

### **Panik und Ängste: Mädchen in Rheinland-Pfalz besonders betroffen**

- **DAK-Kinder- und Jugendreport: Angststörungen, Depressionen und Essstörungen auf hohem Niveau**
- **Angststörungen bei jugendlichen Mädchen steigen seit 2019 um 40 Prozent**
- **DAK-Landeschef Lange regt Offensive für mentale Gesundheit an Schulen an**

**Mainz, 23. Februar 2026. Zukunftsängste, anhaltende Krisen und die langfristigen Auswirkungen der Pandemie sorgen bei vielen jungen Menschen in Rheinland-Pfalz dauerhaft für psychische Probleme. Das zeigt der neue DAK-Kinder- und Jugendreport zu Angststörungen, Depressionen und Essstörungen. Im Fokus der wissenschaftlichen Studie stehen Angststörungen, von denen Mädchen im Alter zwischen 15 und 17 Jahren auffällig häufiger betroffen sind als gleichaltrige Jungen. 2024 waren rund 63 von 1.000 DAK-versicherten jugendlichen Mädchen aus Rheinland-Pfalz mit einer Angststörung in Behandlung, dagegen etwa 20 Jungen. Im Vergleich zum Vorpandemiejahr 2019 ist die Zahl der betroffenen Mädchen um 40 Prozent angestiegen. Auch andere psychische Erkrankungen bewegen sich in Rheinland-Pfalz auf hohem Niveau. So sind bei jugendlichen Mädchen die Fallzahlen von Depressionen und Essstörungen weiterhin erhöht. Vor dem Hintergrund der aktuellen Ergebnisse geben Experten keine Entwarnung.**

„Die Hoffnung auf grundsätzliche Wende bei psychischen Erkrankungen von Kindern und Jugendlichen hat sich nicht erfüllt. Wie unser Kinder- und Jugendreport für Rheinland-Pfalz zeigt, begleiten Ängste, Depressionen und Essstörungen viele junge Menschen inzwischen dauerhaft – besonders Mädchen“, sagt Rainer Lange, DAK-Landeschef Rheinland-Pfalz. „Ich rege an, mentale Gesundheit von Kindern und Jugendlichen in das rheinland-pfälzische Landesprogramm ‚Gesunde Schule‘ einzugliedern – ansonsten riskieren wir langfristige Folgen für Bildung, Beruf und soziale Teilhabe.“

Mit ihrem aktuellen Kinder- und Jugendreport 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. Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftler von Vandage und der Universität Bielefeld haben Abrechnungsdaten von rund mehr als 48.200 Kindern und Jugendlichen bis einschließlich 17 Jahren analysiert, die bei der DAK-Gesundheit in Rheinland-Pfalz versichert sind. Untersucht wurde das Zeitfenster von 2019 bis 2024 mit insgesamt rund 2,5 Millionen ambulanten Arzt- und Therapeutenbesuchen, Krankenhausaufenthalten und Arzneimittelverschreibungen. Der Fokus der Analyse lag auf jugendlichen Mädchen.

### **Angststörungen stabilisieren sich auf erhöhtem Niveau**

Laut DAK-Kinder- und Jugendreport für Rheinland-Pfalz wurden 2024 insgesamt rund 21 von 1.000 DAK-versicherten Kindern und Jugendlichen zwischen fünf und 17 Jahren 2024 mit einer Angststörung behandelt. Das entspricht hochgerechnet landesweit rund 10.500 Kindern und Jugendlichen. Jugendliche Mädchen sind besonders betroffen. Mit Blick auf Teenagerinnen zwischen 15 und 17 Jahren haben sich Angststörungen seit der Pandemie auffällig entwickelt. So ließen sich zwischen 2019 und 2022 steigende Fallzahlen feststellen. In den Jahren 2022 bis 2024 stabilisierten sich die Behandlungszahlen zunächst und gingen dann leicht zurück. Sie verbleiben aber deutlich über dem Niveau von 2019: So mussten 2024 rund 63 von 1.000 jugendlichen Mädchen mit einer Angststörung ambulant oder stationär versorgt werden – 2019 waren es rund 45 Betroffene gewesen. Im Vergleich mit dem letzten Vorpandemiejahr 2019 entspricht das einem Plus von 40 Prozent. Hochgerechnet waren landesweit rund 3.500 Teenagerinnen im Alter von 15 bis 17 Jahren betroffen. Unter dem Begriff Angststörungen werden medizinisch verschiedene Formen unterschieden: Soziale Phobien und Panikstörungen waren die häufigsten, näher bezeichneten Angststörungen.

