



Wie geht es den jungen Menschen?

**Bericht über die Gesundheit
von den Kindern und Jugendlichen
im Land Brandenburg**



**Ministerium für Gesundheit
und Soziales**

In diesem Text verwenden wir
immer die männliche Form.

Zum Beispiel:

der Arzt.

Damit meinen wir alle Menschen,
egal welches Geschlecht sie haben.



Wir verwenden im Text den Medio·punkt.

Der Medio·punkt trennt lange Wörter.

Lange Wörter lassen sich dann besser lesen.



Inhaltsverzeichnis:

Darum gibt es diesen Bericht:	Seite 4
Was wir schon wissen	Seite 6
Die Gesundheit von den Kindern und Jugendlichen	
1. Körper·gewicht	Seite 7
2. Schul·eingangs·untersuchung (SEU)	Seite 8
3. Behandlung im Kranken·haus	Seite 9
4. Gestorbene Kinder und Jugendliche	Seite 10
5. Mund·gesundheit	Seite 11
Was Kinder und Jugendliche über ihre Gesundheit sagen	Seite 12
Seelische Gesundheit	Seite 12
Wie sich Kinder verhalten:	
1. Sport und Bewegung	Seite 18
2. Gesundes Essen	Seite 20
3. Sucht·mittel	Seite 21
4. Medien·konsum	Seite 24
Impfung	Seite 25
Corona-Pandemie	Seite 26
Unser Plan für eine bessere Kinder·gesundheit	Seite 27
Impressum	Seite 30

Darum gibt es diesen Bericht:

Junge Menschen haben ein Recht auf Schutz.

Und ein Recht auf Gesundheit.

Das steht in der UN-Kinder·rechts·konvention.

UN ist die Abkürzung von **United Nations**.

Das ist Englisch und man spricht es so:

J u n e i t e t N ä i s c h e n s .

Es bedeutet: Vereinte Nationen.

Dazu gehören fast alle Länder auf dieser Welt.

Auch Deutschland.



Eine Konvention ist so ähnlich wie ein Vertrag.

Deutschland hat diesen Vertrag auch unter·schrieben.

Im Vertrag steht:

Das sind die Rechte von Kindern.

Deutschland will diese Rechte ernst nehmen.

Denn Kinder sind sehr wichtig für Deutschland.

Jetzt und später.



In diesem Bericht schauen Fach·leute genau hin:

So geht es den Kindern und Jugendlichen in Brandenburg.

Die Fach·leute sammeln Informationen.

Sie fragen Kinder und Jugendliche:

- ob sie körperlich und seelisch gesund sind.
- wie es ihnen nach der Corona-Zeit geht.
- welche Schule sie besuchen.
- ob ihre Familie arm oder reich ist.
- ob sie in der Stadt oder auf dem Land wohnen.

Dann vergleichen die Fach·leute die Antworten in Brandenburg

mit den Antworten in ganz Deutschland.

Wir von der Regierung im Land Brandenburg wollen genau verstehen,

wie es den Kindern und Jugendlichen geht.

Dann können wir ihnen auch gut helfen.

Darum schreiben wir Berichte.

Den letzten Bericht gab es vor 7 Jahren.

Frage-Bogen

~~~~~ ?

