

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 alters-spezifische 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-/Hyperaktivitäts- störungen im Jugendalter – Symptomatik, Aus- wirkungen 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
			9.2.3	Schulische Präventionsstrategien	210
			9.2.4	Fazit	213
8	Die besondere Situation: Arbeitslosigkeit und soziale Benachteiligung	181	9.3	Gewalt im Jugendalter – Interview mit Prof. Dr. Christian Pfeiffer	214
8.1	Jugendarbeitslosigkeit, psychosoziale Aus- wirkungen und Ansatzpunkte zur Prävention	181	10	Gesundheitliche Beeinträchtigungen bei Adoleszenten und jungen Erwachsenen – ein Expertengespräch zur aktuellen Situation und zu Perspektiven der Prävention	217
8.1.1	Einleitung	181	11	Ausblick	229
8.1.2	Gesundheitliche Auswirkungen	182			
8.1.3	Jugendliche Arbeitslose: Das EU-Projekt YUSEDER	183			
8.1.4	Ansatzpunkte zur Prävention von Jugend- arbeitslosigkeit	184			
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 gesund- heitlicher Ungleichheit im Jugendalter	189			
8.2.3	Die Wirkungen sozialen Kapitals auf die Gesundheit von Jugendlichen	190			
8.2.4	Schlussfolgerungen für die Gesundheits- förderung	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			