### **Krisen und Konflikte als Treiber von Ängsten**

Sabine Maur, Präsidentin der Landespsychotherapeutenkammer Rheinland-Pfalz, sieht unter anderem in der ständigen medialen Präsenz globaler Krisen einen starken Treiber von Ängsten: „Ein verstärkender Faktor für die hohe Zahl von Angststörungen bei Jugendlichen kann die Anzahl an multiplen Krisen sein, die auch Jugendliche als bedrohlich und belastend wahrnehmen. Dazu gehören insbesondere Sorgen wegen Kriegen und Konflikten, der eigenen wirtschaftlichen und beruflichen Zukunft und der Klimakrise. Bedrohungen und Krisen sind durch die digitalen Medien sehr viel präsenter und näher als früher. Besonders besorgen muss uns die Zunahme von sozialen Ängsten bei jugendlichen Mädchen. Soziale Medien scheinen die Angst vor der Bewertung durch andere zu verstärken, ebenso das Gefühl, Schönheits- und Leistungsansprüchen nicht zu genügen.“

Positiv bewertet Maur, dass psychische Erkrankungen bei jungen Menschen deutlich weniger stigmatisiert seien, sie offener darüber sprechen und sich früher Hilfe suchen würden. „Neben einer

Verbesserung der psychotherapeutischen Versorgung durch eine gezielte Bedarfsplanung für Kinder und Jugendliche, wie im Koalitionsvertrag der Bundesregierung auch vorgesehen, brauchen wir dringend einen Ausbau präventiver Maßnahmen für Jugendliche, damit psychische Erkrankungen gar nicht erst entstehen. Dazu gehören auch sinnvolle Maßnahmen zum Schutz vor digitaler Gewalt und zur Stärkung der Medienkompetenz“, so Maur.

### **Chronifizierung von psychischen Leiden**

Zugleich weist der Report eine Verfestigung psychischer Probleme nach: So stieg die Zahl der chronischen Angststörungen bei jugendlichen Mädchen um fast die Hälfte. Eine Chronifizierung bezeichnet eine dauerhafte, quartalsweise Behandlung. Während im Vorpandemiejahr zehn von 1.000 Mädchen zwischen 15 und 17 Jahren jedes Quartal mit einer Angststörung behandelt wurden, waren es 2024 knapp 15 je 1.000 – ein Plus etwa 50 Prozent. Auch sogenannte Komorbiditäten, also das gleichzeitige Auftreten mehrerer psychischer Erkrankungen, haben deutlich zugenommen. Die Zahl der jugendlichen Mädchen, die gleichzeitig an Angststörungen und Depressionen litten, stieg seit 2019 um 76 Prozent.

### **Depressionen und Essstörungen weiter auf hohem Niveau**

Ein ähnlicher Trend wie bei Angststörungen zeigt sich in Rheinland-Pfalz auch bei Depressionen und Essstörungen. Die Behandlungszahlen jugendlicher Mädchen liegen seit der Pandemie deutlich über dem Vorkrisenniveau und haben sich seit 2021 auf einem erhöhten Plateau stabilisiert. So stiegen die Behandlungszahlen jugendlicher Mädchen mit Depressionen 2024 im Vergleich zu 2019 um 27 Prozent, bei Essstörungen um 56 Prozent. 2024 waren in Rheinland-Pfalz hochgerechnet rund 4.200 jugendliche Mädchen mit einer Depression in Behandlung. Im Falle von Essstörungen waren es etwa 1.200 Teenagerinnen zwischen 15 und 17 Jahren.

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 Rheinland-Pfalz rund 330.000 Menschen versichert.