

Ängste werden chronisch: Immer mehr Kinder in Sachsen dauerhaft in Behandlung

- **DAK-Kinder- und Jugendreport: Angststörungen bei jugendlichen Mädchen steigen seit 2019 um 73 Prozent**
- **Depressionen und Essstörungen auf hohem Niveau**
- **DAK-Landeschef Wandel fordert, Gesundheitsthemen verbindlich im Schulalltag zu verankern**

Dresden, 30. Januar 2026. Die Folgen der Pandemie, Zukunftsängste und anhaltende Krisen sorgen bei vielen jungen Menschen in Sachsen für psychische Probleme. Das zeigt der neue DAK-Kinder- und Jugendreport zu Angststörungen, Depressionen und Essstörungen. Im Fokus der wissenschaftlichen Studie stehen Sachsens Mädchen im Alter zwischen 15 und 17 Jahren, da sich hier die größten Anstiege zeigen. 2024 waren rund 67 von 1.000 DAK-versicherten jugendlichen Mädchen wegen einer Angststörung in Behandlung. Im Vergleich zum letzten Vorpandemiejahr 2019 entspricht das einem Anstieg um 73 Prozent. Gleichzeitig stieg die Zahl chronischer Angststörungen um 88 Prozent. Nach Einschätzung von Kinderärztinnen und -ärzten sind psychische Auffälligkeiten bei Kindern und Jugendlichen inzwischen regelmäßig Teil des Praxisalltags. So sind die Fallzahlen von Depressionen und Essstörungen bei jugendlichen Mädchen in Sachsen ebenfalls erhöht.

„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“, sagt Stefan Wandel, DAK-Landeschef in Sachsen. „Oft leiden Jugendliche auch später als Erwachsene an den Folgen ihrer psychischen Erkrankungen, was ihre Familien oder ihr Arbeitsleben belastet. Es ist unsere gesamtgesellschaftliche Verantwortung, ihnen ein gesundes Aufwachsen zu ermöglichen. Deshalb müssen wir Gesundheitsthemen zwingend verbindlich im Schulalltag verankern.“

Angststörungen chronifizieren sich bei jugendlichen Mädchen

Laut DAK-Kinder- und Jugendreport für Sachsen sind jugendliche Mädchen von Angststörungen besonders betroffen. So hat sich die Chronifizierung von Angststörungen bei ihnen im Vergleich zur Zeit vor

der Pandemie beinahe verdoppelt: 2019 mussten 8,2 von 1.000 Mädchen zwischen 15 und 17 Jahren jedes Quartal wegen einer Angststörung ambulant oder stationär behandelt werden. 2024 waren es 15,4 je 1.000. Das entspricht einer Steigerung um 88 Prozent. Zudem haben sich die sogenannten Komorbiditäten, also das gleichzeitige Auftreten zweier psychischer Erkrankungen bei jungen Patientinnen, fast verdreifacht. Die Zahl jugendlicher Mädchen, die zeitgleich an einer Angststörung und einer Depression litten, stieg 2024 im Vergleich zu 2019 um 175 Prozent.

Expertinnen sehen alarmierende Entwicklungen im Praxisalltag

„Die psychischen Störungen und Erkrankungen bekommen wir jeden Tag in der Praxis zu spüren“, sagt Dr. Melanie Ahaus, Fachärztin für Kinder- und Jugendmedizin sowie Weiterbildungsbeauftragte des Berufsverbands der Kinder- und Jugendärzt*innen e. V. (BVKJ) in Sachsen. „Selbst bei Grundschülern gibt es inzwischen übersteigerten Leistungsdruck, Schulverweigerung, Suizidgefahr, Angststörungen und Verhaltensauffälligkeiten. Das ist ein großes gesellschaftliches Problem, das fatale Auswirkungen hat und noch größer werden wird, wenn wir nicht rechtzeitig gegensteuern. Die Eltern sind rat- und hilflos und die Wartezeiten bei den Psychologen und Psychiatern sind sehr lang. Gleichzeitig müssen auch die Eltern frühzeitig in die Verantwortung genommen werden, ihre Kinder zu beschützen und beispielsweise exzessiven digitalen Mediengebrauch zu unterbinden.“ Zusätzlich braucht es aber auch politische Maßnahmen, um die Kinder besser zu beschützen und zu begleiten, so Ahaus.

