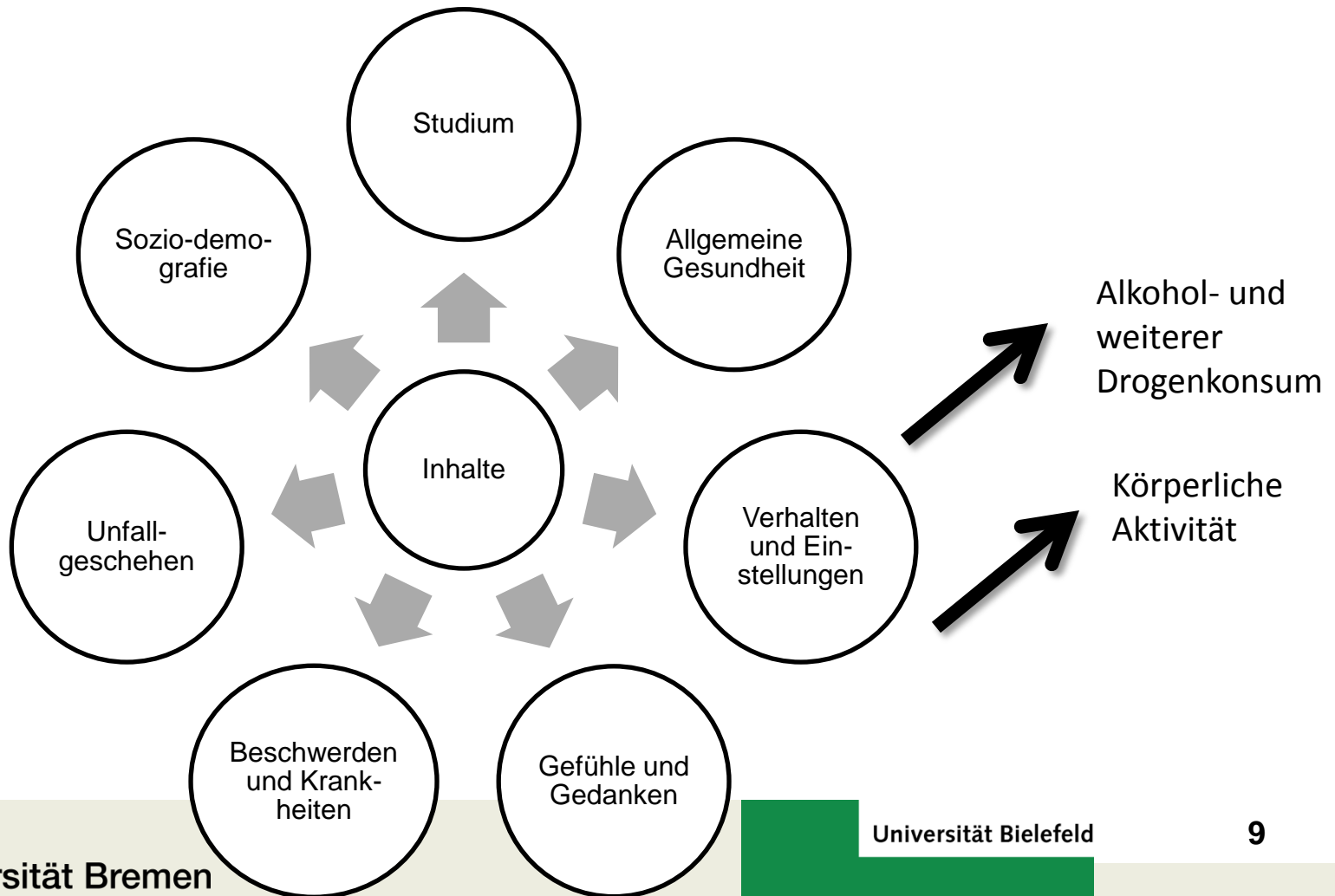
<sup>a</sup>Statistisches Bundesamt [16]. <sup>b</sup>In den Daten des Statistischen Bundesamtes nach Staatsangehörigkeit, im NRW-Survey nach Geburtsland.

Quelle: Meier et al. 2010



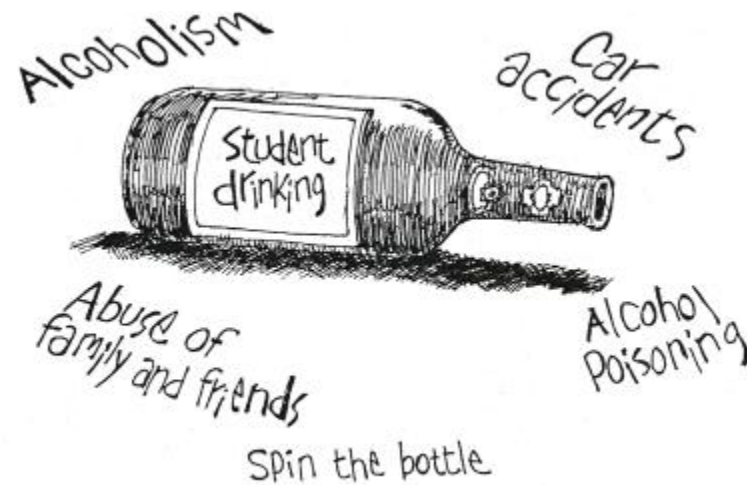
## Inhalte des Fragebogens:

65 Fragen, die sich in folgende 7 Bereiche untergliedern lassen:



Auszug:

