

Hessen über Bundesniveau: Angststörungen bei jugendlichen Mädchen besonders stark

- **DAK-Kinder- und Jugendreport: Psychische Erkrankungen verharren auf hohem Niveau**
- **Angststörungen bei jugendlichen Mädchen steigen seit 2019 um rund 75 Prozent**
- **DAK-Landeschefin Dalhoff und BVKJ-Landesvorsitzender Moebus regen Offensive für mentale Gesundheit an Schulen an**

Frankfurt, 12. März 2026. Zukunftsängste, anhaltende Krisen und die langfristigen Auswirkungen der Pandemie belasten Kinder und Jugendliche in Hessen weiterhin stark. Das zeigt der aktuelle DAK-Kinder- und Jugendreport zu psychischer Gesundheit, der die Entwicklung von Angststörungen, Depressionen und Essstörungen untersucht. Besonders betroffen sind jugendliche Mädchen im Alter von 15 bis 17 Jahren. Angststörungen stehen dabei im Mittelpunkt der Analyse, da sie seit der Pandemie deutlich zugenommen haben. Besonders deutlich fällt der Anstieg bei jugendlichen Mädchen aus: In der Altersgruppe der weiblichen 15- bis 17-Jährigen stieg die Prävalenz von rund 41 auf mehr als 71 Fälle je 1.000 – ein Plus von 76 Prozent. Im Bundesvergleich liegt Hessen damit über dem Bundesdurchschnitt. Auch bei anderen psychischen Erkrankungen wie Depressionen und Essstörungen gibt es in Hessen keine Trendwende. So sind bei jugendlichen Mädchen die Fallzahlen von Depressionen und Essstörungen weiterhin erhöht. Vor dem Hintergrund der aktuellen Ergebnisse geben Experten keine Entwarnung.

„Unser Kinder- und Jugendreport für Hessen zeigt: Psychische Erkrankungen bei Kindern und Jugendlichen sind kein Randthema mehr, sondern eine zentrale gesundheitspolitische Herausforderung. Zu viele junge Menschen kämpfen dauerhaft mit Ängsten, Depressionen und Essstörungen – besonders Mädchen“, sagt Britta Dalhoff, hessische DAK-Landeschefin. „Hessen braucht eine verbindliche Landesstrategie für mentale Gesundheit mit mehr Prävention an Schulen. Ich rege an, die mentale Gesundheit von Kindern und Jugendlichen in die Offensive der hessischen Gesundheitsministerin für bessere Kinder- und Jugendgesundheit in den Fokus zu rücken.“

Dr. Ralf Moebus, Landesvorsitzender des Berufsverbandes der Kinder- und Jugendärzt*innen (BVKJ) Hessen Kinderarzt und praktizierender Kinder- und Jugendarzt, bekräftigt diese Forderung: „Wir müssen die Hilfen dorthin bringen, wo wir unsere Jugendlichen erreichen und können nicht darauf warten, dass sie zu uns kommen. Unsere Schulen müssen hier besser aufgestellt werden, Probleme wahrnehmen und Hilfen anbieten vor Ort. Gesundheit und Prävention gehören in den Schulalltag und auf den Lehrplan.“

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 mehr als 85.000 Kindern und Jugendlichen bis einschließlich 17 Jahren analysiert, die bei der DAK-Gesundheit in Hessen versichert sind. Untersucht wurde das Zeitfenster von 2019 bis 2024 mit insgesamt rund 4,5 Millionen ambulanten Arzt- und Therapeutenbesuchen, Krankenhausaufenthalten und Arzneimittelverschreibungen.

