





rund 120 Mitgliederorganisationen:





Österreichische Liga für Kinder- und Jugendgesundheit



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

A photograph of a white table with a yellow mug, a stack of books, and several colorful cards with various illustrations. The cards feature images of a giraffe, a person, a globe, a landscape, a vase, and a person in a cage. The text is overlaid on the left side of the image.

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

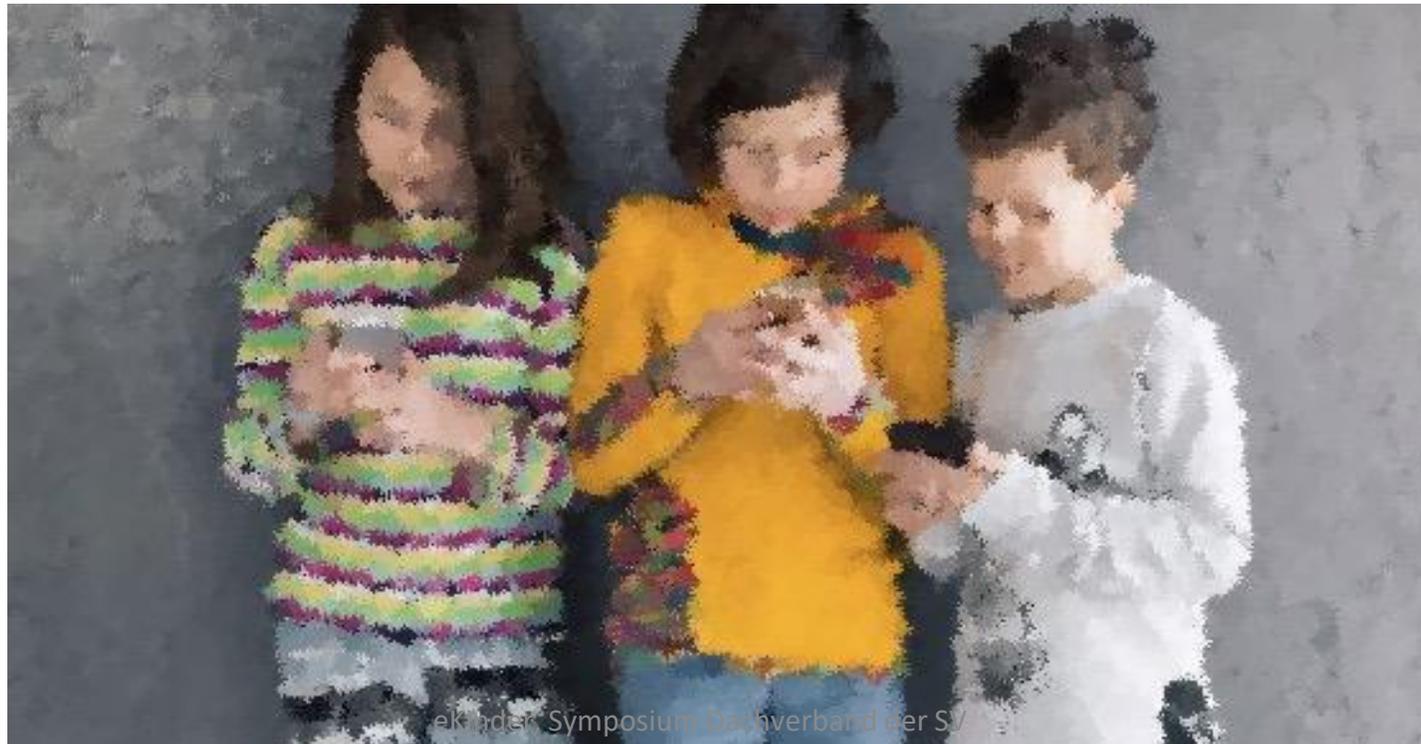
www.kinderjugendgesundheit.at

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

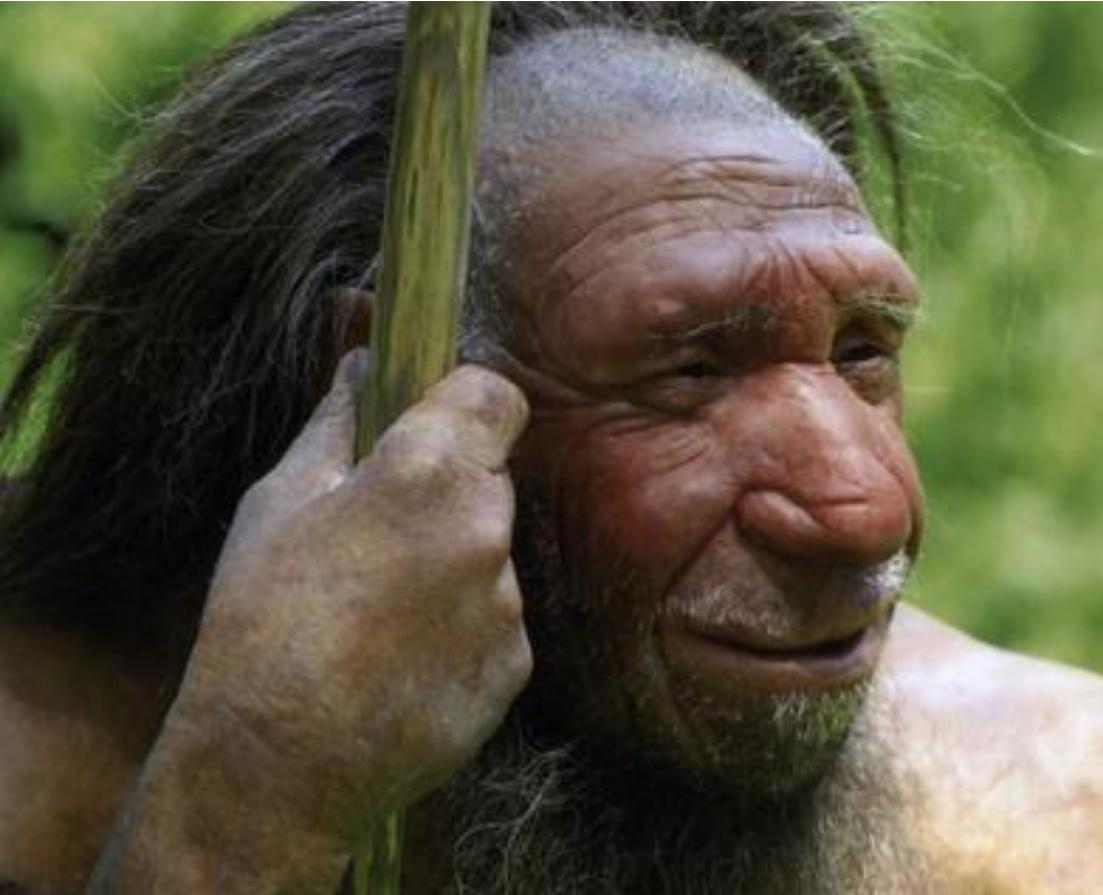
17. April 2024, 10. Kinder- und Jugendsymposium

Mag.^a Dr.ⁱⁿ 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 - Blick auf:

- Beeinträchtigung der Augen, Haltungsschäden, Aufmerksamkeits- und Lernstörungen
- Verdrängung entwicklungsförderlicher Tätigkeiten wie Bewegung
- Suchtpotential
- negative Auswirkungen aufs Wohlbefinden