32. Wie häufig haben Sie durchschnittlich in den letzten drei Monaten Alkohol, z.B. ein Glas Bier, getrunken?					
mehrmals pro Tag	jeden Tag	mehrmals pro Woche	einmal pro Woche	seitener als einmal pro Woche	nie
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
33. Wie oft trinken Sie auf einer Party/in Gesellschaft fünf oder mehr alkoholische Getränke innerhalb von zwei bis drei Stunden?					
nie	ein paar mal im Jahr	1-3x pro Monat	1 x in der Woche	mehrmals in der Woche	
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
34. Treffen folgende Aussagen auf Sie zu?					
			trifft zu	trifft nicht zu	
Ich habe schon einmal das Gefühl gehabt, dass ich meinen Alkoholkonsum verringern sollte.			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Jemand hat mich durch das Kritisieren meines Trinkens ärgerlich gemacht.			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Ich habe mich schon einmal wegen meines Trinkens schlecht oder schuldig gefühlt.			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Ich habe morgens schon einmal als erstes Alkohol getrunken, um mich nervlich wieder ins Gleichgewicht zu bringen oder einen Kater loszuwerden.			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
35. Wie oft üben Sie in einer normalen Woche körperliche Aktivitäten (Sport, körperliche Arbeit etc.) aus, die mindestens 20 Minuten dauern, Sie stärker atmen lassen und Ihren Puls deutlich erhöhen?					
weniger als einmal	1 oder 2 mal	mindestens 3 mal			
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			
36. Wenn Sie einmal an Ihre Freizeitgestaltung denken: Wie viele Stunden wöchentlich betreiben Sie insgesamt sportliche Aktivitäten wie z.B. Laufen, Ballspiel, Schwimmen, Tennis, Radfahren?					
Etwa <input type="text"/> <input type="text"/> Stunden und zwar folgende Sportart (en) .....		<input type="text"/>			
.....					
37. Wenn Sie keinen Sport treiben: Was sind die Gründe? .....					
<input type="text"/>					



# ERGEBNISSE I

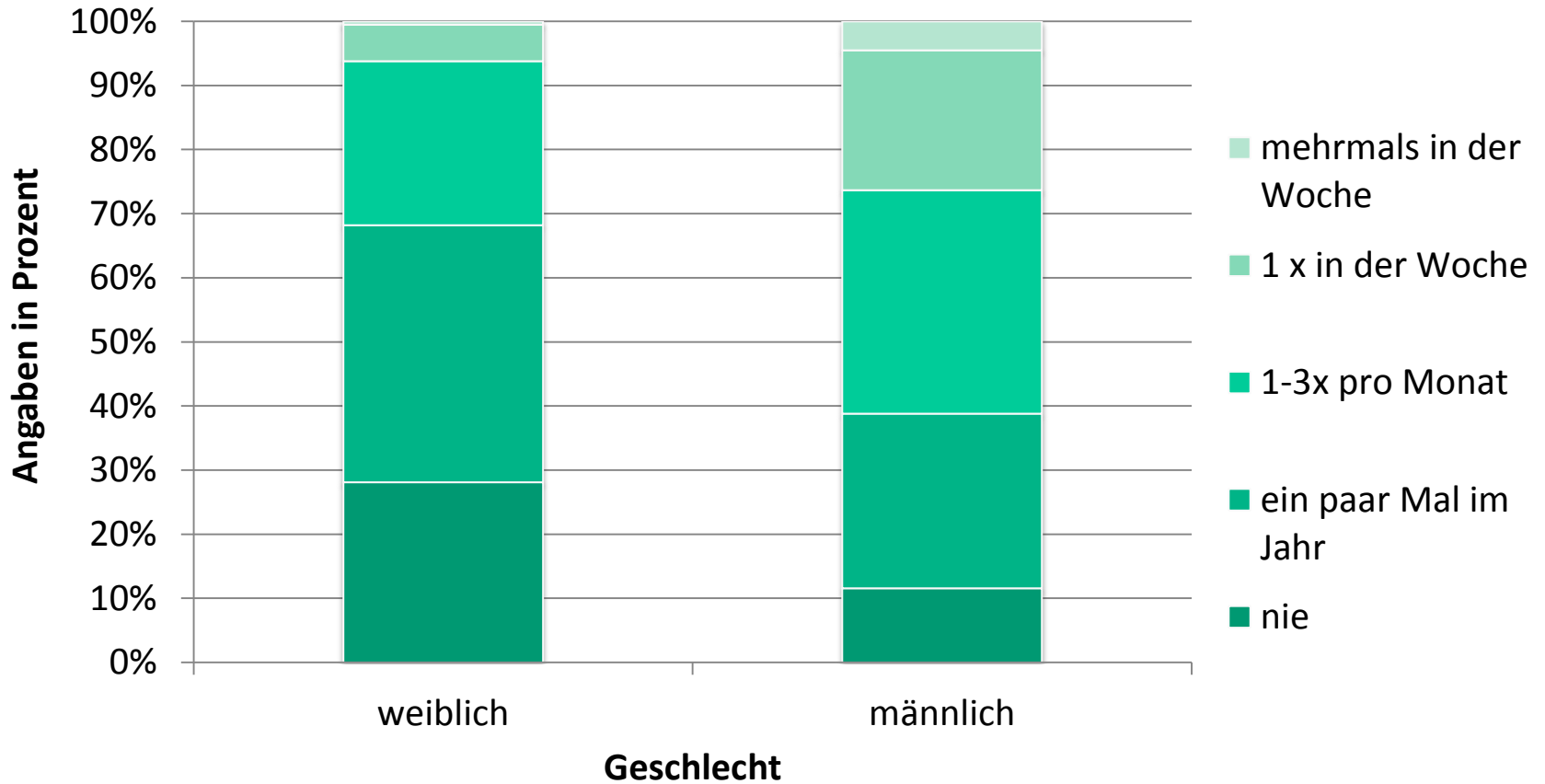
# ALKOHOLKONSUM

Quelle: [www.cartoonstock.com](http://www.cartoonstock.com)

