





rund 120 Mitgliederorganisationen:





Gesundes Aufwachsen  
von Kindern und Jugendlichen  
ist das zentrale Anliegen der  
Österreichischen Liga  
für Kinder- und Jugendgesundheit,  
kurz Kinderliga.  
<https://www.kinderjugendgesundheit.at/>



Informationen zu uns  
über die Kinderliga Website  
unseren Newsletter...

[www.kinderjugendgesundheit.at](http://www.kinderjugendgesundheit.at)

# „Digitalisierung im Leben von Kindern: Chancen und Risiken für Gesundheit“

17. April 2024, 10. Kinder- und Jugendsymposium

Mag.<sup>a</sup> Dr.<sup>in</sup> Caroline Culen

Österreichische Liga für Kinder- und Jugendgesundheit



# Die Neandertaler - 500.000 Jahre mit den gleichen Werkzeugen gearbeitet....





Homo sapiens:  
jedes Jahr ein neues Mobiltelefon....

# Klassische Smartphones seit 2007



## Frage 1

# Make your voices count

Gain valuable insights from everyone around you with Word Clouds, Polls, and Quizzes.



- <https://www.menti.com/>
- Menti Code 63 10 84 3

# Digitalisierung

- Im Kern **bedeutet Digitalisierung**, dass analoge Informationen oder Abläufe in eine digitale Form gebracht werden.
- **Digitalisierung** bezeichnet die Einbeziehung digitaler Technologien in geschäftliche, administrative und/oder soziale Prozesse mit dem Ziel, diese zu verbessern.
- **Digitalisierung** als Oberbegriff für den digitalen Wandel der Gesellschaft und der Wirtschaft.