~~~~~ ▶ 😊 😐 😞

~~~~~ ? ☐ ☐ ☐

~~~~~ ? ☐ ☐ ☐

~~~~~ ? ☐ ☐ ☐

~~~~~ ? ☐ ☐ ☐

~~~~~ ? ☐ ☐ ☐

~~~~~ ? ☐ ☐ ☐

~~~~~



In Brandenburg gibt es viele Kinder und Jugendliche.

Fast eine halbe Million.

Das sind alle Menschen

von der Geburt bis zum 18. Geburtstag.



## Was wir schon wissen

So einen Bericht hat es schon oft gegeben.

Darum wissen wir:

Die Gesundheit von Kindern ist unterschiedlich.

Kinder aus armen Familien haben oft Nachteile.

Zum Beispiel:

Sie haben kein Geld für einen Schulranzen.

Oder für neue Schuhe.

Es gibt auch Nachteile für Kinder,

die mit ihrer Familie aus einem anderen Land kommen.

Sie haben oft Probleme beim Lernen in der Schule.

Weil sie noch nicht so gut deutsch sprechen.

Heute geht es den Familien in Brandenburg besser als früher.



Die meisten Kinder in Brandenburg sind im Grund·schul·alter.

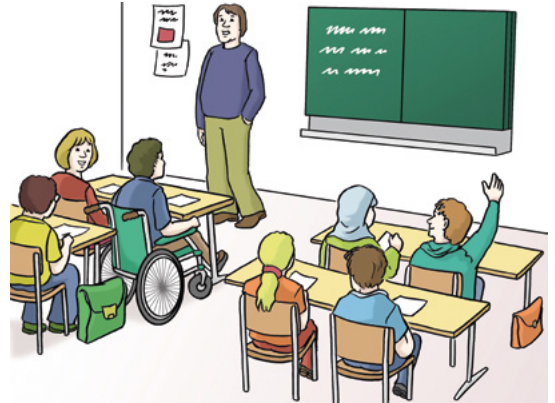
Nach der Grund·schule gehen

die meisten Kinder in eine Ober·schule.

Von etwa jedem 10. Kind

kommt die Familie aus einem anderen Land.

Die meisten Kinder sprechen zu Hause deutsch.



## Die Gesundheit von den Kindern und Jugendlichen

### 1. Körper·gewicht

Das richtige Körper·gewicht ist wichtig für die Gesundheit.

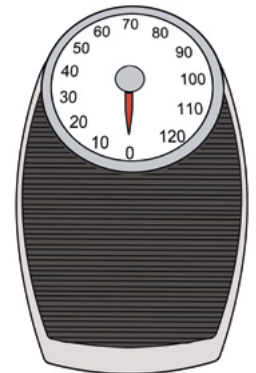
Zu viel Gewicht kann krank machen.

Während der Corona-Zeit gab es mehr schwere Kinder.

Das hat sich danach wieder geändert.

Wahrscheinlich haben sich diese Kinder zu wenig bewegt.

Und zu viel am Computer gespielt.



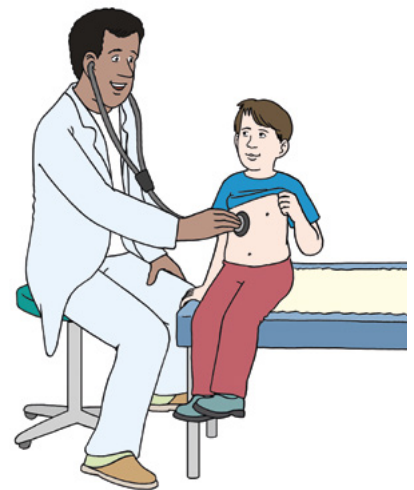
## 2. Schul·eingangs·untersuchung (SEU)

Jedes Kind muss vor dem 1. Schultag zum Arzt gehen.

Das schwere Wort dafür heißt:

**Schul·eingangs·untersuchung.**

Die Abkürzung ist: S E U.

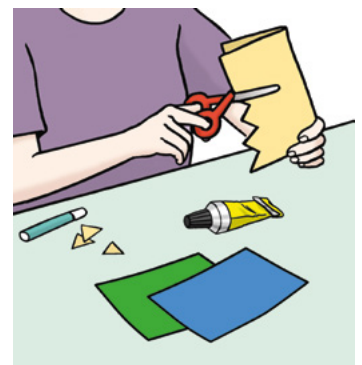


Das prüft ein Arzt bei der SEU:

- Wie gut ein Kind sprechen kann.
- Wie das Kind sich in einer stressigen Situation verhält.
- Wie sich das Kind bewegen kann.

Zum Beispiel: auf einem Bein hüpfen.

Oder mit einer Schere schneiden.



Das kam bei den SEU heraus:

Von 10 Kindern haben 2 Kinder Sprach·probleme.

Zum Beispiel: sie stottern.

Bei Jungs kommt es öfter vor als bei Mädchen.





Manche Familien haben wenig Geld.

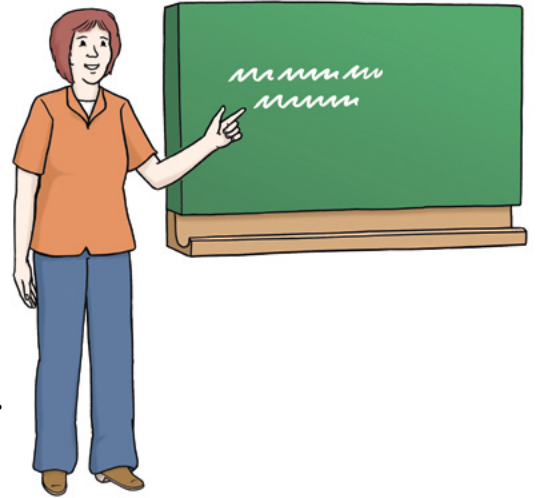
Oder sie kommen aus einem anderen Land.