- 90,3% berichten, zumindest einmal in den letzten 3 Monaten Alkohol getrunken zu haben; 3,5% berichten täglichen Alkoholkonsum
- Um so häufiger Alkohol konsumiert wurde, desto höher war die Rate der Studierenden mit problematischem Alkoholkonsum
  - 57% derer mit mehrfach täglichem Alkoholkonsum in den letzten 3 Monaten konnten der Klassifizierung für problematischen Alkoholkonsum zugeordnet werden
- 80% der Studierenden gaben zumindest ein „Heavy-drinking“ – Ereignis im Jahr an
- Ca. 20% wiesen problematischen Alkoholkonsum auf
- Männliche Studierende wiesen höheres Risikoverhalten auf:
  - Häufiger regelmäßigen Alkoholkonsum
  - Mehr „Heavy-drinking“ – Ereignisse
  - Höhere Prävalenz für problematischen Alkoholkonsum

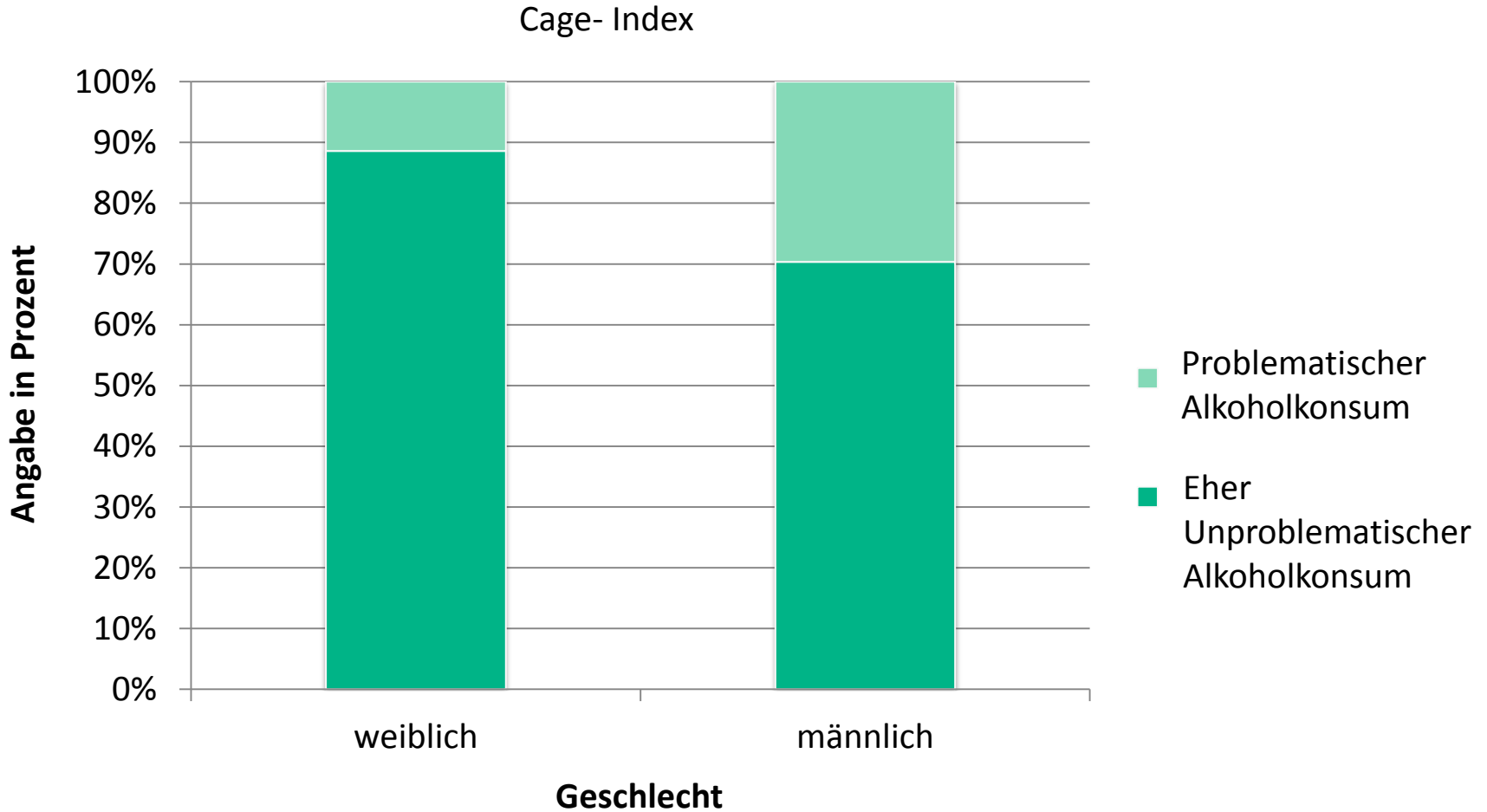
Quelle: Akmatov, M. (2011)

Wie oft trinken Sie auf einer Party/ in Gesellschaft fünf oder mehr alkoholische Getränke innerhalb von zwei bis drei Stunden?