Foto: Gerd Altmann, Pixabay

kulturpessimistisch

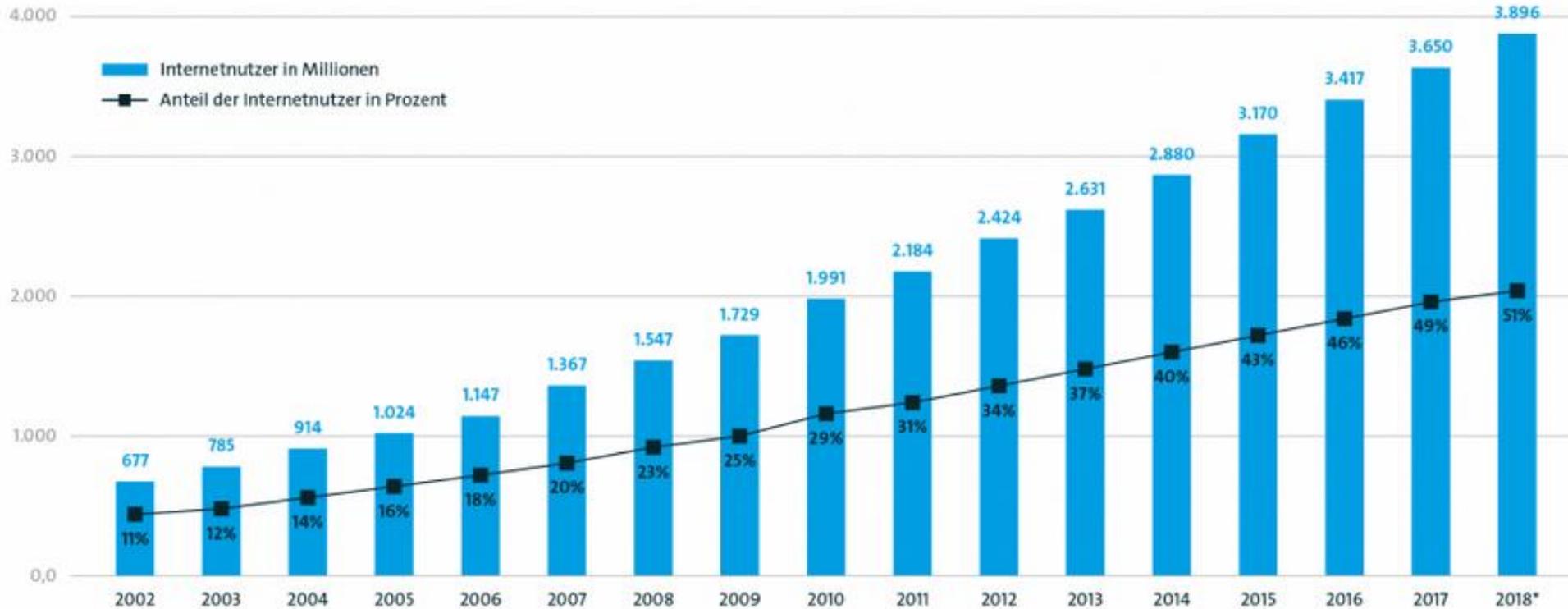


medieneuphorisch

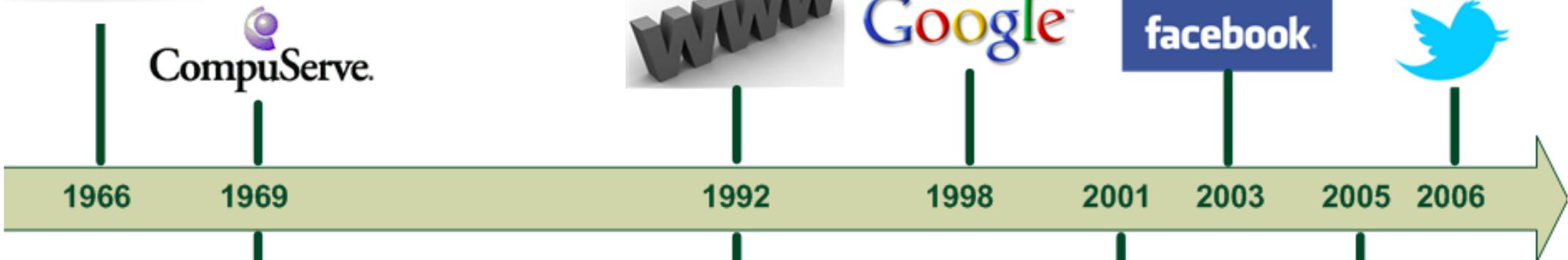


# Die Hälfte der Weltbevölkerung ist online

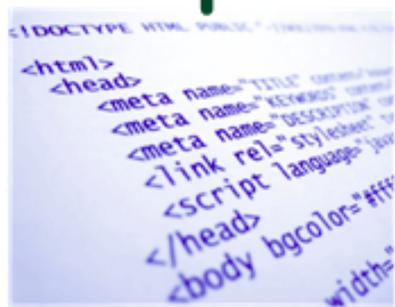
Anzahl der Internetnutzer weltweit und Anteil an der Gesamtbevölkerung