Ihre Kinder sind öfter krank als andere Kinder.

Sie haben zum Beispiel öfter eine Grippe.

Sie kommen dann in der Schule nicht so gut mit.

Weil sie öfter fehlen als andere Kinder.



### **3. Behandlung im Kranken·haus**

Kinder und Jugendliche müssen manchmal auch in ein Kranken·haus.

Im Jahr 2023 gab es das etwa 40-Tausend Mal.

Dabei kamen mehr Jungs ins Kranken·haus als Mädchen.

Die meisten Kinder waren im Kita·alter.

Das waren die häufigsten Krank·heiten:

- Kopf·verletzung, zum Beispiel: nach einem Sturz
- Magen-Darm-Virus
- Atemwegs·erkrankungen, zum Beispiel: Husten.



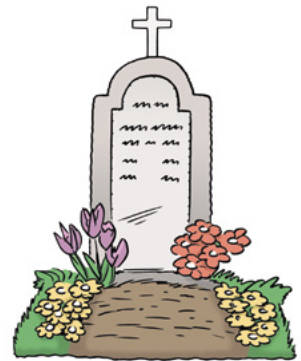
Familien mit wenig Geld oder mit großen Sorgen  
kamen mit ihren Kindern öfter ins Krankenhaus.  
In den reichen Familien kam das selten vor.



Vor der Corona-Zeit waren mehr Kinder in einem Krankenhaus.  
Im Jahr 2023 waren es wieder weniger Kinder.

#### **4. Gestorbene Kinder und Jugendliche**

Im Jahr 2023 sind in Brandenburg  
90 Kinder und Jugendliche gestorben.  
Sie waren sehr schwer krank.  
Oder sie hatten einen Unfall.



So alt waren die 90 Kinder bei ihrem Tod:

- 52 waren noch Babys.
- 28 Kinder waren 1-15 Jahre alt.
- 10 waren Jugendliche mit 15-18 Jahren.

Das bedeutet:

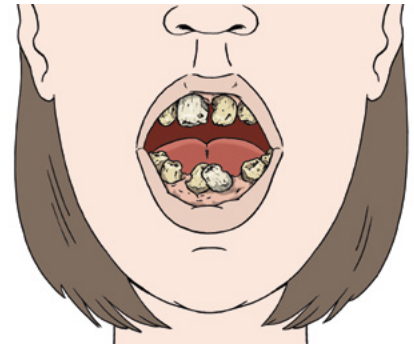
Die meisten Kinder sind als kleines Baby gestorben.



## 5. Mund·gesundheit

Bei der Mund·gesundheit schaut der Zahn·arzt:

- so gesund sind die Zähne,
- das Zahn·fleisch und
- die Zunge.

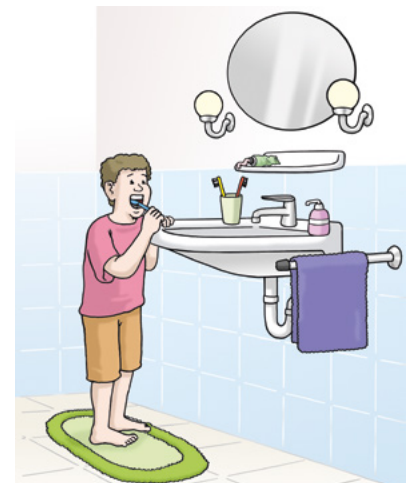


In Brandenburg gibt es den Zahn·ärztlichen Dienst.

2023 wurden fast 200-Tausend Kinder untersucht.

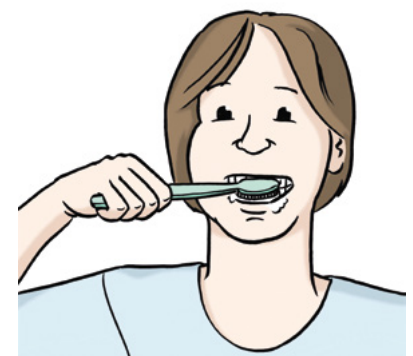
Insgesamt kann man sagen:

- Seit dem Jahr 1999 ist die Mund·gesundheit bei den Kindern in Brandenburg viel besser geworden.
- Während der Corona-Zeit ist die Mund·gesundheit gleich·geblieben.
- Viele Kitas üben das Zähne·putzen mit den Kindern.



Aber: Vor der Corona-Zeit waren es mehr Kitas.

- Immer **weniger** Kinder und Jugendliche putzen 2 mal am Tag ihre Zähne. Manche nur 1 mal oder gar nicht.



## Was Kinder und Jugendliche über ihre Gesundheit sagen

Wir fragen Kinder und Jugendliche:

■ Wie gesund warst du im vergangenen Jahr?

■ Wie schätzt du deine Gesundheit ein:

gut, mittel oder schlecht?

Frage-Bogen