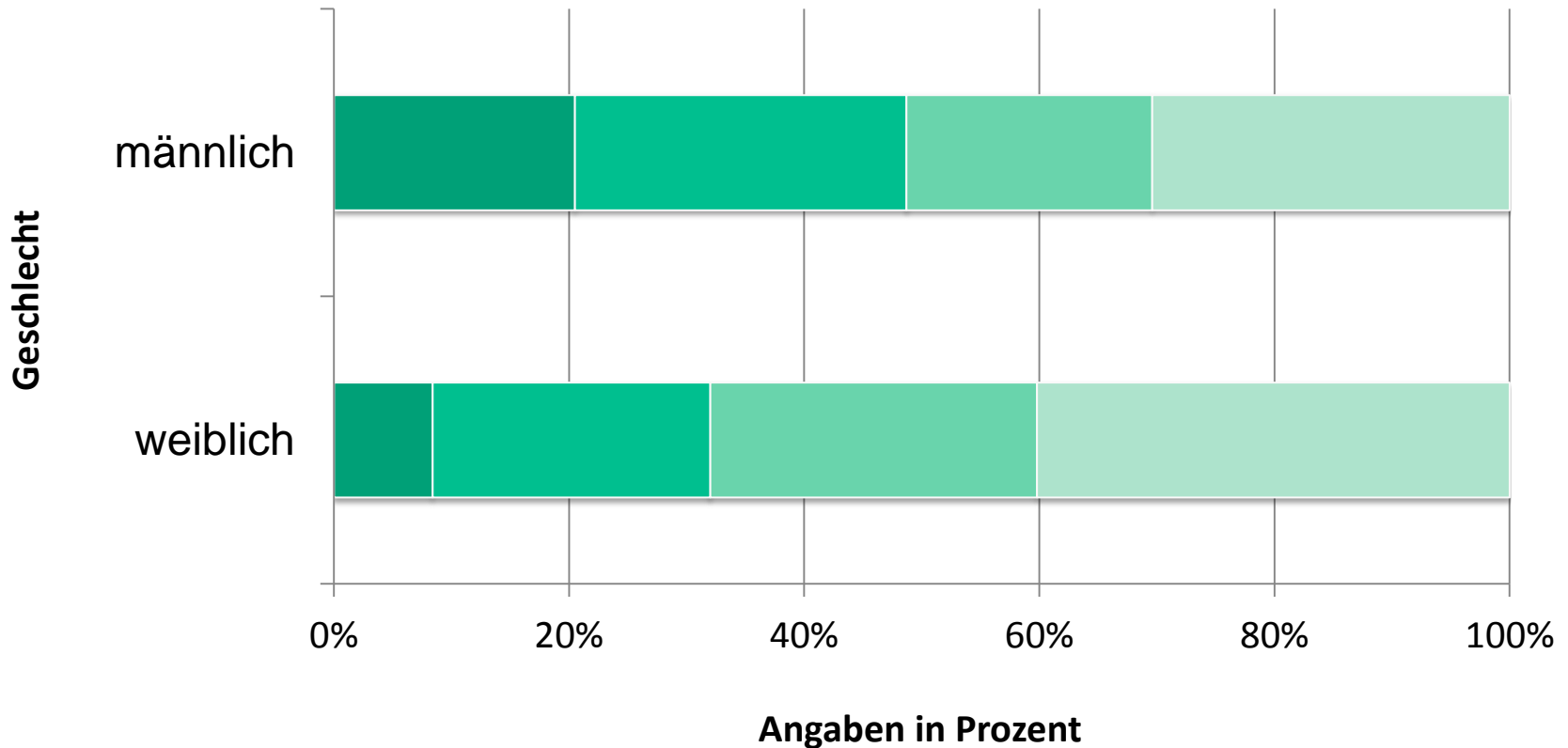


## CAGE- Index

Treffen folgende Aussagen auf Sie zu?		
Ich habe schon einmal das Gefühl gehabt, dass ich meinen Alkoholkonsum verringern sollte. ( <b>CUT DOWN</b> )	Ja	Nein
Jemand hat mich durch das Kritisieren meines Trinkens ärgerlich gemacht. ( <b>ANNOYED</b> )	Ja	Nein
Ich habe mich schon einmal wegen meines Trinkens schlecht oder schuldig gefühlt. ( <b>GUILTY</b> )	Ja	Nein
Ich habe morgens schon einmal als erstes Alkohol getrunken, um mich nervlich wieder ins Gleichgewicht zu bringen oder meinen Kater loszuwerden. ( <b>'EYE OPENER'</b> )	Ja	Nein

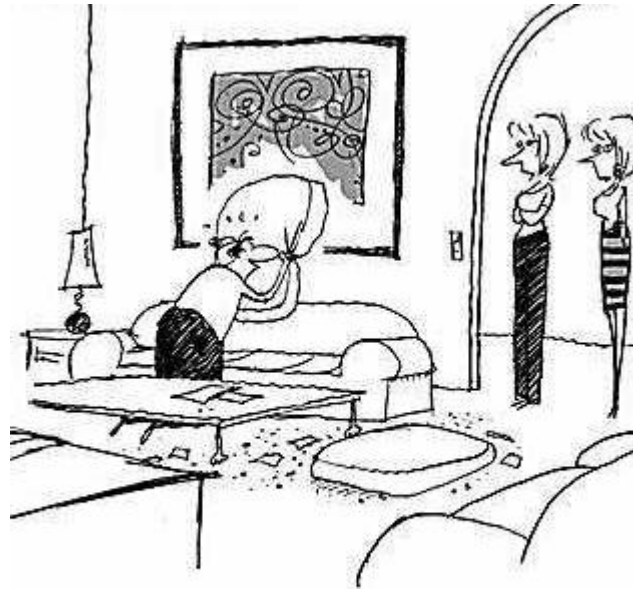


Alkohol sollte im Hochschulgebäude nicht verkauft werden.



