

Erbe der Pandemie: Ängste bei Kindern werden chronisch

- **DAK-Kinder- und Jugendreport: Plateau-Bildung auch bei Depressionen und Essstörungen auf hohem Niveau**
- **Angststörungen bei jugendlichen Mädchen steigen seit 2019 um 53 Prozent – Zahl dauerhafter Behandlungen verdoppelt**
- **DAK-Chef Storm fordert Offensive für mentale Gesundheit**

Hamburg, 8. Dezember 2025. Die Folgen der Pandemie und anhaltende Krisen sorgen bei vielen jungen Menschen dauerhaft für psychische Probleme. Das zeigt der neue DAK-Kinder- und Jugendreport zu Angststörungen, Depressionen und Essstörungen. Im Fokus der wissenschaftlichen Studie stehen Mädchen im Alter zwischen 15 und 17 Jahren, da sich hier die größten Anstiege zeigen: 2024 waren 66,5 von 1.000 DAK-versicherten Mädchen mit einer Angststörung in Behandlung, womit hochgerechnet bundesweit 75.500 junge Frauen betroffen waren. Im Vergleich zu 2019 ist dies ein Anstieg um 53 Prozent. Gleichzeitig verdoppelte sich die Zahl chronischer Angststörungen mit einem Zuwachs um 106 Prozent. Experten sehen in den Ergebnissen des Reports ein „Erbe der Pandemie“, da auch andere psychische Probleme dauerhaft behandelt werden müssten. Bei jugendlichen Mädchen sind die Fallzahlen von Depressionen und Essstörungen ebenfalls erhöht. Nach einem Anstieg bis 2021 stabilisiert sich die Häufigkeit dieser Diagnosen auf einem hohen Niveau mit einer Plateau-Bildung.

„Die aktuellen Ergebnisse des DAK-Kinder- und Jugendreports zeigen den Ernst der Lage und eine neue Dimension. Die leise Hoffnung auf einen Rückgang bei psychischen Erkrankungen ist nicht eingetreten. Ängste, Depressionen und Essstörungen begleiten viele junge Menschen inzwischen dauerhaft – vor allem Mädchen. Wir müssen aufpassen, dass wir nicht einen Teil dieser Generation verlieren“, sagt DAK-Vorstandschef Andreas Storm. „Jugendliche leiden oft auch später als Erwachsene an den Folgen ihrer psychischen Erkrankungen, was ihre Familien oder ihr Arbeitsleben belastet. Deshalb brauchen wir jetzt eine Offensive für die mentale Gesundheit von Kindern und Jugendlichen in Deutschland.“

Chronifizierung bei jugendlichen Mädchen verdoppelt

Laut DAK-Kinder- und Jugendreport hat sich die Chronifizierung von Angststörungen verdoppelt: Im Vorpandemiejahr 2019 mussten 8,1 von 1.000 Mädchen zwischen 15 und 17 Jahren jedes Quartal mit einer

Angststörung ambulant oder stationär behandelt werden. 2024 waren es 16,6 je 1.000 jugendliche Mädchen. Das entspricht einer Steigerung von 106 Prozent. Zudem haben sich die Komorbiditäten, also ein gleichzeitiges Auftreten zweier psychischer Erkrankungen bei jungen Patientinnen, ebenfalls knapp verdoppelt. Die Zahl jugendlicher Mädchen, die zeitgleich an einer Angststörung und einer Depression litten, erhöhte sich 2024 im Vergleich zu 2019 um rund 90 Prozent.

Experten sehen Erbe der Pandemie

„Die Zahlen des DAK-Kinder- und Jugendreports machen das Erbe der Pandemie sichtbar. Wir sehen eine langfristige Verfestigung psychischer Störungen bei Kindern und Jugendlichen“, so Prof. Dr. med. Christoph U. Correll, Direktor der Klinik für Psychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie des Kindes- und Jugendalters an der Berliner Charité. Fehlende soziale Kontakte und Entwicklungsschritte aus der Pandemie-Zeit führten vor allem bei Mädchen zu einem internalisierenden Verhalten, was hohe Behandlungszahlen im Bereich psychischer Erkrankungen zur Folge habe. „Zudem sind Mädchen vulnerabler als Jungen für soziale Medien, deren Konsum in der Pandemie angestiegen ist“, so Correll weiter. „Sie sehen Körperbilder, Glücks- und Zufriedenheitsideale, die nicht erfüllt werden können. Das erhöht das Stresslevel und kann die Ausprägung psychischer Erkrankungen fördern und vertiefen.“