~~~~~?

~~~~~ ▶ 😊 😐 😞

~~~~~ ? ☐ ☐ ☐

~~~~~ ? ☐ ☐ ☐

~~~~~ ? ☐ ☐ ☐

~~~~~ ? ☐ ☐ ☐

~~~~~ ? ☐ ☐ ☐

~~~~~ ? ☐ ☐ ☐

~~~~~

Die meisten Kinder und Jugendlichen haben gesagt:

Meine Gesundheit ist eher gut.

In der Grund·schule waren das mehr Kinder.

Bei den Jugendlichen waren es weniger.

Manche Jugendliche fanden ihre Gesundheit schlecht.

Insgesamt fühlen sich die Kinder und Jugendlichen

in Brandenburg also eher gesund.



Seelische Gesundheit

Gesundheit betrifft **nicht** nur den Körper.

Auch die Seele muss gesund sein.

Das schwere Wort dafür ist:

Psy·chi·sche Gesundheit.



Die W H O sagt auch:

Die Seele ist sehr wichtig für die Gesundheit.

W H O ist die Abkürzung für **W**orld **H**ealth **O**rganization.

Man spricht es so:

WörlD Hels Organasäischen.

Das ist Englisch und heißt:

Welt·gesundheits·organisation.



Die Kinder und Jugendlichen kennen sich selbst am besten.

Ihre Meinung ist uns wichtig.

Wir haben sie gefragt:

Wie ist deine seelische Gesundheit?

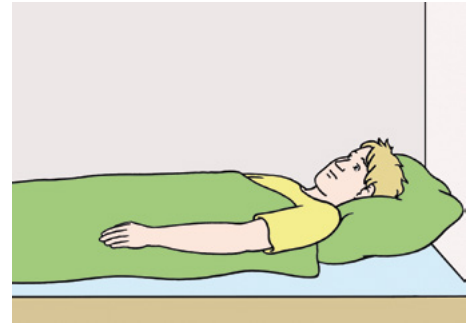
Insgesamt waren die Kinder und Jugendlichen

im Jahr 2022 mit ihrem Leben zufrieden.



Diese Gruppen waren **weniger** zufrieden:

- Mädchen
- Kinder aus einem anderen Land
- Schüler an Ober-schulen und an Gymnasien.



Vor der Corona-Zeit ging es den Kindern ein wenig besser.

Manche Kinder und Jugendliche schlafen schlecht.

Andere sind oft gereizt oder nervös.

Manche haben auch Kopf-schmerzen.

Außerdem fühlten sich im Winter 2021/2022

viele Schüler oft einsam.

Viele waren ängstlich.



Diese seelischen Krank-heiten werden

bei Kindern und Jugendlichen immer häufiger:

- große Angst,
- sich selbst verletzen,
- Traurigkeit / Depression.



Über Kinder im Alter von 5 und 6 Jahren wissen wir gut Bescheid.

Weil sie alle zur **Schul•eingangs•u**ntersuchung gehen.

Das kam bei der SEU heraus:

In den vergangenen 10 Jahren hatte
jedes 10. Kind ein seelisches Problem.

Das ist eine sehr hohe Zahl.