■ stimme überhaupt nicht zu ■ stimme eher nicht zu ■ stimme eher zu ■ stimme völlig zu





*"The doctor said he needed more activity. So, I  
hide his TV remote three times a week."*

# ERGEBNISSE II

# KÖRPERLICHE AKTIVITÄT

Quelle: [www.cartoonstock.com](http://www.cartoonstock.com)

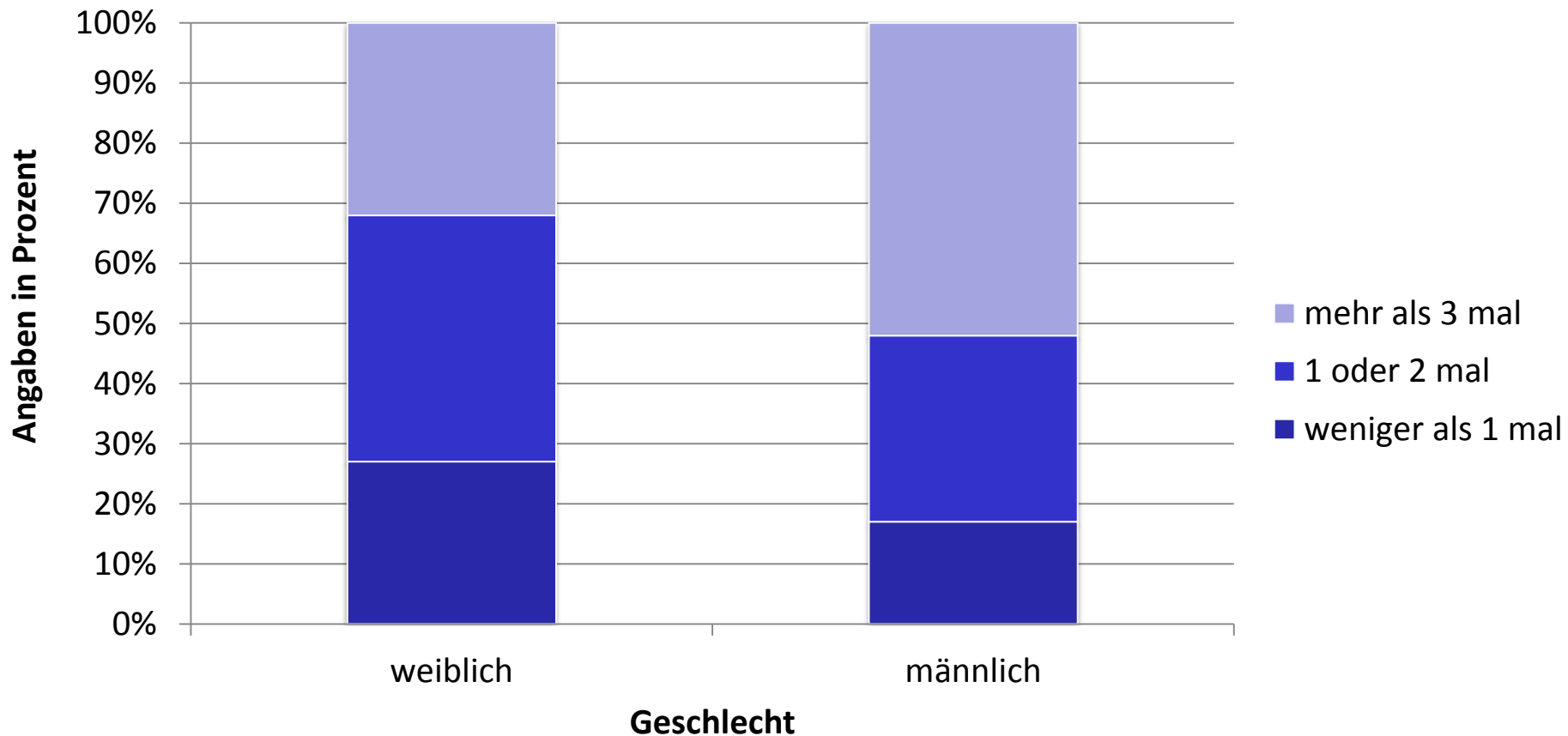
## International Physical Activity Questionnaire (IPAQ)