\*Schätzung  
Quelle: ITU World Telecommunication /ICT Indicators database



APRAnet

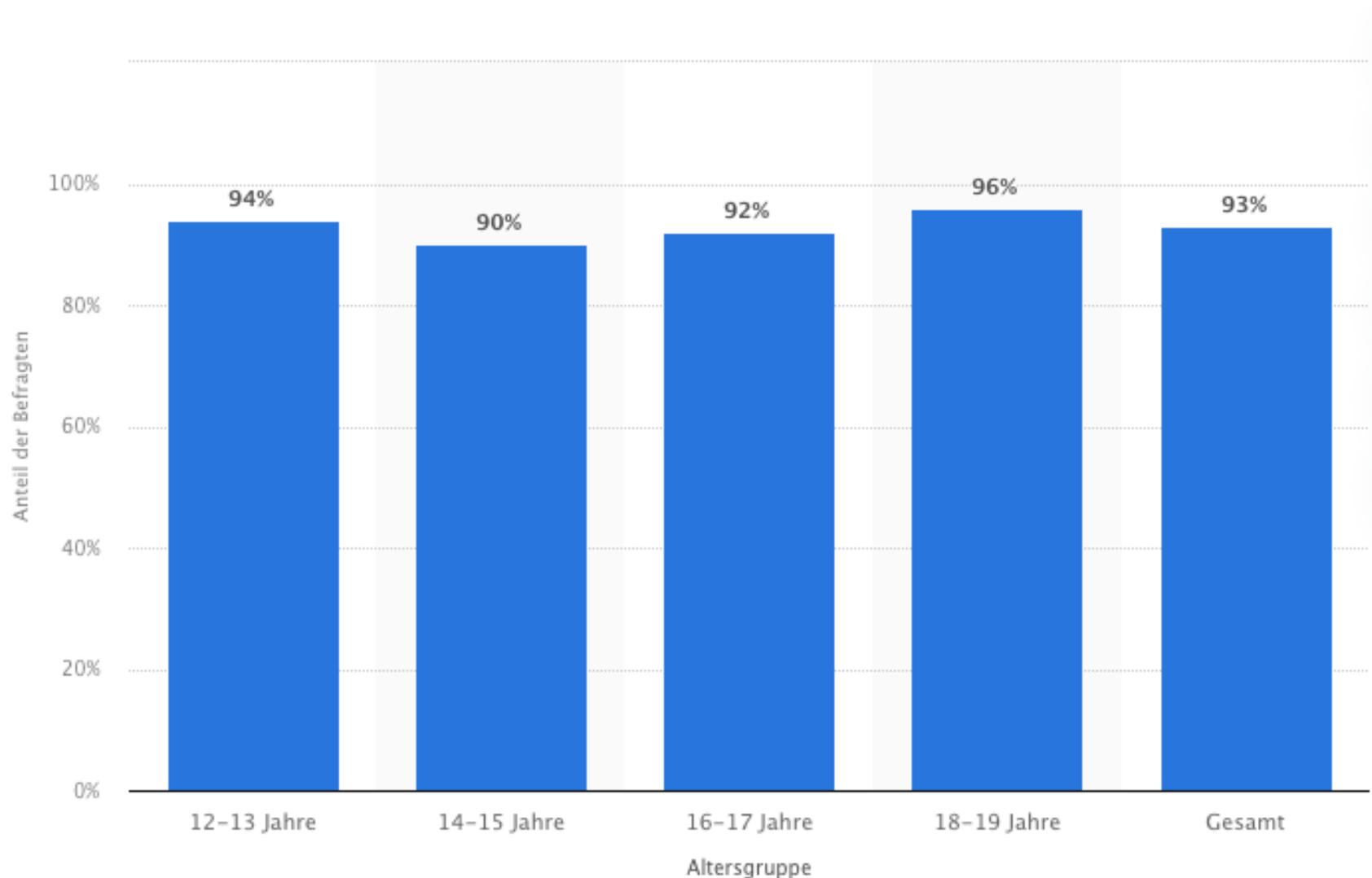


WIKIPEDIA  
Die freie Enzyklopädie



<https://www.technikbasteln.net/wp-content/uploads/2012/04/zeitstrahl.png>

# Anteil der Jugendlichen in Deutschland, die ein Smartphone besitzen, nach Altersgruppe im Jahr 2021



[Smartphones - Besitz unter Jugendlichen in Deutschland nach Altersgruppe 2021 | Statista](#)