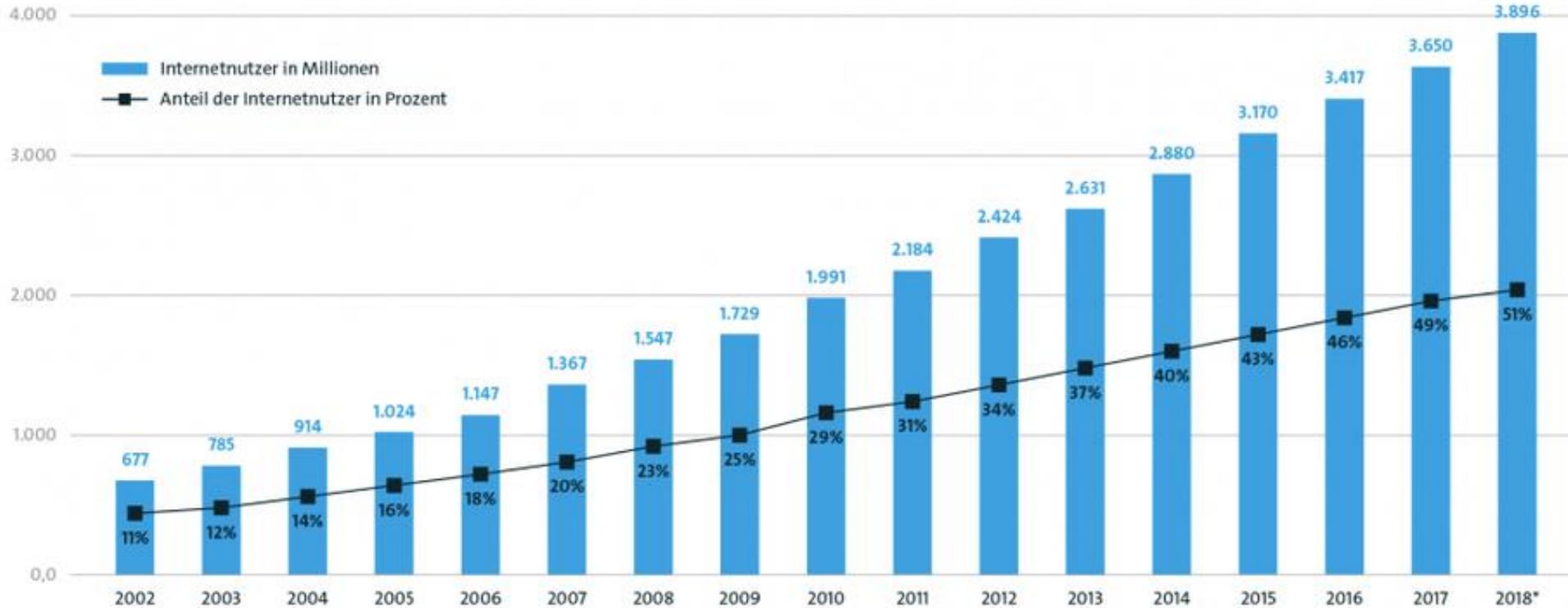
Medieneuphorisch – Blick auf Vorteile digitaler Medien :

- für Sozialisation und Lernen
- Bildungschance
- soziale, kulturelle Teilhabe
- schnelle Informationen
- Serviceleistungen, Verwaltung
- vereinfachter Konsum
- u.v.m.

