

Einfluss von COVID-19 auf die Psyche von Kindern

Prof. Paul Plener

Die CoVid-19 Pandemie hat uns als Gesellschaft vor neue Herausforderungen gestellt. Neben der Bewältigung der körperlichen Folgen einer Covid-19 Infektion gilt es auch die psychosozialen Belastungen, die während der Pandemie entstehen, so gut wie möglich zu adressieren. Besonders die 15 bis 25-Jährigen zeigten in Studien aus verschiedenen Ländern eine deutliche psychosoziale Belastung, die sich häufig in Depressionen oder Angststörungen manifestierte. Dabei ist es nicht ausschließlich die Angst vor einer Infektion, sondern es sind auch die notwendigen Restriktionen der Lebensführung, die zu einer erhöhten Belastung geführt haben. Vor diesem Hintergrund soll ein Überblick über die aktuelle Studienlage zu psychosozialen Folgen der CoVid-19 Pandemie gegeben werden. Es soll aber auch darum gehen, aus den gemachten Erfahrungen Perspektiven aufzubauen, wie Folgebelastungen beim Auftreten weiterer „Wellen“ so gering wie möglich gehalten werden können.

Kindeswohlgefährdung in Krisensituationen – Was lernen wir aus dem Lock-Down der Corona Pandemie

Prof. Susanne Greber-Platzer

Die Folgen durch den Lock-Down auf das Wohlbefinden der Kinder und Jugendlichen wurde lange Zeit nicht berücksichtigt. So besteht für Kinder ein deutlich erhöhtes Risiko für psychische und körperliche Misshandlung in einer wirtschaftlichen Krise, insbesondere bei Jobverlust der Eltern, sozialer Isolation, Krisen und fehlendem Freiraum (Lawson M. et al 2020 und Peterman et al 2020). Unterschiedliche Zahlen zu Gewalt, Missbrauch und Vernachlässigung reichen von einer deutlichen Reduktion (zB. 42% in Dänemark, Scheel et al. 2020) bis hin zu einem Anstieg (z.B. 20% in Frankreich, Innocence In Danger 2020), was vor allem auf Schließungen der Schulen und Betreuungseinrichtungen zurückzuführen ist. Gefährdungsmeldungen an die Jugendwohlfahrt der Stadt Wien kommen in ca. 25% von Schulen und Kindertagesheimen.

Langzeitfolgen von Kindesmisshandlung und Vernachlässigung führen zu Isolation, Aggressivität, psychischen Erkrankungen, Alkohol- und Drogenmissbrauch, Suizidalität, erhöhtem Risiko für erworbene Erkrankungen bis hin zu Gewaltbereitschaft und möglichem Missbrauch im späteren Leben der Opfer.

Dies zeigt das enorme Risiko der massiven Einschränkungen im Alltag der Kinder und Jugendlichen durch den Lock-Down. Es wäre oberste Priorität bei Sperrungen von Schulen und Kindergärten die Familien und Kinder aktiv zu kontaktieren, die häusliche Situation einzuschätzen und bei Gefahrenpotential rasch und effektiv Unterstützung anzubieten oder gefährdete Kinder zu schützen (Thomas EY et al 2020).

„Ernährung im Kindesalter: gesund essen – trotz Corona“

Prof. Dr. H. Hauner

Institut für Ernährungsmedizin, Klinikum rechts der Isar und Else Kröner-Fresenius-Zentrum für Ernährungsmedizin der TU München, 80992 München, Hans.hauner@tum.de

Eine bedarfsgerechte, ausgewogene Ernährung ist für das optimale Wachstum von Kindern und deren langfristige Gesundheit unverzichtbar. Trotz klarer Empfehlungen von Fachgesellschaften wie z.B. der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e.V. (DGE) ist die derzeitige Ernährungsqualität im Kindesalter unbefriedigend. Hauptgrund dafür ist das ungünstige Angebot von sog.

„Kinderlebensmitteln“, die in aller Regel zu viel Zucker, Fett und damit Kalorien enthalten und gleichzeitig zu wenig wertvolle und benötigte Nährstoffe liefern. Eine besondere Bedeutung hat der hohe Konsum zuckergesüßter Getränke in dieser Altersgruppe. Diese Produkte werden weiterhin progressiv beworben, z.B. in Kinderprogrammen oder in sozialen Medien (über „Influencer“).

Die Hauptfolgen dieser ungünstigen Ernährungsweise sind bereits in jungen Jahren Karies und Übergewicht und langfristig verschiedene Stoffwechselstörungen und eine Fettleber.

Die bisherigen Präventions- und Interventionsbemühungen, z.B. durch Aufklärung in Familien und Schulen, haben sich als weitgehend unwirksam erwiesen. Aus diesem Grund werden heute Werbeverbote und Maßnahmen zur Veränderung der Umgebungsfaktoren propagiert, deren Nutzen bereits partiell nachgewiesen ist. So haben bereits mehr als 40 Länder eine Zuckersteuer auf zuckergesüßte Getränke eingeführt und Chile konnte durch ein Bündel von Maßnahmen den Zuckerkonsum im Kindesalter um etwa die Hälfte reduzieren.

Die Corona-Pandemie mit den diversen Alltagseinschränkungen hat die Ernährungssituation in sehr unterschiedlicher Weise beeinflusst. In einem repräsentativen forsa online-Survey berichtete bis zu einem Drittel der Familien mit Kindern, dass sich die Ernährung in der Coronazeit eher verschlechtert hatte. So haben vor allem Schulkinder mehr Süßigkeiten, zuckergesüßte Getränke, und Knabberartikel verzehrt. Gleichzeitig gaben zwischen 38 und 57 % an, sich weniger bewegt zu haben. Nach Angaben der Eltern haben 9 % aller Kinder an Gewicht zugenommen, bei den Kindern zwischen 10 und 14 Jahren waren es zwischen 10 und 20 % der Kinder. Auffällig war die große Spanne zwischen Verbesserung und Verschlechterung der Ernährung, die sehr stark von den sozioökonomischen Rahmenbedingungen abhängig war.

Damit ist klar, dass es gemeinsamer gesellschaftlicher Anstrengungen und Einschränkungen der an Kinder gerichteten Werbung bedarf, um die Ernährungssituation in dieser Altersgruppe zu verbessern. Ohne eine solche Strategie ist damit zu rechnen, dass sich die Ernährungssituation nicht verbessern wird und die Zahl von Kindern mit Übergewicht weiter steigen wird.