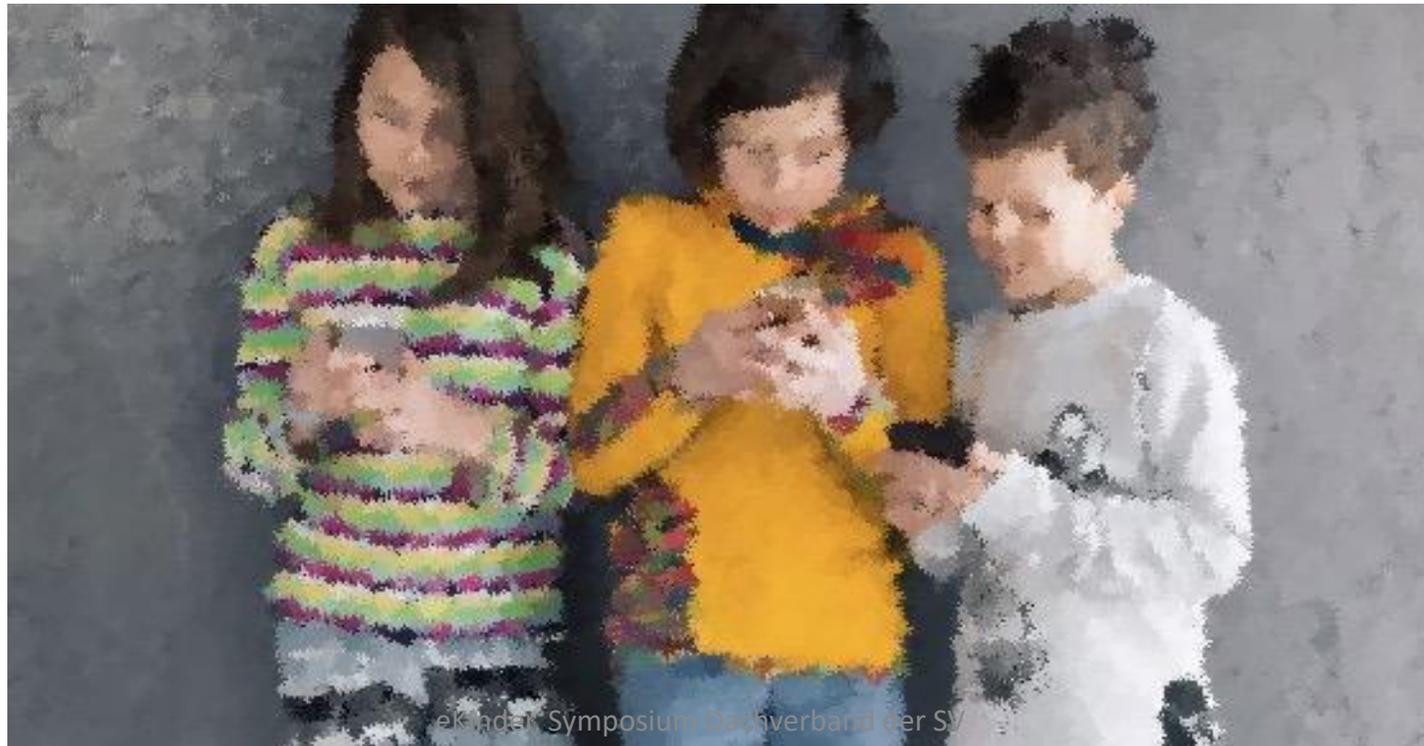
# JIM 2021

Jugend, Information, Medien; Basisuntersuchung zum  
Medienumgang 12- bis 19-Jähriger in Deutschland; [JIM-Studie 2021](https://www.mpfs.de)  
([mpfs.de](https://www.mpfs.de))

- 1.200 Jugendliche zwischen 12 und 19 Jahren telefonisch oder online befragt
- 95 Prozent der befragten Jugendlichen nutzen täglich oder mehrmals in der Woche ein Smartphone und das Internet



# „ Digitalisierung im Leben von Kindern: ~~Chancen und Risiken~~ für Gesundheit“





- Die Intensität der Handynutzung,
- die Abhängigkeit von PC & co oder
- Stress durch soziale Medien

wird auch von jungen Menschen  
immer wieder als Belastung erlebt....

## Belastungen durch Gebrauch digitaler Geräte

- Suchttendenzen
- Fear of missing out (FOMO) und damit verbunden Stress
- Cybermobbing
- Konfrontation mit belastenden Inhalten (Pornographie, Gewaltszenen, stigmatisierenden Rollenbildern, etc.)



© Quelle: Anscombe/gettyimages.de



© unsplash / [Gaelle Marcel](#) (Ausschnitt)