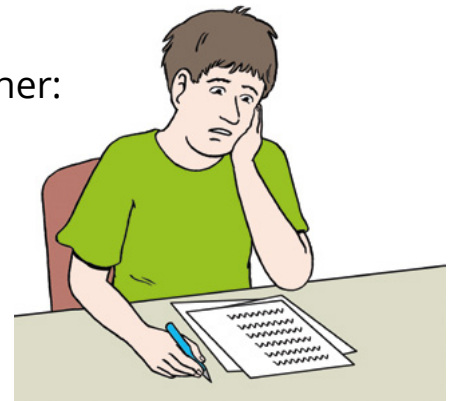
Das kam auch noch bei der SEU heraus:

Diese Probleme hatten 2023 viel mehr Kinder als früher:

■ **Lern•schwierigkeiten**

So heißt es, wenn Kinder nicht gut lernen können.

Sie kommen in der Schule schlecht mit.



■ **Schwieriges Verhalten**

Manche Kinder können **nicht** so gut

mit ihren Gefühlen umgehen.

Sie haben oft Angst oder werden schnell wütend.

Sie können eine Situation **nicht** einschätzen.

Sie haben häufig **keine** Freunde.



■ ADS oder ADHS

Kinder mit ADS oder ADHS

müssen sich immer bewegen.

Sie können **nicht** lange still sitzen.

Sie können in der Schule nicht so gut aufpassen.



Weitere Informationen bekommen wir von den Krankenhäusern.

Dort schreiben die Ärzte auf:

So viele Kinder sind seelisch krank.

Manche Kinder sind sehr krank.

Sie müssen lange im Krankenhaus bleiben.



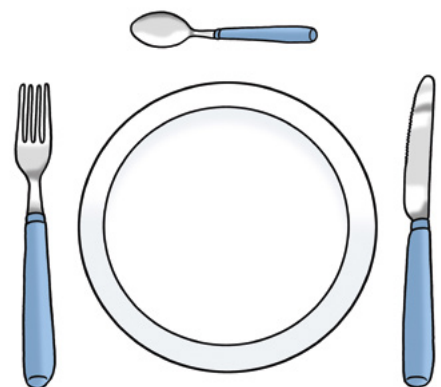
Einige Kinder haben eine Essstörung.

Sie essen zu viel oder zu wenig.

Davon werden sie krank.

Oft sind es Mädchen,

die eine Essstörung haben.



Manche Kinder haben eine Depression.

Sie sind traurig und verletzen sich selbst.

Das ist meistens mit 15 Jahren.

Manche Jugendliche haben Drogen-probleme.

Das kommt bei Jungs öfter vor als bei Mädchen.

Sie nehmen Drogen oder trinken zu viel Alkohol.



Auch bei den Kranken-häusern sehen wir:

Kinder aus Familien mit vielen Sorgen

kommen öfter ins Kranken-haus.

Und sie sind öfter seelisch krank als andere Kinder.



Manche Kinder sind oft krank.

Das ist ungerecht.

Kinder aus diesen Familien betrifft es öfter als andere Kinder:

- eine Familie, die nur wenig Geld hat,
- eine Familie mit wenig Bildung,
- eine Familie, die aus einem anderen Land kommt.



Wie sich Kinder verhalten

Was Kinder tun oder nicht tun

wirkt auf ihre Gesundheit.

Zum Beispiel:

Sport ist gut für Kinder und Jugendliche.

Und gesundes Essen auch.



1. Sport und Bewegung

Die WHO sagt:

Jedes Kind und jeder Jugendliche

sollte sich täglich 1 Stunde bewegen.

In Brandenburg klappt das nicht immer.



Die Kinder und Jugendlichen treiben jedoch mehr Sport als früher.

Jungs treiben oft mehr Sport als Mädchen.

Das gilt auch für den Schul-sport.

Viele Jugendliche treiben nur in der Schule Sport.

Mädchen machen öfter diese Sportarten:

- Reiten oder Tanzen.

Jungs machen öfter diese Sportarten:

- Fußball oder Kraftsport,



Diese Sportarten machen gleich viele Jungs und Mädchen:

- Fitness-training,
- Volleyball,
- Radfahren.



Zum Thema Bewegung wissen wir nur wenig.

Aber eines wissen wir:

Kinder aus Familien mit guter Bildung

gehen öfter in einen Sportverein.

Sie bewegen sich mehr als andere Kinder.

Die Eltern kümmern sich darum,

dass ihre Kinder in den Sportverein gehen.



