

## Pressemitteilung

# AOK-Familienstudie 2022: Nur 60 Prozent der Familien in Westfalen-Lippe fühlen sich gesund

## AOK-Chef Ackermann: „Schlechte Elterngesundheit wirkt sich negativ auf Kinder aus“

Dortmund, 06.12.2022

Nur 60 Prozent der Familien in Westfalen-Lippe schätzen ihren Gesundheitszustand positiv ein. Auch die Kinder klagen zunehmend über gesundheitliche Beeinträchtigungen. Das belegt eine aktuelle Umfrage des IGES-Instituts im Rahmen der ‚AOK-Familienstudie 2022‘. Erhoben wurde die Gesundheit von Eltern und Kindern in Westfalen-Lippe, das Ernährungs- und Bewegungsverhalten sowie Belastungsfaktoren und deren Auswirkungen auf das Familienleben. „Die schlechte Elterngesundheit wirkt sich auch negativ auf das Wohlbefinden der Kinder aus. Mehr gemeinsame Rituale und Aktivitäten können die Gesundheit der jüngsten Familienmitglieder verbessern“, sagt Tom Ackermann, Vorstandsvorsitzender der AOK NordWest.

Die aktuelle AOK-Familienstudie für Westfalen-Lippe zeigt vor allem die vielfachen Belastungsfaktoren für die Eltern. Dazu gehören an erster Stelle die finanziellen Belastungen mit 42 Prozent, gefolgt vom alltäglichen Zeitdruck mit 39 Prozent und psychischen Beeinträchtigungen mit 35 Prozent. Partnerschaftliche Belastungen sowie körperliche Anstrengungen liegen jeweils bei 22 Prozent.

### **Gesundheitlichen Beeinträchtigungen bei Kindern**

Auch immer mehr Kinder klagen über gesundheitliche Beeinträchtigungen. So haben 28 Prozent Störungen beim Einschlafen, 16 Prozent leiden an Bauchschmer-

zen, 13 Prozent an Kopfschmerzen und zehn Prozent an Schwindel. Diese vor allem psychosomatischen Beschwerden können vor allem aufgefangen werden durch bestimmte Schutzfaktoren, wie mehr ungeteilte Aufmerksamkeit für das Kind, Rituale und zusammen vereinbarte Regeln im Familienalltag. „So stärken gemeinsame Aktivitäten wie Lesen, Sport und Spiele oder feste gemeinsame Mahlzeiten den familiären Zusammenhalt und sind dadurch förderlich für die Gesundheit der Kinder“, sagt Ackermann.

### **Klimawandel und Gesundheit in Familien präsent**

Experten gehen davon aus, dass unsere aktuelle Ernährungsweise unserer Gesundheit und dem Klima schadet. Auch 82 Prozent der befragten Eltern in Westfalen-Lippe schätzen den Einfluss der Ernährung auf Klima und Umwelt als bedeutsam ein. 40 Prozent der Familien haben aufgrund der Klimakrise ihr Essverhalten entsprechend verändert. Für deutlich mehr als die Hälfte der Familien (60 Prozent) hingegen spielt das Klima bei der Entscheidung, was im Einkaufskorb landet, in der Regel keine Rolle. „Das Wissen um die Möglichkeiten einer schmackhaften gesunden und klimafreundlichen Ernährung ist offenbar noch nicht in allen Familien angekommen. Dabei reichen oft schon Kleinigkeiten, die einfach in den Alltag integriert werden können“, so Ackermann. 77 Prozent der Befragten wünschen sich klare Vorgaben der Bundesregierung an die Lebensmittelindustrie, um die Auswahl der Lebensmittel nach Umwelt- und Gesundheitsaspekten zu erleichtern. „Daher ist es wichtig, dass Kinder bereits früh etwas über klima- und umweltfreundliche Ernährung lernen“, so Ackermann. Das erfolgreiche AOK-Präventionsprogramm „JolinchenKids“ in den Kitas sei ein gutes Beispiel dafür, wie frühkindliche Gesundheitsbildung sogar schon vor der Schule umgesetzt werden kann.

Aktuell investiert die Bundesregierung mit dem Kita-Qualitätsgesetz vier Milliarden Euro in frühkindliche Bildung. „Geld, das Länder und Kommunen zielgenau einsetzen können, um vor allem Kinder und deren Eltern aus sozial benachteiligten Familien zu unterstützen, damit sie gleiche Startchancen ins Leben erhalten“, so Ackermann. Hierzu zähle auch eine gesunde Gemeinschaftsverpflegung in Kitas und Schulen. „Das genügt aber noch nicht. Wir brauchen eine breite gesellschaftliche Anstrengung für unsere Familien“, fordert der AOK-Chef. Die vielen guten Maßnahmen müssten künftig noch besser miteinander verzahnt und gemeinsam zielgerichtet in die Fläche gebracht werden.

### **Hintergrund**

Die AOK-Familienstudie wurde mit wissenschaftlicher Begleitung der IGES Institut GmbH durchgeführt. Im Auftrag der AOK erfolgte von August bis Oktober

2022 eine Onlinepanel-Befragung, repräsentativ nach Alter der Kinder und Bildungsabschluss der Eltern. Befragt wurden Eltern mit Kindern im Alter von vier bis 14 Jahren. Beteiligt waren nur Elternteile, die zu gleichen Teilen, in der hauptsächlichen oder alleinigen Erziehungsverantwortung sind. Insgesamt wurden 8.500 Eltern bundesweit, 500 in Westfalen-Lippe befragt.