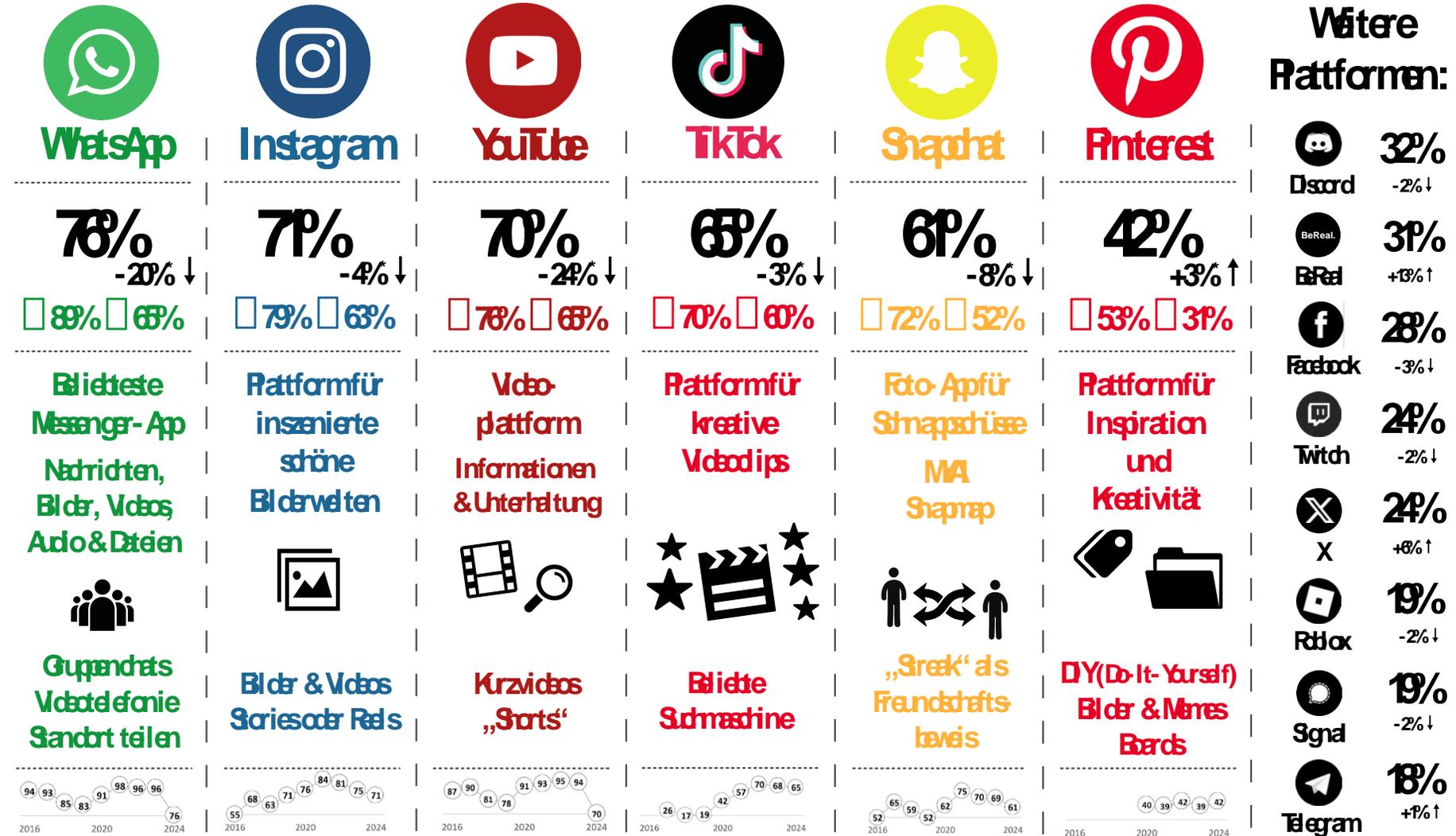
# Psychische Gesundheit

- Jugendliche, die mehr Zeit mit Informations- und Kommunikationstechnologien verbringen, schätzen ihren Gesundheitszustand allgemein als schlechter ein (Costigan SA. Et al. 2013) und leiden unter höherem Stress (Vahedi Z, Saiphoo A. 2018).
- Studien weisen kleine bis mittelstarke negative Effekte der Bildschirmzeiten auf das Wohlbefinden (Costigan SA. Et al. 2013, Stiglic N, Viner RM. 2019, Temmel C, Rhodes R. 2013) von Jugendlichen auf.
- Zusammenhänge sind schwer zu klären
- Hinweise, dass es geschlechterspezifische Unterschiede gibt

# Jugend-Internet-Monitor 2024 Österreich

Saferinternet.at

Das Internet sicher nutzen!



\*Im Vergleich zum Jugend-Internet-Monitor 2023  
 Der Jugend-Internet-Monitor ist eine Initiative von Saferinternet.at und präsentiert aktuelle Daten zur Social-Media-Nutzung von Jugendlichen in Österreich. Frage: „Welche der folgenden Internetplattformen nutzt du?“ (Mehrfachantworten möglich)  
 Repräsentative Onlineumfrage im Auftrag von Saferinternet.at, durchgeführt vom Institut für Jugendkulturforschung, 12/2023. n = 400 Jugendliche aus Österreich im Alter von 11 bis 17 Jahren, davon 191 Mädchen. Schwankungsbreite 3-5 %.  
 Diese Infografik ist lizenziert unter der Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International License (CC BY-NC-SA). Icons designed by Freepik.com & Flaticon.com. Font: Amatic SC Bold © Vernon Adams, lizenziert unter SIL Open Font License, Version 1.1.  
 Die alleinige Verantwortung für diese Veröffentlichung liegt beim Autor. Die Europäische Union haftet nicht für die Verwendung der darin enthaltenen Informationen.  
**Gefördert durch das Bundeskanzleramt.**

## Frage 2

# Make your voices count

Gain valuable insights from everyone around you with Word Clouds, Polls, and Quizzes.



- <https://www.menti.com/>
- Menti Code 63 10 84 3

Mini - Selbsttest:

<https://www.dak.de/dak/gegen-onlinesucht/selbsttest-2145998.html#/>



# Körperliche Gesundheitsrisiken

- Haltungsschäden
- Verspannungsschmerzen (Nacken, Schultern, Rücken, ..)
- Schmerzen in den Händen, Handgelenken und Fingern beitragen (Hakala PT et al. 2006, Torsheim T. et al. 2010, Aaras A. et al. 2010)
- einige Studien vermuten, dass ein Schwellenwert von mehr als 2 Stunden Computerarbeit pro Tag das Risiko für muskuloskelettale Schmerzen deutlich erhöht
- starker Zusammenhang zwischen langandauernder Computerarbeit und Kurzsichtigkeit bei Kindern (BLIKK, 2017)



## Beeinträchtigttes Gesundheitsverhalten

- Verminderte Bewegung
- Schlafrhythmus irritiert
- Spiele, Chat, Serienschauen...Nachtaktivitäten erhöht
- Hinweise, dass Gebrauch digitaler Medien direkt vor dem zu Bett gehen einen negativen Effekt auf die Schlafqualität und -dauer hat.