Als erste Krankenkasse hat die DAK-Gesundheit ambulante und stationäre Abrechnungsdaten von Kindern und Jugendlichen mit dem Fokus auf Angststörungen, Depressionen und Essstörungen für das Jahr 2024 ausgewertet. Für die aktuelle DAK-Sonderanalyse im Rahmen des Kinder- und Jugendreports untersuchten Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftler von Vandage und der Universität Bielefeld Abrechnungsdaten von rund 800.000 Kindern und Jugendlichen bis einschließlich 17 Jahren, die bei der DAK-Gesundheit versichert sind. Untersucht wurde das Zeitfenster von 2019 bis 2024 mit insgesamt rund 42 Millionen ambulanten Arzt- und Therapeutenbesuchen, Krankenhausaufenthalten und Arzneimittelverschreibungen. Der Fokus der Analyse lag auf der Altersspanne fünf bis 17 Jahre und insbesondere auf jugendlichen Mädchen.

Plateau-Bildung bei Angststörungen seit 2021

Der DAK-Kinder- und Jugendreport zeigt, dass 2024 rund 22 von 1.000 DAK-versicherten Kindern und Jugendlichen zwischen fünf und 17 Jahren

mit einer Angststörung behandelt wurden. Das entspricht hochgerechnet bundesweit rund 230.000 Kindern und Jugendlichen. Seit 2021 bleiben die Zahlen in allen Altersgruppen auf einem konstant hohen Niveau. Diese Plateau-Bildung zeigt sich besonders deutlich bei jugendlichen Mädchen: 2024 mussten 66,5 von 1.000 Mädchen mit einer Angststörung ambulant oder stationär versorgt werden, insbesondere mit sozialen Phobien und Panikstörungen. Hochgerechnet waren es deutschlandweit rund 75.500 Teenagerinnen im Alter von 15 bis 17 Jahren. Im Vergleich mit dem letzten Vorpandemiejahr 2019 ist das ein Plus von 53 Prozent.

Kinderärzte: „Ergebnisse besorgniserregend“

„Die Ergebnisse sind besorgniserregend und decken sich mit unseren Erfahrungen in der Praxis“, sagt Dr. Michael Hubmann, Präsident des Berufsverbands der Kinder- und Jugendärzt*innen e. V. (BVKJ). „Wir sehen weiterhin eine hohe Rate an psychischen Belastungen bei Kindern und Jugendlichen. Insbesondere Ängste spielen dabei eine große Rolle. Dass sich bei den psychischen Erkrankungen gerade bei jugendlichen Mädchen ein Plateau gebildet hat, überrascht mich nicht. Die Krisen reißen nicht ab – Pandemie, Klimawandel, Kriege, gesellschaftlicher Druck, Zukunftsängste. Das alles bleibt im Alltag junger Menschen präsent. Aus meiner Sicht brauchen wir einen Ausbau von Präventions- und Unterstützungsangeboten, und zwar dort, wo Kinder und Jugendliche ihren Alltag verbringen: in Schulen, Kitas und Jugendzentren.“

„Die Ergebnisse des DAK-Kinder- und Jugendreports verdeutlichen, was Millionen junge Menschen aus ihrem Alltag kennen: Wir befinden uns in der Krise der psychischen Gesundheit von Kindern und Jugendlichen“, sagt Quentin Gärtner, Mitorganisator der Kampagne „Uns geht's gut?“ der Bundesschülerkonferenz. „Wir brauchen Unterstützung von Fachkräften wie Schulpsychologen oder Schulsozialarbeitern, Schulgebäude, in denen man sich tatsächlich wohlfühlen kann, und Unterricht, der Wohlbefinden als notwendige Voraussetzung für Leistung anerkennt. Die Bundesregierung und Bildungsministerkonferenz dürfen uns nicht weiter im Stich lassen. Die Lösungen liegen auf der Hand. Die Politik muss jetzt liefern.“

Depressionen und Essstörungen weiter auf hohem Niveau

Ein ähnlicher Trend zu einer Plateau-Bildung zeigt sich auch mit Blick auf Depressionen und Essstörungen. So stiegen die Behandlungszahlen jugendlicher Mädchen mit Depressionen 2024 im Vergleich zu 2019 um

gut 27 Prozent, bei Essstörungen um etwa 38 Prozent. Seit 2021 verharren die Zahlen nahezu unverändert auf der gleichen Höhe. 2024 waren hochgerechnet bundesweit rund 84.000 jugendliche Mädchen mit einer Depression in Behandlung. Im Falle von Essstörungen waren es etwa 23.000 Teenagerinnen zwischen 15 und 17 Jahren – vor allem mit den Diagnosen Magersucht und Bulimie.

Die DAK-Gesundheit ist mit 5,4 Millionen Versicherten die drittgrößte Krankenkasse Deutschlands und engagiert sich besonders für Kinder- und Jugendgesundheit.