

## Die Studie «Health Behaviour in School-aged Children» (HBSC) in der Schweiz

### Ziele, Methoden und ausgewählte Ergebnisse

Finanziert durch das Bundesamt für Gesundheit und die Kantone

Marina Delgrande Jordan, Béat Windlin, Sucht Schweiz, Lausanne

#### Ausgangspunkt

Die Adoleszenz zeichnet sich durch wichtige körperliche, psychische und soziale Entwicklungen aus und ist ein Lebensabschnitt, in dem das Individuum zahlreiche Verhaltensweisen annimmt oder entwickelt, die sich sowohl kurz- als auch langfristig auf die Gesundheit und das Wohlbefinden auswirken können. Ein vertieftes Verständnis der Gesundheit und des Gesundheitsverhaltens junger Menschen ist wichtig, und die Studie «Health Behaviour in School-aged Children» (HBSC) will dazu beitragen.

#### Geschichte der Studie

Die alle vier Jahre stattfindende Befragung HBSC wurde 1982 auf Initiative englischer, finnischer und norwegischer Forscher ins Leben gerufen. Bereits ein Jahr später übernahm die Weltgesundheitsorganisation (WHO Regionalbüro für Europa) die Schirmherrschaft des Gemeinschaftsprojekts. Seither nahm die Anzahl teilnehmender Länder stetig zu; bei der jüngsten HBSC-Studie 2010 konnten 41 Länder und Regionen gezählt werden.

Die Schweiz beteiligte sich 1986 zum ersten Mal an der internationalen Studie. Bis heute hat die Forschungsabteilung von Sucht Schweiz sieben Erhebungen durchgeführt.

#### Warum eine Gesundheitsbefragung unter Jugendlichen?

Das Ziel der HBSC-Studie ist die Sammlung landesweit repräsentativer Daten über die Gesundheit, das Wohlergehen, das familiäre und soziale Umfeld sowie das gesundheitsrelevante Verhalten von Jungen und Mädchen des 5. bis 9. Schuljahres, die in der Regel zwischen 11 und 15 Jahre alt sind. Die Daten werden alle vier Jahre anhand

eines standardisierten Fragebogens erhoben.

Im Rahmen der HBSC-Studie werden Prävalenzen verschiedener gesundheitsfördernder und -beeinträchtigende Verhaltensweisen erhoben, ihre Veränderung im Laufe der Zeit und ihre Variation zwischen den teilnehmenden Ländern werden untersucht, und weiterführende Analysen verfolgen das Ziel, Faktoren zu eruieren, die mit diesen Verhaltensweisen assoziiert sind. Die Studie liefert somit wichtige Orientierungspunkte für die Gesundheitspolitik und die Planung von Gesundheitsdiensten und bietet gleichzeitig eine wissenschaftliche Grundlage für Präventionsprogramme und die Gesundheitsförderung.

#### Der Fragebogen

Die Befragung der Jugendlichen erfolgt mittels eines anonymen, selbständig auszufüllenden Fragebogens. Gemäss den klar definierten Richtlinien zu ihrer Durchführung findet sie in der Klasse und in Anwesenheit der Lehrperson statt. Die Auswahl der Klassen erfolgt nach Zufallsprinzip aus der Grundgesamtheit aller öffentlichen Schulklassen in der Schweiz. Die Teilnahme der ausgewählten Klassen sowie der einzelnen Schülerinnen und Schülern ist freiwillig.

Der Fragebogen, der in Schulklassen des 8. und 9. Schuljahres zur Anwendung kommt, deckt mit insgesamt ca. 80 Fragen nicht weniger als 13 verschiedene Themengebiete ab. Damit auch die jüngeren Schulkinder des 5. bis 7. Schuljahres genug Zeit haben, ihren Fragebogen innerhalb der zur Verfügung stehenden Schullektion ganz auszufüllen, erhalten sie eine gekürzte Fragebogenversion. Dabei werden einzelne Fragen und auch ganze Themenbereiche, wie etwa jene der Sexualität oder des Gebrauchs il-

legaler Drogen, weggelassen. Die meisten Fragen der HBSC-Erhebung werden von internationalen Expertengruppen aus den teilnehmenden Ländern ausgearbeitet. Auf nationaler Ebene besteht die Möglichkeit, die internationalen Fragen durch weitere zu ergänzen, um bestimmte Themenbereiche vertiefend zu erfassen.