## BLIKK-Studie, 2017

- 8 bis 13 Jährige, n= 5.573, Selbstauskunft Jugendliche, Untersuchung durch Kinder-/Jugendarzt

Signifikante Zusammenhänge für

- **motorische Hyperaktivität/ Konzentrationsschwäche** in Verbindung mit einer erhöhten digitalen medialen Nutzungsdauer von mehr als 60 Minuten
- tägliche digitale Bildschirmnutzung geht einher mit
  - erhöhtem Genuss von Süßgetränken und Süßigkeiten
  - erhöhtem BMI
- **Verhalten:** Unruhe, Ablenkbarkeit

[https://www.bundesgesundheitsministerium.de/fileadmin/Dateien/5\\_Publikationen/Praevention/Berichte/abschlussbericht\\_BLIKK\\_Medien.pdf](https://www.bundesgesundheitsministerium.de/fileadmin/Dateien/5_Publikationen/Praevention/Berichte/abschlussbericht_BLIKK_Medien.pdf)

<https://www.stiftung-kind-und-jugend.de/projekte/blick-studie/>

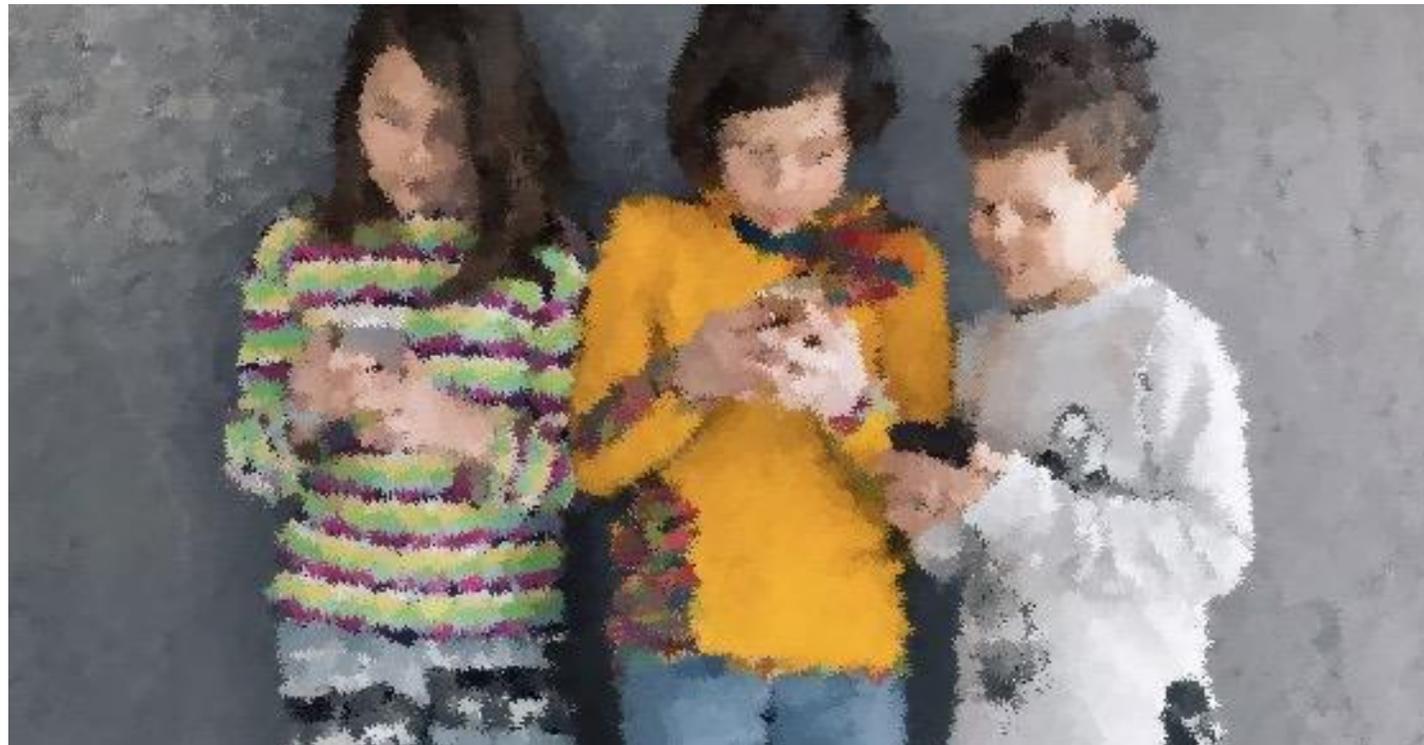
# Wahrnehmung zu Screentime (u.a. BLIKK 2017)