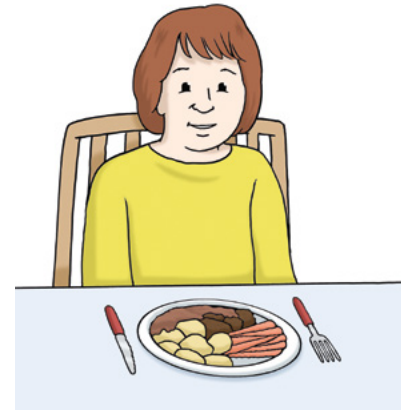
2. Gesundes Essen

Wer gesund isst, bleibt länger gesund.

Deshalb ist gesundes Essen sehr wichtig.

Kinder und Jugendliche wachsen noch.

Sie brauchen viele Vitamine und Nährstoffe im Essen.



Dieses Essen ist gesund:

- viel Obst und Gemüse,
- Vollkornprodukte: zum Beispiel: Müsli,
- wenig Fleisch oder Fett,
- wenig Süßigkeiten oder Limo.



Im Jahr 2022 haben viele Jugendliche gesagt:

Wir essen nur **selten** Obst und Gemüse.

Mädchen sagten:

Wir essen oft Süßigkeiten.

Jungs sagten:

Wir trinken oft süße Limo.



Gemeinsames Essen ist wichtig.

Aber die Ärzte erzählen uns:

Eltern wissen wenig über gesundes Essen.

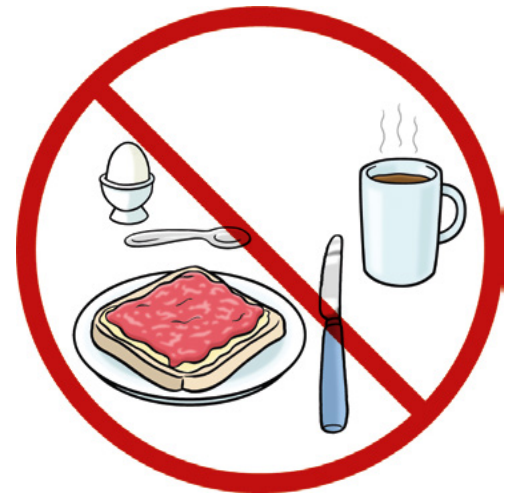
Sie geben ihren Kindern Hamburger oder Pizza.

Oft fällt eine Mahlzeit ganz aus.

Viele Kinder gehen **ohne** Frühstück in die Schule.

Viele Jugendliche essen allein.

In manchen Familien gibt es **keine** gemeinsamen Mahlzeiten.



3. Suchtmittel

Alkohol und Drogen sind sehr schlecht für die Gesundheit.

Sie machen süchtig.

Dann will man immer mehr davon haben.

Das ist bei Jugendlichen besonders schlimm!

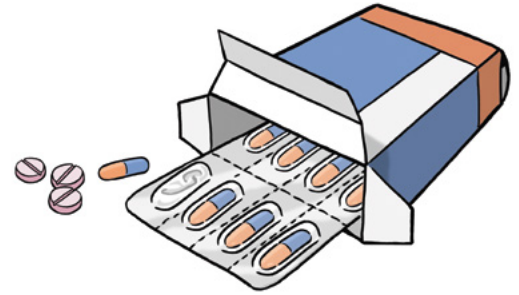
In Brandenburg fragen wir die Jugendlichen alle 4 Jahre:

Welche Drogen nimmst du und wie oft?



Jugendliche benutzen diese Sucht-mittel:

- Alkohol,
- Tabak,
- Cannabis, auch bekannt als: Haschisch,
- bestimmte Medikamente.



Das alles ist sehr schlecht für die Gesundheit.

Manche Sucht-mittel sind legal.

Das heißt, sie sind **nicht** verboten.

Zum Beispiel: Alkohol.

Alkohol darf man erst mit 16 Jahren kaufen.

Das steht im Jugend-schutz-gesetz.



2021 kam bei einer Umfrage heraus:

Manche Jugendliche trinken Alkohol.

So viel, bis sie betrunken sind.

Das machen 2 von 10 Jugendlichen so.



Insgesamt können wir aber sagen:

Immer weniger Jugendliche wollen Alkohol trinken.

Viele trinken **nie** oder nur **wenig** Alkohol.