#### Vierjährliche Bestandaufnahmen der Situation 11- bis 15-Jähriger

Wie schätzen 11- bis 15-jährige Jugendliche ihren Gesundheitszustand ein? Fühlen sie sich wohl in ihrer Haut und sind sie mit ihrer Lebenssituation zufrieden? Wie zahlreich und wie eng sind ihre Beziehungen zu Eltern und gleichaltrigen Freundinnen und Freunden? Wie kommen sie in der Schule zurecht? Ernähren sie sich ausgewogen und ertüchtigen sie sich in ausreichender Form körperlich? Nehmen sie psychoaktive Substanzen zu sich, und wenn ja, wie häufig und warum? Waren sie in der Schule schon mit Mobbing konfrontiert? Und: Wie haben sich all diese verschiedenen Verhaltensweisen und Aspekte des täglichen Lebens junger Menschen in den letzten Jahren verändert? Dies sind einige Beispiele für Themen, auf welche die HBSC-Studie ein Licht werfen kann.

Die Schweizer HBSC-Erhebung 2010, die auf Daten von über 10 000 Schülerinnen und Schülern im Alter von 11 bis 15 Jahren basiert, zeigt unter anderem, dass 90.8% der 15-jährigen Jungen und 87.0% der gleichaltrigen Mädchen ihre Gesundheit als «gut» oder «sehr gut» einschätzen. 93.4% bzw. 91.7% der 15-jährigen Jungen und Mädchen sind mit ihrem Leben «ziemlich» oder «sehr zufrieden» – 42.4% resp. 49.3% sind aber unzufrieden mit ihrem Körpergewicht. In derselben Altersgruppe geben 34.3% bzw. 48.6% an, sich mehrmals in der Woche müde gefühlt zu haben. Betreffend der Beziehungen Jugendlicher zu ihrem sozialen Umfeld ergibt die Befragung, dass 61.7% der 15-jährigen Jungen und 40.4% der Mädchen mit ihrem Vater leicht über ihre Sorgen sprechen können, 73.2% resp. 72.6% geben dasselbe bezüglich ihrer Mutter an. 78.5% resp. 73.3% verbringen mindestens einen Abend pro Woche mit ihren Freundinnen und Freunden. Die Schule mögen 59.6% resp. 67.9% der 15-jährigen Jungen und Mädchen mindestens «einiger-

massen». Beispiele aus den Resultaten zum Gesundheitsverhalten zeigen, dass 29.8% der 15-jährigen Jungen und 41.3% der Mädchen im gleichen Alter mindestens einmal täglich Früchte oder Obst essen und 32.9% resp. 45.9% essen mindestens einmal täglich Gemüse. Des Weiteren sind 12.2% resp. 5.6% der 15-Jährigen an sieben Tagen der Woche mindestens eine Stunde körperlich aktiv. Schliesslich geben 59.4% der Jungen und 38.4% der Mädchen im Alter von 15 Jahren an, in den letzten Monaten mindestens einmal Mitschülerinnen oder Mitschüler gemobbt zu haben (für weitere Ergebnisse siehe Kuntsche und Delgrande Jordan, 2012).

Je nach Indikator erlaubt die HBSC-Studie Zeitvergleiche über eine Periode von bis zu 24 Jahren. Z. B. zeigen die Resultate zum Tabakkonsum, dass der Anteil 15-Jähriger, die mindestens einmal pro Woche rauchen, zwischen 1986 und 1998 stetig anstieg und nach 2002 zumindest kurzzeitig wieder abnahm. Zwischen 2006 und 2010 blieb dieser Anteil bei den Mädchen dann ungefähr konstant (Anteil 2010: 15.2%), während es bei den Jungen Anzeichen einer erneuten Zunahme gab (Anteil 2010: 19.4%). Bezüglich der Entwicklung beim Alkoholkonsum zeigt sich, dass etwa die Anteile der mindestens einmal pro Woche Alkohol Trinkenden von 1986 bis 2002 bei den 15-jährigen Jungen und Mädchen zu-, und dann zwischen 2002 und 2006 abnahmen. Im Jahr 2010 war bei den Mädchen ein weiterer Rückgang zu verzeichnen (Anteil 2010: 13.1%), bei den Jungen ergab sich aber ein mit 2006 vergleichbarer Anteil (26.6%) (für weitere Ergebnisse siehe Windlin et al., 2011).