Plateau-Bildung bei Angststörungen seit 2021

Der DAK-Kinder- und Jugendreport zeigt für Sachsen, dass 2024 rund 25 von 1.000 DAK-versicherten Kindern und Jugendlichen zwischen fünf bis 17 Jahren wegen einer Angststörung behandelt wurden. Das entspricht hochgerechnet landesweit rund 12.300 Kindern und Jugendlichen. Seit 2021 bleiben die Zahlen bei Grundschulkindern und Jugendlichen auf einem konstant hohen Niveau. Diese Plateau-Bildung zeigt sich besonders deutlich bei jugendlichen Mädchen: 2024 mussten rund 67 von 1.000 sächsischen Mädchen mit einer Angststörung ambulant oder stationär versorgt werden, insbesondere mit sozialen Phobien und Panikstörungen. Hochgerechnet waren landesweit rund 3.700 Teenagerinnen im Alter von 15 bis 17 Jahren betroffen. Im Vergleich mit dem letzten Vorpandemiejahr 2019 ist das ein Plus von 73 Prozent.

„Dass es Schülerinnen und Schülern in Sachsen immer schlechter geht, ist leider keine Überraschung. Umso wichtiger ist es, dass das Problem der mentalen Gesundheit in den sächsischen Schulen endlich angegangen wird. Wir brauchen multiprofessionelle Teams, Schulungen für Lehrkräfte und eine Reduktion des täglichen Leistungsdrucks, um diese Zahlen effektiv senken zu können“, sagt Lina Zeeh, Vorsitzende des Landesschülerrat Sachsen.

Depressionen und Essstörungen weiter auf hohem Niveau

Mit Blick auf Depressionen und Essstörungen zeigt der DAK-Kinder- und Jugendreport unterschiedliche Entwicklungen. Während die Behandlungszahlen von Depressionen 2024 insgesamt wieder nahe am Vorpandemieniveau lagen, bleiben sie bei jugendlichen Mädchen deutlich über dem Stand von 2019. Nach einem Höchststand im Jahr 2022 gingen die Zahlen zwar zurück, doch 2024 wurden weiterhin rund 3.100 Mädchen im Alter von 15 bis 17 Jahren behandelt – ein Plus von 26 Prozent gegenüber der Zeit vor der Pandemie. Auch bei Essstörungen ist die Belastung weiterhin hoch. Nach einem starken Anstieg in den Jahren 2020 und 2021 gingen die Fallzahlen zuletzt zwar zurück, lagen 2024 mit rund 1.000 behandelten jugendlichen Mädchen aber noch immer 57 Prozent über dem Vorpandemieniveau.

Als erste Krankenkasse in Sachsen 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 mehr als 19.100 Kindern und Jugendlichen bis einschließlich 17 Jahren, die bei der DAK-Gesundheit in Sachsen versichert sind. Untersucht wurde ein Zeitraum von 2019 bis 2024 mit insgesamt rund einer Million Versorgungskontakten wie ambulanten Arzt- und Therapeutenbesuchen, Krankenhausaufenthalten und Arzneimittelverschreibungen. Der Fokus der Analyse lag auf der Altersspanne fünf bis 17 Jahre und insbesondere auf jugendlichen Mädchen.

Die DAK-Gesundheit ist mit 5,4 Millionen Versicherten die drittgrößte Krankenkasse Deutschlands und engagiert sich besonders für Kinder- und Jugendgesundheit. Insgesamt sind bei der Krankenkasse in Sachsen mehr als 160.000 Menschen versichert.