Und immer weniger Jugendliche rauchen Tabak.

Das ist sehr gut für ihre Gesundheit.



Nur 1 von 100 Jugendlichen nimmt verbotene Suchtmittel.

Das sind zum Glück sehr wenige Jugendliche.

Verbotene Suchtmittel sind zum Beispiel:

- Ecstasy,
- Kokain,
- Heroin,
- LSD,
- Am·phe·ta·mi·ne.

Das sind sehr gefährliche Pillen.

Sie machen schnell süchtig.



4. Medien·konsum

Medien·konsum ist, wenn man viel Zeit am Handy verbringt.

- Oder am Tablet.
- Oder am Computer.
- Oder an der Spielkonsole, zum Beispiel: Play·station.



Das kann auch süchtig machen.

Die Kinder und Jugendlichen sitzen oder liegen dann die ganze Zeit.

Das ist un·gesund.

Wer viel Zeit in den Sozialen Medien verbringt,

kann auch krank werden.

Soziale Medien sind zum Beispiel:

- Tik·tok,
- Insta·gram,
- Snap·chat.



Kinder und Jugendliche schauen zu oft auf ihr Handy.

Kinder von Förder·schulen sind besonders viel am Handy.

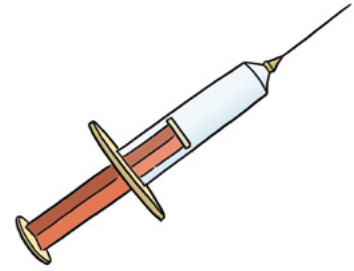
Nur wenige Eltern helfen ihren Kindern beim Thema Medien·konsum.

Impfung

Die Impfung schützt vor vielen Krankheiten.

Es ist nur ein kleiner Pieks mit einer Spritze.

Dann sind die Kinder ein Leben lang geschützt.



In Deutschland gibt es die STIKO.

Das ist die **Ständige Impf-Kommission**.

In der STIKO sitzen Wissen·schaftler.

Sie sagen, welche Impfung sie empfehlen.

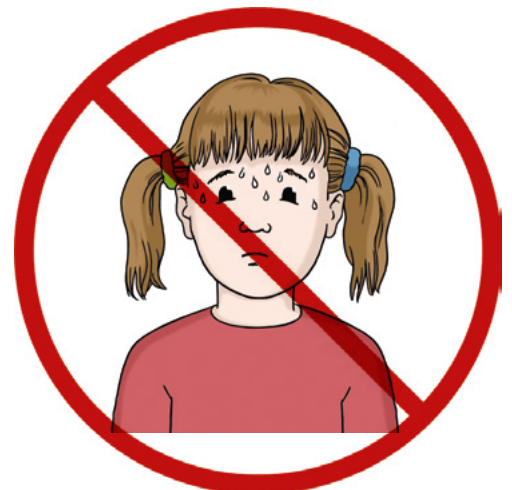


Fast alle Eltern in Brandenburg halten sich an diese Empfehlung.

Sie lassen ihre Kinder zum Beispiel gegen diese Krank·heiten impfen:

- Mumps,
- Röteln,
- Masern oder
- Wind·pocken.

und vielen andere Krank·heiten.



Corona-Pandemie

2020 gab es den 1. Corona-Fall in Brandenburg.

Bis 2023 mussten die Kinder und Jugendlichen ihr Leben stark ändern.

Die Schulen und Kitas waren geschlossen.

Sie konnten ihre Freunde **nicht** mehr treffen.

Sie mussten eine Maske tragen.



Wir wollten wissen:

Wie ging es den Kindern und Jugendlichen in dieser Zeit?

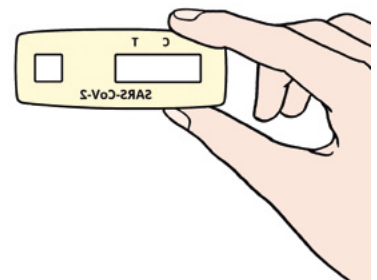


Sehr viele Kinder bekamen Corona.

Im Alter von 5-14 Jahren waren sie am stärksten betroffen.

Mehr als die Erwachsenen.

In Brandenburg sind 4 Kinder an Corona gestorben.



Sehr viele Kinder wurden geimpft.

Und die meisten Jugendlichen auch.