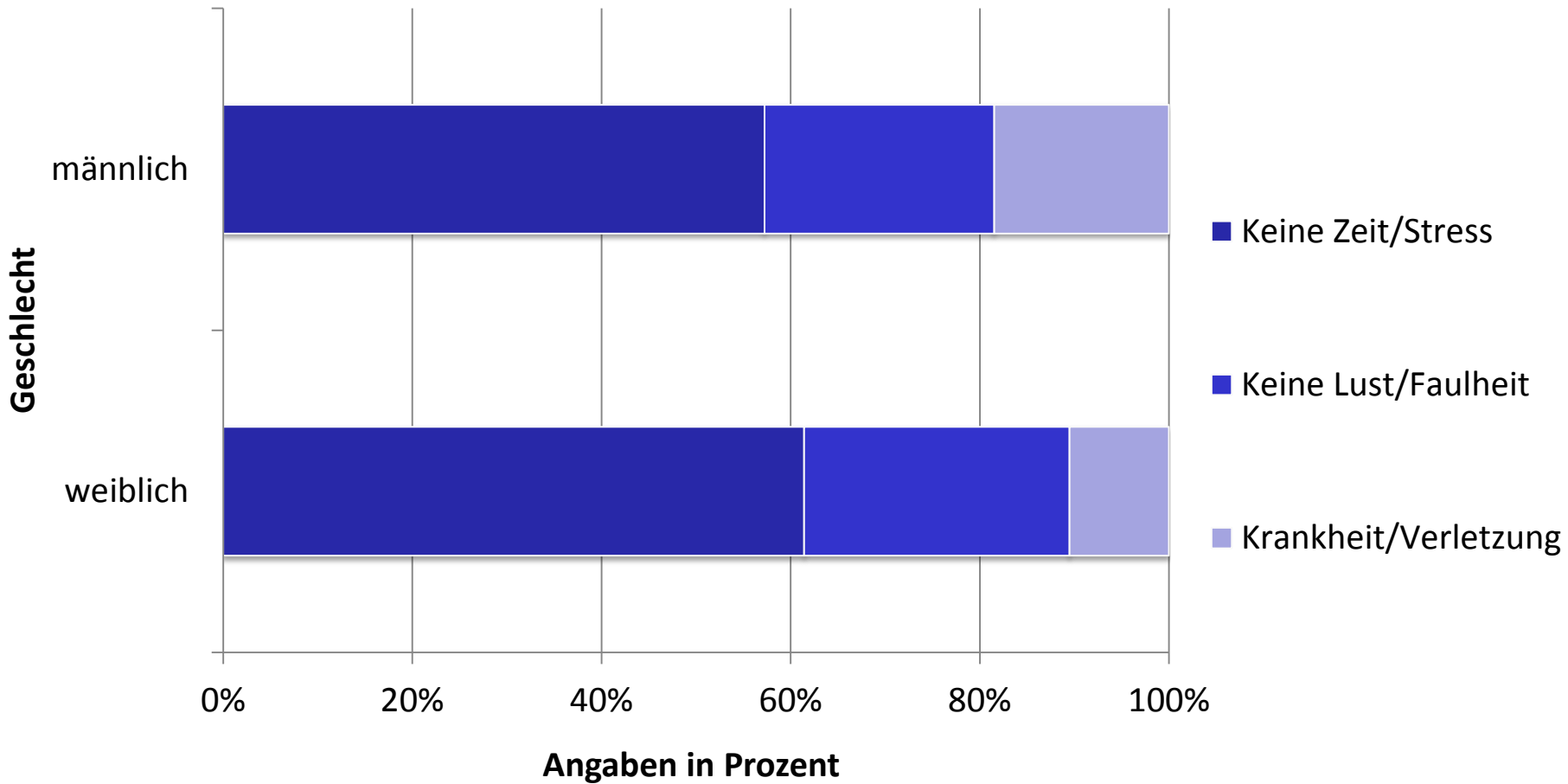
- Moderate körperliche Aktivitäten in einer normalen Woche
  - Sport oder körperliche Arbeiten an 3 oder mehr Tagen
  - Dauer: mind. 20 Minuten
  - Stärker atmen lassen und Puls deutlich erhöhen

Quelle: <http://www.ipaq.ki.se/>

Wie oft üben Sie in einer normalen Woche körperliche Aktivitäten aus, die mindestens 20 Minuten dauern, Sie stärker atmen lassen und Ihren Puls deutlich erhöhen?



Wenn Sie keinen Sport treiben: Was sind die Gründe?



GEFÄHRLICHE SPORTARTEN II



BIERATHLON

## ERGEBNISSE III

# ALKOHOLKONSUM UND SPORT

Quelle: [www.deanita.de](http://www.deanita.de)

## Alkoholkonsum von Sportstudierenden im Vergleich mit anderen Studierenden:

- Assoziation zwischen Studierenden der **Sportwissenschaften** und ‚Heavy drinking‘ – 1.6 mal so hohe Chance
- Bei Medizinstudierenden gibt es einen schützenden Effekt (OR: 0,82)
- Allerdings keine signifikanten Unterschiede im problematischen Alkoholkonsum zwischen Sportstudierenden und anderen Studierenden

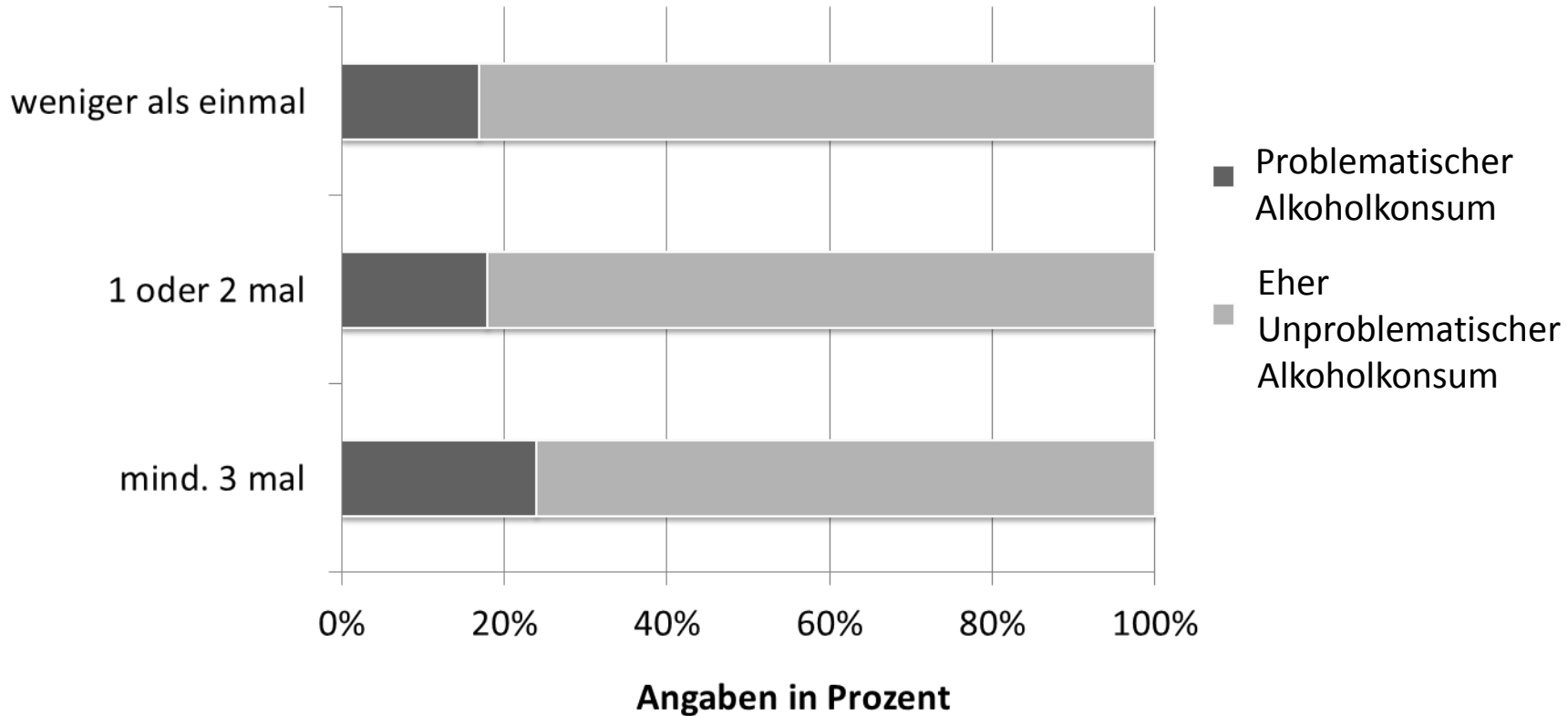
Quelle: Akmatov (2011)