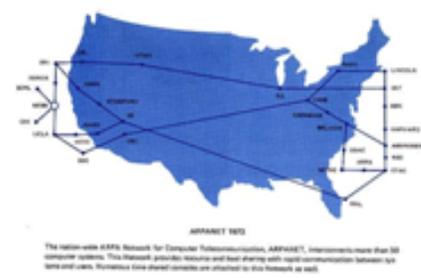
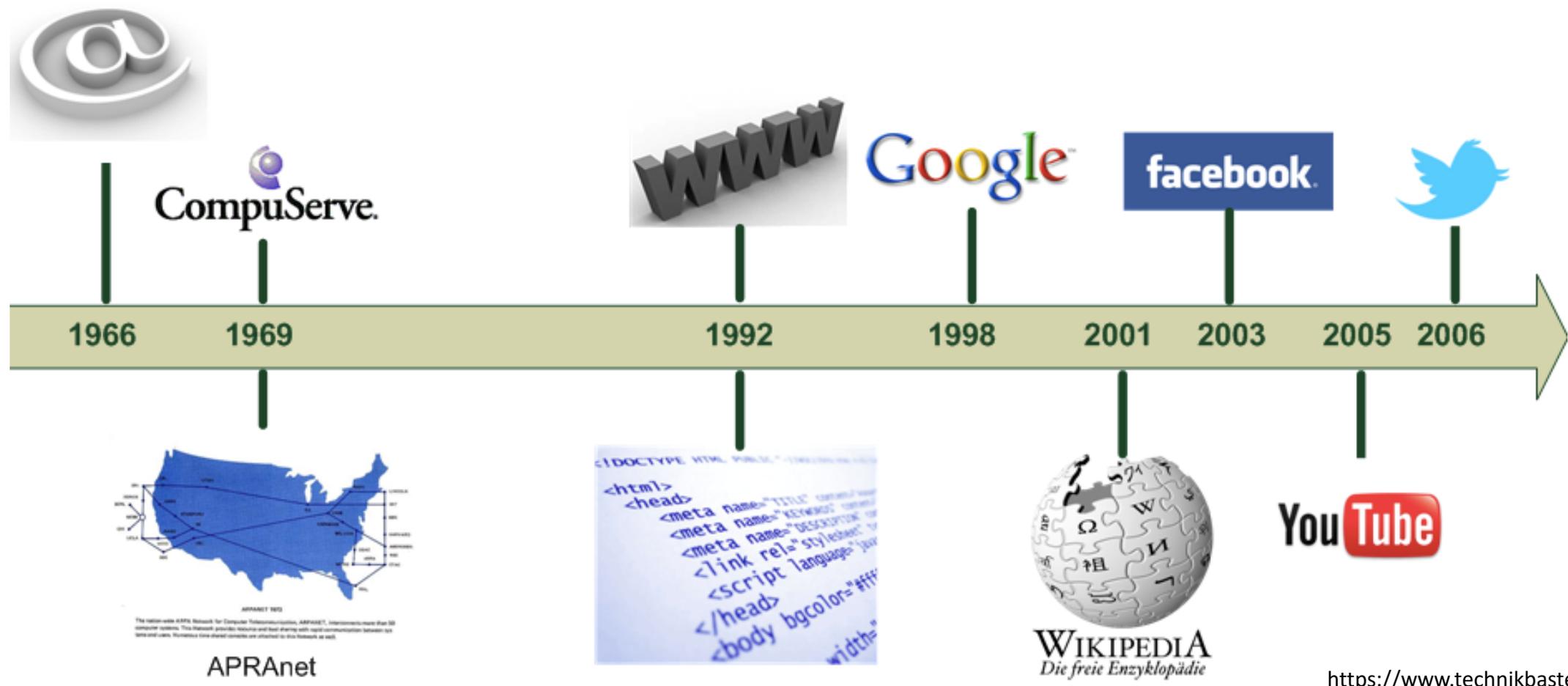


Die Hälfte der Weltbevölkerung ist online

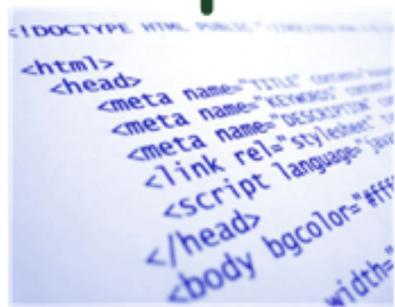
Anzahl der Internetnutzer weltweit und Anteil an der Gesamtbevölkerung