Die Impfung schützt vor Corona.

Wer eine Maske trägt, ist auch geschützt.

So haben jedes Jahr weniger Kinder Corona bekommen.



Manche Menschen hatten Corona und sind heute noch immer krank.

Sie fühlen sich immer müde und schwach.

Das nennt man: Long Covid.

Das kommt leider auch bei Kindern vor.

Es gibt noch kein Mittel dagegen.



Unser Plan für eine bessere Kinder-gesundheit

In diesem Bericht haben wir viele Zahlen gesammelt.

Und viele Informationen zum Thema Gesundheit.

Deshalb ist der Bericht so wichtig:

Wir können nur dann gut helfen,

wenn wir die Probleme kennen.



Wir machen einen Plan:

Wie wir Kindern und Jugendlichen helfen können.

Dieser Bericht hilft uns dabei.



Wir möchten die Gesundheit von jungen Menschen in Brandenburg fördern.

Damit sie körperlich und seelisch gesund aufwachsen.

Wir wollen gleiche Chancen für alle Kinder und Jugendlichen.

Wir wollen **keinen** Unterschied machen.

Egal, aus welcher Familie ein Kind kommt.

Oder aus welchem Land es kommt.

Denn alle Kinder haben ein Recht auf Gesundheit.

Niemand darf wegen Armut krank werden!



Deshalb gibt es den **Arbeits·kreis Kinder·armut**.

Im Arbeits·kreis Kinder·armut arbeiten vielen Stellen zusammen:

- das Sozial·ministerium
- das Gesundheits·ministerium
- das Arbeits·ministerium.



In Brandenburg gibt es verschiedene Aktionen für Kinder·gesundheit:

- das **Bündnis Gesund Aufwachsen**
- das Landes·projekt **Kindes·wohl im Blick**
- das Projekt **selbst·bestimmt**

für Kinder aus Sucht·familien.



Gesundheits·förderung ist eine wichtige Aufgabe.

Dafür gibt es ein eigenes Gesetz:

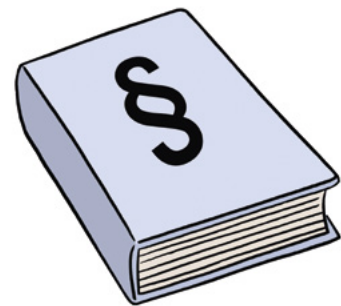
das Branden·burgische Gesundheits·dienst·gesetz.

Darin steht,

was das Land und jedes Gesundheits·amt tun muss.

Damit die Kinder gesund bleiben.

Und damit kranke Kinder gesund werden.



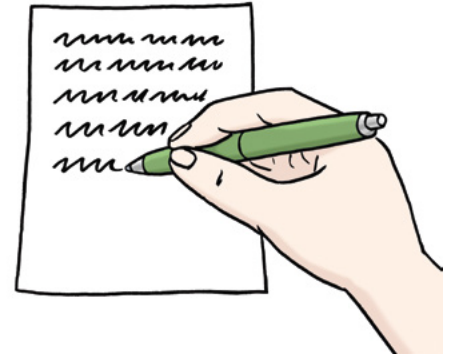
Impressum:

Im Impressum steht, wer den Text gemacht hat.

Ingeborg Naundorf hat den Text

in Leichter Sprache geschrieben.

Internet-seite: www.gute-leichte-sprache.de



Das Prüf-büro controlletti hat den Text geprüft.

Diese Prüfer und Prüferinnen haben mitgemacht:

- Cindy Knoke
- Christine Schuster
- Fabian Korthals
- Frank Lenz
- Andreas Mundzinger
- Michael Millarch
- Tobias Glaumann
- Roman Wischnewski
- Janine Gaebel
- Gabi Mahn



Teltower Diakonische Werk-stätten

Internet-seite: www.diakonissenhaus.de

Beide sind vom Verein Netz-werk Leichte Sprache.

Deshalb hat der Text das rote Prüf-siegel bekommen.

Die Zeichnungen sind von Stefan Albers



© **Lebens-hilfe für Menschen mit geistiger Behinderung Bremen e.V.**



Wer hat das Heft gemacht?

Landesregierung Brandenburg

Ministerium für Gesundheit und Soziales

Henning-von-Tresckow-Str. 2-13

14467 Potsdam

Internet:

mgs.brandenburg.de