- Kinder und Jugendlichen zeigen häufig ein fehlendes Maß an Eigenwahrnehmung:
- der Computer wird meist zu Unterhaltungszwecken genutzt (z.B. für Video-Spiele),
- führt zu erhöhter Konzentration,
- langer Dauer (bis zur Erschöpfung) der Nutzung
- wenige bis gar keine Pausen werden eingelegt
- Ausmaß der tatsächlichen Bildschirmzeit für Eltern und Schule oft schwer einschätzbar



© Robin Worrall, unsplash.com

# „ Digitalisierung im Leben von Kindern: Chancen ~~und Risiken~~ für Gesundheit“



## Frage 3

# Make your voices count

Gain valuable insights from everyone around you with Word Clouds, Polls, and Quizzes.



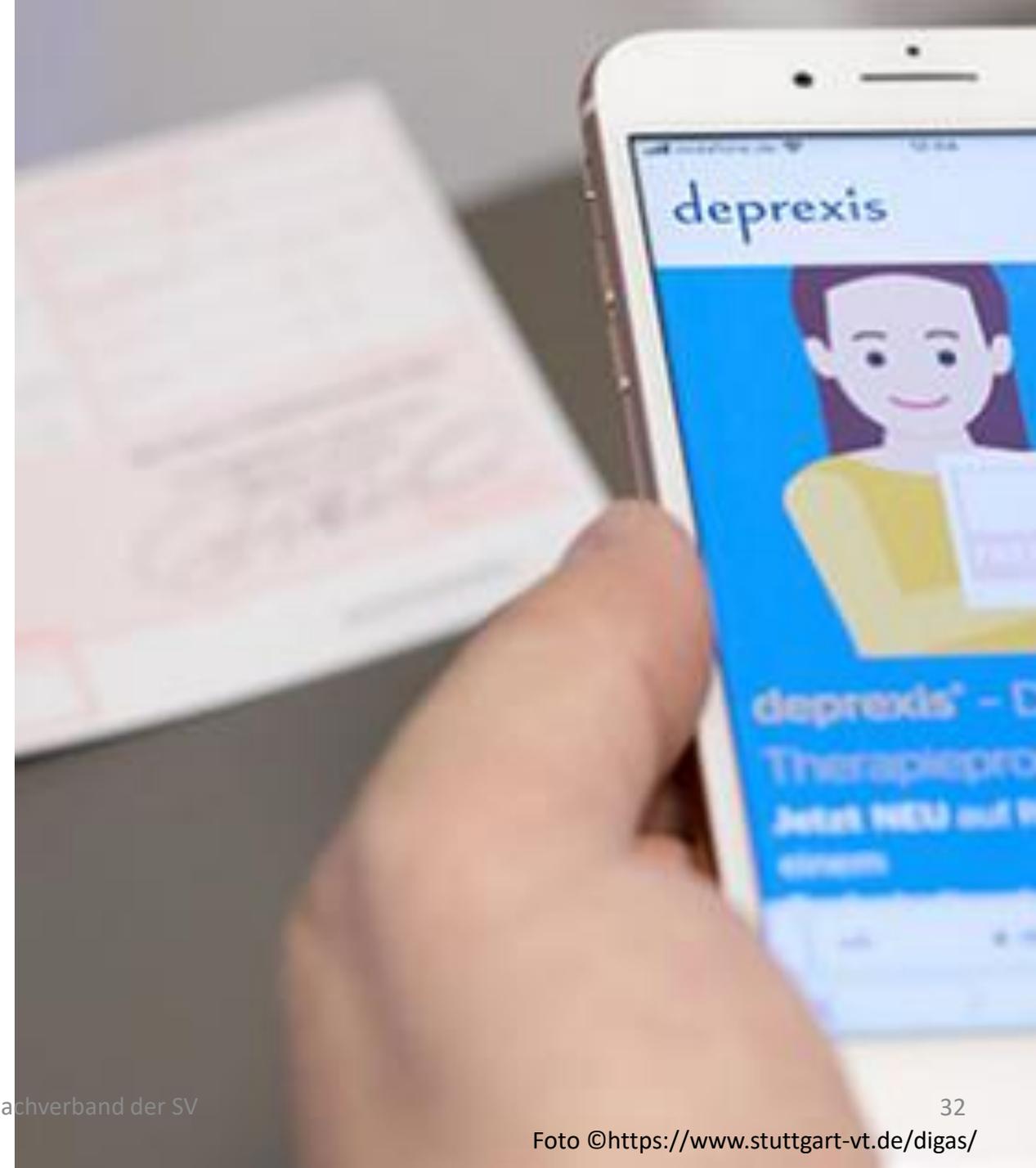
- <https://www.menti.com/>
- Menti Code 63 10 84 3