*Schätzung
Quelle: ITU World Telecommunication /ICT Indicators database

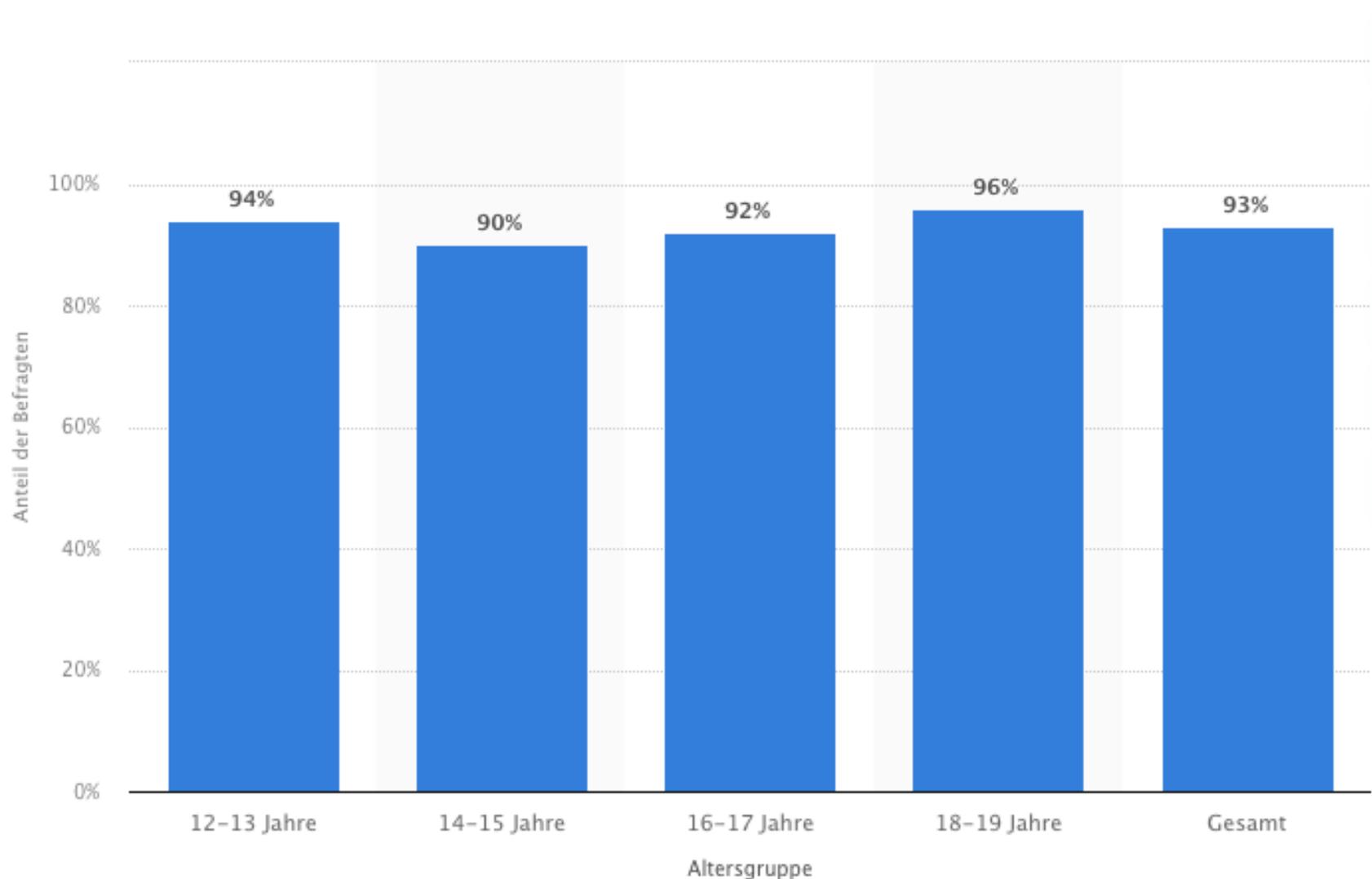


ARPANet



<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
(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