## Alkoholkonsum und körperliche Aktivität

- Studierende, die mind. 3 mal in der Woche körperlich aktiv sind, haben eine 1,6 mal so hohe Chance, problematischen Alkoholkonsum aufzuweisen
- Allerdings keine signifikanten Unterschiede im ‚Heavy drinking‘ zwischen Studierenden, die häufig Sport treiben und Studierenden, die selten Sport treiben

## Problematischer Alkoholkonsum Studierender

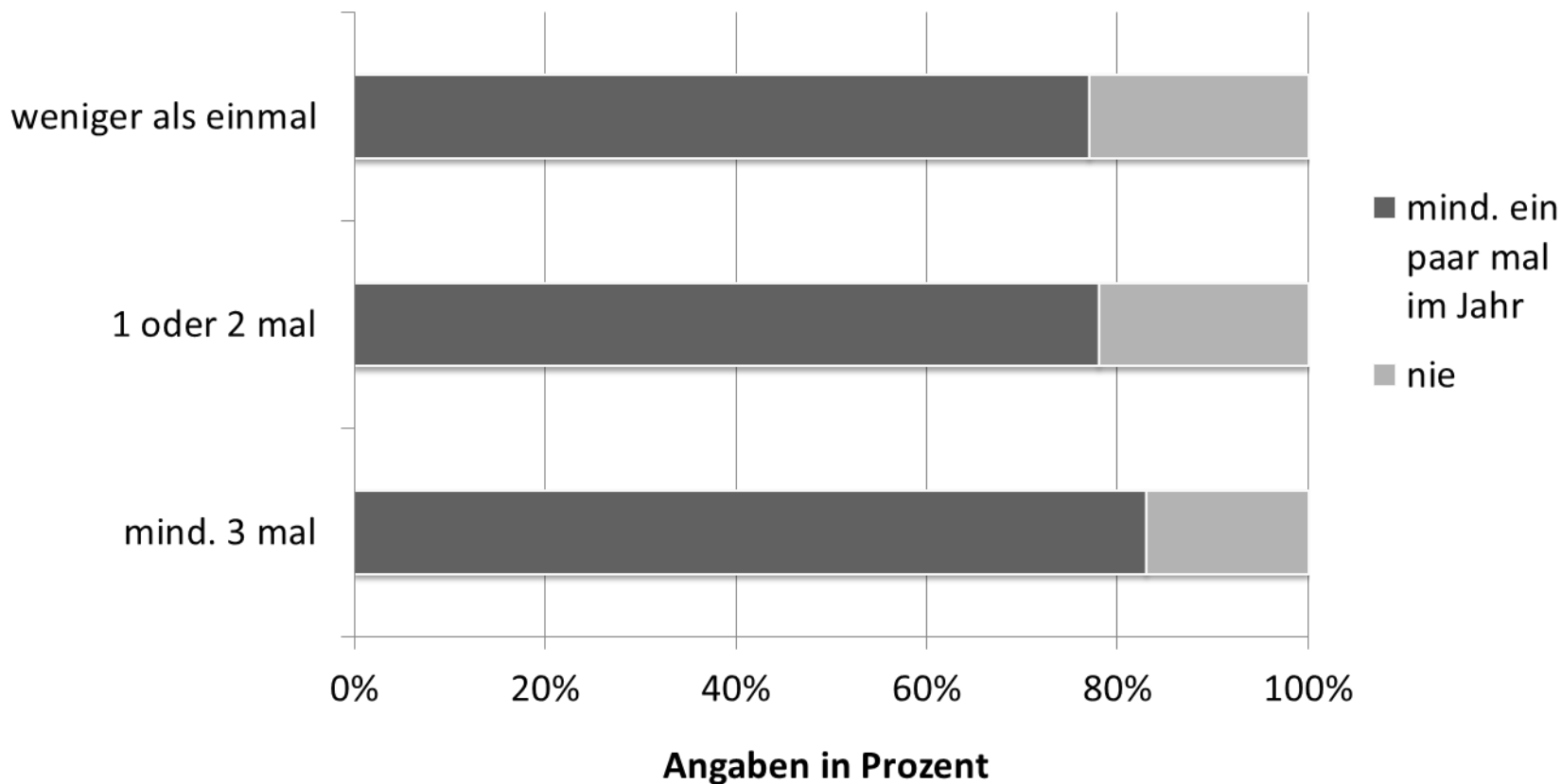
Bewegungshäufigkeit pro Woche





„Heavy-Drinking“-Ereignisse Studierender

Bewegungshäufigkeit pro Woche



## Geschlechterunterschiede und Alkoholkonsum

- Die Chance, dass männliche Studierende an „Heavy drinking“-Ereignissen teilnehmen liegt 2,7 Mal so hoch als bei Frauen
- Männliche Studierende weisen ebenfalls eine höhere Chance (3 mal so hoch) für problematischen Alkoholkonsum auf als weibliche Studierende

## Wertschätzung der eigenen Gesundheit und Depressionsneigung

- Diejenigen Studierenden, die weniger stark oder gar nicht auf ihre Gesundheit achten, weisen zu 87% höheren problematischen Alkoholkonsum auf
- Studierende, die weniger stark oder gar nicht auf ihre Gesundheit achten, nehmen mit einer 1,6 mal so hohen Chance auch an „Heavy drinking“-Ereignissen teil, als diejenigen Studierenden, die stark auf ihre Gesundheit achten
- Bei Studierenden mit einem „good well being“ – Index ist die Chance 1,3 mal so hoch, dass sie einen problematischen Alkoholkonsum aufweisen, als unter Studierenden mit einem „poor well being“ – Index

- Körperliche Aktivität assoziiert mit unterschiedlichen Formen von kritischem Alkoholkonsum
- Insgesamt wird viel Alkohol konsumiert
- Insbesondere Studierende der Sportwissenschaften und Studierende, die mehrmals in der Woche sportlich aktiv sind, trinken häufig viel Alkohol. Getränke zu einem Anlass oder Problemtrinken
- Möglicher Ansatzpunkt für Präventionsprogramme!

1. Woran können Ihrer Meinung nach die Gründe liegen, dass mit steigender körperlicher Aktivität der Alkoholkonsum zunimmt?
2. Wie lässt sich der Unterschied zwischen Männern und Frauen in Bezug auf die Stärke und Häufigkeit des Alkoholkonsums erklären?

Wir möchten uns herzlich bei Allen bedanken, die den NRW Survey ermöglichten:

- Techniker Krankenkasse
- Landesunfallkasse NRW
- PD Rafael Mikolajczyk
- Dr. Sabine Meier

