

Verdoppelung von Essstörungen bei jugendlichen Mädchen im Saarland

- **DAK-Kinder- und Jugendreport: Starker Anstieg seit 2019 um 94 Prozent**
- **Auch Depressionen bei jugendlichen Mädchen steigen seit 2019 um 13 Prozent**
- **Angststörungen verharren auf hohem Niveau**
- **DAK-Landeschef Jürgen Günther fordert Offensive für mentale Gesundheit**

Saarbrücken, 9. Januar 2026. Die Folgen der Pandemie und anhaltende Krisen sorgen bei vielen jungen Menschen im Saarland dauerhaft für psychische Probleme. Das zeigt der neue DAK-Kinder- und Jugendreport zu Essstörungen, Depressionen und Angststörungen. Im Fokus der wissenschaftlichen Studie stehen saarländische Mädchen im Alter zwischen 15 und 17 Jahren, da sich hier die größten Anstiege zeigen: 2024 waren 20 von 1.000 DAK-versicherten jugendliche Mädchen mit einer Essstörung in Behandlung, womit hochgerechnet landesweit 300 junge Frauen betroffen waren. Im Vergleich zu 2019 ist dies ein Anstieg um 94 Prozent. Experten sehen in den Ergebnissen des Reports ein „Erbe der Pandemie“, da auch andere psychische Probleme dauerhaft behandelt werden müssten. Bei jugendlichen Mädchen im Saarland sind die Fallzahlen von Depressionen und Angststörungen ebenfalls erhöht.

„Die aktuellen Ergebnisse des DAK-Kinder- und Jugendreports zeigen, dass die psychischen Folgen der Pandemie bei jungen Menschen im Saarland weiterhin deutlich spürbar sind. Besonders besorgniserregend ist der starke Anstieg bei Essstörungen, vor allem bei Mädchen. Gleichzeitig können wir auch bei Angststörungen und Depressionen keine Entwarnung geben“, sagt Jürgen Günther, DAK-Landeschef im Saarland. „Psychische Erkrankungen im Jugendalter wirken oft lange nach und belasten später Ausbildung, Familie und Berufsleben. Deshalb brauchen wir im Saarland jetzt eine gezielte Offensive für die mentale Gesundheit von Kindern und Jugendlichen.“

Essstörungen bei jugendlichen Mädchen steigen um 94 Prozent

Laut DAK-Kinder- und Jugendreport für das Saarland sind jugendliche Mädchen von Essstörungen besonders betroffen. So hat sich die Zahl der Essstörungen bei ihnen im Vergleich zur Zeit vor der Pandemie knapp verdoppelt: 2019 mussten 10,2 von 1.000 Mädchen zwischen 15 und 17 Jahren ambulant oder stationär behandelt werden. 2024 waren es 19,8 je 1.000 jugendliche Mädchen. Das entspricht einer Steigerung von 94 Prozent. Hochgerechnet auf alle jugendlichen Mädchen zwischen 15 und 17 Jahren im Saarland erhielten 2024 rund 300 jugendlichen Mädchen die Diagnose einer Essstörung. Auch im Vergleich zum Vorjahr (2023) stieg die Diagnose um 75 Prozent stark an.

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 im Saarland hat die DAK-Gesundheit ambulante und stationäre Abrechnungsdaten von Kindern und Jugendlichen mit dem Fokus auf Essstörungen, Depressionen und Angststörungen 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 9.700 Kindern und Jugendlichen bis einschließlich 17 Jahren, die bei der DAK-Gesundheit im Saarland versichert sind. Untersucht wurde das Zeitfenster von 2019 bis 2024 mit insgesamt rund 509.300 ambulanten Arzt- und Therapeutenbesuchen, Krankenhausaufenthalten und Arzneimittelverschreibungen. Der Fokus der Analyse lag auf der Altersspanne fünf bis 17 Jahre und insbesondere auf jugendlichen Mädchen.

Depressionen steigen weiter an

Ein steigender Trend zeigt sich im Saarland auch mit Blick auf Depressionen. So nahmen die Behandlungszahlen jugendlicher saarländischer Mädchen mit Depressionen 2024 im Vergleich zu 2019 um gut 13 Prozent zu –im Vergleich zu 2023 sogar um 24 Prozent. 2024

waren im Saarland hochgerechnet rund 900 jugendliche Mädchen mit einer Depression in Behandlung.

Angststörungen weiterhin auf hohem Niveau

Der DAK-Kinder- und Jugendreport zeigt für das Saarland, dass 2024 rund 18 von 1.000 DAK-versicherten Kindern und Jugendlichen zwischen fünf und 17 Jahren mit einer Angststörung behandelt wurden. Das entspricht hochgerechnet landesweit rund 2.100 Kindern und Jugendlichen. 2024 mussten rund 52 von 1.000 jugendlichen Mädchen mit einer Angststörung ambulant oder stationär versorgt werden, insbesondere mit sozialen Phobien und Panikstörungen. Hochgerechnet waren es landesweit rund 700 Teenagerinnen im Alter von 15 bis 17 Jahren. Im Vergleich mit dem letzten Vorpandemiejahr 2019 ist das ein Plus von sieben Prozent.

Die DAK-Gesundheit ist mit 5,4 Millionen Versicherten die drittgrößte Krankenkasse Deutschlands, davon 70.000 im Saarland, und engagiert sich besonders für Kinder- und Jugendgesundheit.