### Wo steht die Schweiz im internationalen Vergleich?

Dank einer standardisierten Methodik, die in allen teilnehmenden Ländern einheitlich angewandt wird, ist ein Vergleich der Schweizer HBSC-Ergebnisse mit denjenigen von über 40 anderen Ländern und Regionen möglich. Zum Beispiel zeigt sich, dass der Anteil 15-Jähriger, die sich täglich mehrmals die Zähne putzen, in keinem anderen der teilnehmenden Länder höher liegt und nur Deutschland fast ebenso hohe Werte ausweisen kann. Bezüglich der körperlichen Aktivität figurieren die in der Schweiz lebenden 15-Jährigen jedoch am

unteren Ende der Liste, ist der Anteil derjenigen, die sich an jedem Tag der Woche mindestens eine Stunde körperlich betätigen, doch knapp unter demjenigen für Frankreich und liegt von den teilnehmenden Ländern nur in Italien noch tiefer. Des Weiteren zeigt sich, dass der Anteil 15-Jähriger, die im Monat vor der Befragung Cannabis geraucht hatten, in der Schweiz verhältnismässig hoch ist: Nach Kanada, Spanien, den USA und Frankreich steht die Schweiz diesbezüglich an fünfter Stelle (für weitere Ergebnisse siehe Currie et al. 2012).

### Veröffentlichung der Ergebnisse

Im Laufe der nunmehr über 25-jährigen Schweizer Teilnahme an diesem internationalen Projekt sind viele Forschungsberichte, wissenschaftliche Abhandlungen, einem breiten Publikum zugängliche Zeitschrift- und Zeitungsartikel und verschiedentlich ausgerichtete Informationsbroschüren entstanden, in denen die Ergebnisse der bisher sieben von Sucht Schweiz durchgeführten HBSC-Studien veröffentlicht wurden. Eine Liste dieser Publikationen kann auf der projekteigenen Internetseite ([www.hbsc.ch](http://www.hbsc.ch)) eingesehen werden. Während sich einige dieser Publikationen an Fachleute richten, die sich in ihrem Beruf auf unterschiedliche Art und Weise mit der Gesundheit von Jugendlichen auseinandersetzen, sind andere für die Jugendlichen selbst, ihre Eltern oder die breite Öffentlichkeit bestimmt.

### Eine wertvolle Quelle für Informationen

Angesichts des jungen Alters der in der HBSC-Studie untersuchten (nicht klinischen) Population und der Methode der Datenerfassung darf nicht unerwähnt bleiben, dass die einzelnen untersuchten Themengebiete jeweils nur durch wenige und relativ einfache Fragen erfasst werden können, die der tatsächlichen Komplexität der untersuchten Sachverhalte nur annähernd gerecht zu werden vermögen. Nichtsdestotrotz bleibt HBSC eine einzigartige Informationsquelle, die durch ihre langjährige Geschichte und Breite der erfassten Themenbereiche eine umfassende Sicht auf die Gesundheit und das Gesundheitsverhalten der 11- bis 15-jährigen Schülerinnen und Schülern in der Schweiz bieten kann.

### Referenzen

- Currie, C., Zanotti, C., Morgan, A., Currie, D., de Looze, M., Roberts, C., et al. (Eds.). (2012). Social determinants of health and well-being among young people. Health Behaviour in School-aged Children (HBSC) study: international report from the 2009/2010 survey. (Health Policy for Children and Adolescents, No. 6). Copenhagen: WHO Regional Office for Europe.
- Kuntsche, E., & Delgrande Jordan, M. (Eds.). (2012). Gesundheit und Gesundheitsverhalten Jugendlicher in der Schweiz. Ergebnisse einer nationalen Befragung. Bern: Verlag Hans Huber.
- Windlin, B., Kuntsche, E., & Delgrande Jordan, M. (2011). Konsum psychoaktiver Substanzen Jugendlicher in der Schweiz – Zeitliche Entwicklungen und aktueller Stand. Resultate der internationalen Studie «Health Behaviour in School-aged Children» (HBSC) (Forschungsbericht Nr. 58, revidierte und aktualisierte Fassung). Lausanne: Sucht Info Schweiz.

### Korrespondenzadresse

Marina Delgrande Jordan

Sucht Schweiz

Postfach 870

1001 Lausanne

Tel. 021 321 29 96

Fax 021 321 29 40

[mdelgrande@addictionsuisse.ch](mailto:mdelgrande@addictionsuisse.ch)