

Thüringen: Angststörungen bei Jugendlichen nehmen zu und verfestigen sich

- **DAK-Kinder- und Jugendreport: Angststörungen bei jugendlichen Mädchen seit 2019 um 42 Prozent gestiegen**
- **Essstörungen und Depressionen auf hohem Niveau**
- **DAK-Landeschef Kaiser fordert Offensive für mentale Gesundheit**

Erfurt, 24. Februar 2026. Angststörungen bei Kindern und Jugendlichen in Thüringen haben seit der Pandemie deutlich zugenommen – und sie verfestigen sich. Das zeigt der neue DAK-Kinder- und Jugendreport zu Angststörungen, Depressionen und Essstörungen. Im Fokus der wissenschaftlichen Studie stehen Thüringer Mädchen im Alter zwischen 15 und 17 Jahren, da sich hier die größten Anstiege zeigen. 2024 waren rund 72 von 1.000 DAK-versicherten jugendlichen Mädchen mit einer Angststörung in Behandlung. Hochgerechnet waren landesweit rund 2.000 junge Frauen betroffen. Im Vergleich zum Vorpandemiejahr 2019 entspricht das einem Anstieg um 42 Prozent. Noch deutlicher wird die Entwicklung beim Blick auf schwere und dauerhafte Verläufe: Die Zahl jugendlicher Mädchen mit chronischen Angststörungen stieg seit 2019 um 75 Prozent. Auch Mehrfacherkrankungen haben stark zugenommen. Experten sehen in den Ergebnissen des Reports ein „Erbe der Pandemie“, da psychische Erkrankungen bei vielen jungen Menschen nicht mehr nur vorübergehend auftreten, sondern langfristig behandelt werden müssen. Auch bei Depressionen und Essstörungen zeigen sich bei jugendlichen Mädchen erhöhte Fallzahlen.

„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 Marcus Kaiser, DAK-Landeschef in Thüringen. „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 Thüringen.“

Starker Anstieg bei Angststörungen von Jugendlichen

Der DAK-Kinder- und Jugendreport zeigt für Thüringen, dass 2024 rund 24 von 1.000 DAK-versicherten Kindern und Jugendlichen zwischen fünf und 17 Jahren mit einer Angststörung behandelt wurden. Das entspricht hochgerechnet landesweit rund 6.000 Kindern und Jugendlichen. Am stärksten betroffen ist die Altersgruppe der 15- bis 17-Jährigen. Hier zeigt sich im Vergleich zu 2019 ein Anstieg der Diagnosen um 29 Prozent. Besonders deutlich fällt die Entwicklung bei Mädchen aus: 2024 mussten rund 72 von 1.000 jugendliche Mädchen in Thüringen mit einer Angststörung ambulant oder stationär versorgt werden, insbesondere mit sozialen Phobien und Panikstörungen. Hochgerechnet waren es landesweit rund 2.000 Teenagerinnen im Alter von 15 bis 17 Jahren. Im Vergleich mit dem letzten Vorpandemiejahr 2019 ist das ein Plus von 42 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 in Thüringen 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 17.700 Kindern und Jugendlichen bis einschließlich 17 Jahren, die bei der DAK-Gesundheit in Thüringen versichert sind. Untersucht wurde das Zeitfenster von 2019 bis 2024 mit insgesamt rund 929.300 ambulanten Arzt- und Therapeutenbesuchen, Krankenhausaufenthalten und Arzneimittelverschreibungen. Der Fokus

der Analyse lag auf der Altersspanne fünf bis 17 Jahre und insbesondere auf jugendlichen Mädchen.

Mehrfacherkrankungen bei Teenagerinnen deutlich gestiegen

Der Thüringer DAK-Kinder- und Jugendreport zeigt, dass Komorbiditäten, also ein gleichzeitiges Auftreten zweier psychischer Erkrankungen bei jungen Patientinnen, deutlich zugenommen haben. Die Zahl jugendlicher Mädchen, die zeitgleich an einer Angststörung und einer Depression litten, hat sich 2024 im Vergleich zu 2019 knapp verdoppelt. Während es 2019 noch 13,3 je 1.000 Teenagerinnen waren, wurden 2024 26,4 je 1.000 verzeichnet. Auch die Chronifizierung von Angststörungen im Vergleich zur Zeit vor der Pandemie ist stark gestiegen: 2019 mussten 9,3 von 1.000 Mädchen zwischen 15 und 17 Jahren jedes Quartal wegen einer Angststörung ambulant oder stationär behandelt werden. 2024 waren es 16,3 je 1.000. Das entspricht einer Steigerung von 75 Prozent.

Depressionen und Essstörungen weiter auf hohem Niveau

Ein ähnlicher Trend zeigt sich auch mit Blick auf Depressionen und Essstörungen. Die Behandlungszahlen jugendlicher Mädchen mit Depressionen stiegen nach einem Rückgang 2022 wieder an und lagen 2024 um 48 Prozent höher als 2019. Essstörungen haben sich auf einem hohen Niveau stabilisiert: Nach einem starken Anstieg von 19,6 Fällen pro 1.000 im Jahr 2022 auf 23,8 Fälle pro 1.000 im Jahr 2023 sank die Zahl 2024 leicht auf 23,3 Fälle pro 1.000. Hochgerechnet wurden 2024 in Thüringen rund 2.100 jugendliche Mädchen wegen einer Depression behandelt. Bei Essstörungen waren es etwa 600 Teenagerinnen im Alter von 15 bis 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 Thüringen rund 130.000 Menschen versichert.