- Babor, T. F.; Caetano, R.; Casswell, S.; Edwards, G.; Giesbrecht, N. et al. (2004):** Alcohol: no ordinary commodity. Research and public policy. Oxford [u.a.]: Oxford Univ. Pr.
- Faller, G.; Mikolajczyk, R.T.; Akmatov, M.K.; Meier, S.; Krämer, A. (2010):** Accidents in the context of study among university students--a multicentre cross-sectional study in North Rhine-Westphalia, Germany. In: *Accid Anal Prev*, H. 2, S. 487–491.
- Guise, J. M.; Gill, J. S. (2007):** 'Binge drinking? It's good, it's harmless fun': a discourse analysis of accounts of female undergraduate drinking in Scotland. In: *Health education research*, Jg. 22, H. 6, S. 895–906.
- Helmer, S.; Mikolajczyk, R.T., Krämer A. (2010):** Assoziationen zwischen problematischem Trinkverhalten während des Studiums und der Erbringung akademischer Leistungen. Präsentiert im Programm der Tagung der Deutschen Gesellschaft für Epidemiologie (DGEpi) (2010)
- Hildebrand, K.M.; Johnson, D. J. ; Bogle, K. (2001):** Comparison of patterns of alcohol use between high school and college athletes and non-athletes. In: *College Student Journal*, H.35
- Nelson, T.F; Wechsler, H. (2001):** Alcohol and college athletes. In: *Medicine & Science in Sports & Exercise*, H. 33, S. 43-47

- Page, R. M.; Ihasz, F.; Hantiu, I.; Simonek, J.; Klarova, R. (2008):** Social Normative Perceptions of Alcohol Use and Episodic Heavy Drinking Among Central and Eastern European Adolescents. In: Substance Use & Misuse, H. 43, S. 361–373.
- Perkins, H. W. (2007):** Misperceptions of peer drinking norms in Canada: Another look at the “reign of error” and its consequences among college students. Online verfügbar unter: <http://alcohol.hws.edu/HWPerkins-MisperceptionsCanada-AB2007.pdf>, zuletzt geprüft am 29.06.2009.
- Manas, A. K., Mikolajczyk, R.T, Meier, S., Krämer A. (2011):** Alcohol Consumption Among University Students in North Rhine-Westphalia, Germany – Results From a Multicenter Cross-sectional Study. In: Journal of American College health, 59:7, S. 620-626.
- Meier, S., Mikolajczyk, R.T.; Helmer, S.; Akmatov, M.K.; Steinke, B.; Krämer, A. (2010):** Health status of students : Results from a multicentre cross-sectional study in North Rhine-Westphalia, Germany. In: Prävention und Gesundheitsförderung, H. 3, S. 257–264.
- IPAQ** (the international physical activity questionnaire). Verfügbar unter: <http://www.ipaq.ki.se/>