# Medizin goes digital

Digital Therapeutics (DTx) bzw. Digitale Gesundheitsanwendungen (DiGA) =

- patientenorientierte Softwareanwendungen
- evidenzbasiert
- softwaregesteuert
- therapeutische Interventionen zur
- Vorbeugung, Verwaltung oder Behandlung einer medizinischen Störung oder Krankheit
- nachgewiesene klinische Wirkung

<https://www.parlament.gv.at/fachinfos/rlw/Digitale-Gesundheitsanwendungen>



# Digitalisierung in der Kinder- und Jugendmedizin

- digitale Systeme für Konsile und Fallkonferenzen bei seltenen Erkrankungen
- KI in der Bildauswertung und Diagnosefindung
- Videokonferenzen
- digitaler Zugang zu Datenbanken
- Apps zur Diagnosefindung und für Therapiemanagement (z.B. Diabetes)
- patientenzentrierte Telematikinfrastuktur: abrufen von Laborwerten, Arztbriefen oder bildgebenden Befunden
- digitale Akte (ELGA), eRezept, eEKP

Girschick, H., Zepp, F. Digitalisierung in der Kinder- und Jugendmedizin. *Monatsschr Kinderheilkd* **169**, 692–693 (2021).  
<https://doi.org/10.1007/s00112-021-01237-2>

17.04.2024

eKinder, Symposium Dachverband der SV





# Avatare für langzeitkranke Kinder und Jugendliche

# Lebenswelt Internet bedeutet...



- soziale Teilhabe (soziale Plattformen, Chats)
- Unterhaltung, Musik, Spiele
- Zugang zu Bildung, Stichwort homeschooling
- Zugang zu Nachrichten (News)
- Informationen (z.B. Wegbeschreibungen, Öffnungszeiten, Ankündigungen)
- Services (z.B. Anmeldungen, Reservierungen, Arztbesuche)
- Zahlungsmethode
- Zugang zu Arbeitswelten
- uvm.

# zum Nachlesen:

- Aufwachsen im digitalen Zeitalter, Bericht der Eidgenössischen Kommission für Kinder- und Jugendfragen, Bern, Januar 2019
- JIM Studien. Jugend, Information, Medien, [https://www.mpfs.de/fileadmin/files/Studien/JIM/2021/JIM-Studie\\_2021\\_barrierefrei.pdf](https://www.mpfs.de/fileadmin/files/Studien/JIM/2021/JIM-Studie_2021_barrierefrei.pdf)
- [https://www.academia.edu/44155955/Kinder\\_und\\_Medien\\_in\\_der\\_Covid\\_19\\_Krise\\_%C3%96sterreich\\_im\\_internationalen\\_Vergleich](https://www.academia.edu/44155955/Kinder_und_Medien_in_der_Covid_19_Krise_%C3%96sterreich_im_internationalen_Vergleich)
- BLIKK Medienstudie 2017, [https://www.bundesgesundheitsministerium.de/fileadmin/Dateien/5\\_Publikationen/Praevention/Berichte/Abschlussbericht\\_BLIKK\\_Medien.pdf](https://www.bundesgesundheitsministerium.de/fileadmin/Dateien/5_Publikationen/Praevention/Berichte/Abschlussbericht_BLIKK_Medien.pdf)
- Medienpädagogik in der Kinder- und Jugendhilfe, Praxishandbuch und Leitfaden, SOS-Kinderdorf, Jänner 2020.
- Digitalisierung in der Schule (Gesundheitliche) Chancen und Risiken, Jänner 2021 Institut für Gesundheitsförderung und Prävention GmbH. [www.ifgp.at](http://www.ifgp.at).
- Jugend-Internet-Monitor, <https://www.saferinternet.at/services/jugend-internet-monitor>, 2024



Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit  
und spannenden weiteren Tag!