Angststörungen verharren seit Jahren auf erhöhtem Niveau

Laut DAK-Kinder- und Jugendreport für Hessen wurden 2024 insgesamt rund 23 von 1.000 DAK-versicherten Kindern und Jugendlichen zwischen fünf und 17 Jahren mit einer Angststörung behandelt. Das entspricht hochgerechnet landesweit rund 18.100 Kindern und Jugendlichen. Jugendliche Mädchen sind besonders betroffen: Seit der Pandemie haben sich Angststörungen bei Teenagerinnen zwischen 15 und 17 Jahren auffällig entwickelt. Nach einem deutlichen Anstieg bis 2022, verharren die Behandlungszahlen in Hessen seitdem nahezu unverändert auf einem Plateau. Während 2019 rund 41 von 1.000 jugendlichen Mädchen mit einer Angststörung ambulant oder stationär versorgt werden mussten, waren es im Jahr 2024 mehr als 71 je 1.000. Dieser Vergleich mit dem letzten Vorpandemiejahr 2019 entspricht einem Plus von 76 Prozent. Hochgerechnet waren landesweit rund 6.200 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. So wurden 2024 bei rund 27 von 1.000 jugendlichen Mädchen soziale Phobien diagnostiziert – mehr als eineinhalb Mal so viele wie 2019. Panikstörungen haben sich in Hessen im gleichen Zeitraum zudem bei jungen Frauen knapp verdoppelt.

Ergebnisse decken sich mit Erfahrungen von Kinderärzten

„Wir erleben gerade bei weiblichen Patientinnen einen Rückzug aus ihren gewohnten Sozialräumen hin zu den sozialen Medien, während männliche Patienten eher zu unkontrolliertem Gaming tendieren“, so

Moebus. Vorbestehende Sorgen bei den weiblichen Jugendlichen werden allzu oft zu manifesten Ängsten, verstärkt durch Klimawandel, Kriege und Zukunftssorgen, die nicht nur medial erlebt, sondern auch täglich in den Familien eine Rolle spielen. Auch wenn die momentane wirtschaftliche Situation noch in den meisten Familien stabil scheint, befassen sich die Mädchen eher als die Jungen mit der persönlichen Zukunft und nehmen wahr, dass sich die Prognosen verdüstern. Eine Folge davon ist, dass wir gerade bei ihnen ein anhaltend hohes Niveau psychischer Erkrankungen verzeichnen.“

Hessen im Vergleich zum Bund

Im Bundesvergleich liegt Hessen bei der psychischen Belastung jugendlicher Mädchen über dem Durchschnitt. Bei Angststörungen weist Hessen 2024 eine Prävalenz von 71,3 je 1.000 jugendlichen Mädchen auf. Bundesweit liegt der Wert bei 66,5 je 1.000. Hessen rangiert damit unter den fünf Bundesländern mit den höchsten Fallzahlen. Bei Depressionen liegt Hessen sogar auf Platz drei, direkt hinter den Stadtstaaten Hamburg und Berlin. Auch bei Essstörungen gehört Hessen zur Spitzengruppe: Mit 22,8 je 1.000 jugendlichen Mädchen liegt das Land über dem Bundesschnitt von 20,1 je 1.000.

Chronifizierung und Mehrfacherkrankungen nehmen stark zu

Zugleich weist der Report eine Verfestigung psychischer Probleme nach: So stieg die Zahl chronischer Angststörungen bei jugendlichen Mädchen um 182 Prozent. Eine Chronifizierung bezeichnet eine dauerhafte, quartalsweise Behandlung. Im Vorpandemiejahr wurden 6,8 von 1.000 Mädchen zwischen 15 und 17 Jahren jedes Quartal mit einer Angststörung behandelt, 2024 waren es 19,2 je 1.000. Auch sogenannte Komorbiditäten, also das gleichzeitige Auftreten mehrerer psychischer Erkrankungen, nahmen deutlich zu: Die Zahl der jugendlichen Mädchen, die gleichzeitig an Angststörungen und Depressionen litten, stieg seit 2019 um 114 Prozent.

Depressionen und Essstörungen ebenfalls auf hohem Niveau

Auch bei Depressionen und Essstörungen zeigt sich ein ähnliches Muster. Nach einem deutlichen Anstieg während und nach der Pandemie verharren die Behandlungszahlen seit 2021 auf hohem Niveau. Bei jugendlichen Mädchen ergab sich ein leichter Rückgang um fünf Prozent im Vergleich 2024 mit dem Vorjahr. 2024 litten in Hessen rund 80 von 1.000 jugendlichen Mädchen an einer Depression, was einem Anstieg von 45 Prozent gegenüber 2019 entspricht. Bei Essstörungen lag die Prävalenz bei rund 23 je 1.000 jugendlichen Mädchen – ein Plus von 42 Prozent gegenüber dem letzten Vorpandemiejahr.

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 Hessen rund 600.000 Menschen versichert.