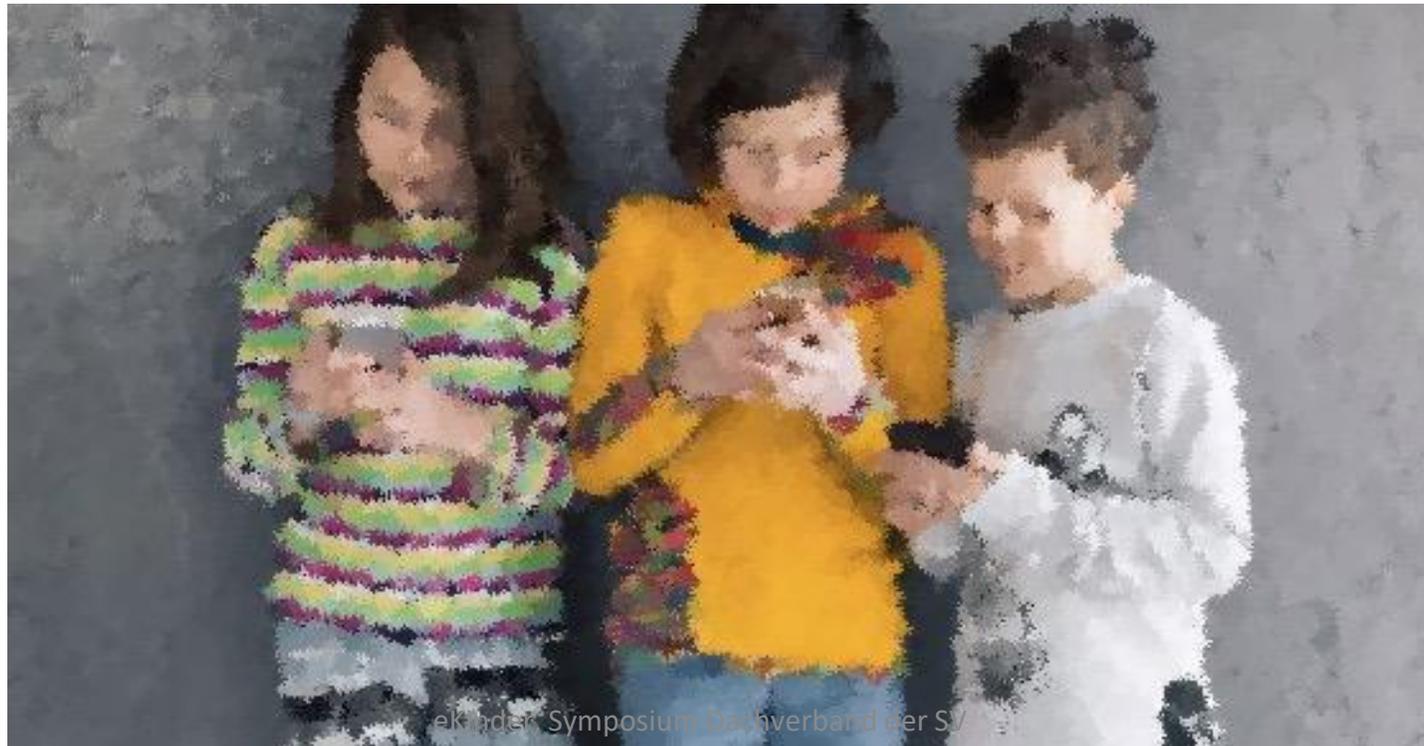
Internetnutzung von Jugendlichen in Deutschland, JIM

- Juni/Juli 2021
- 1.200 Jugendliche zwischen 12 und 19 Jahren telefonisch oder online befragt
- 95 Prozent der befragten Jugendlichen der JIM-Studie nutzen täglich oder mehrmals in der Woche ein Smartphone.
- das Internet wird, egal über welchen Verbreitungsweg, von 95 Prozent der 12- bis 19- jährigen verwendet.
- während physische Zeitschriften und Magazine insgesamt zwölf Prozent der Befragten täglich oder mehrmals in der Woche erreichen,
- sind es derweil rund 15 Prozent bei den digitalen Versionen dieser Medien.



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

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



Herausforderungen rund um digitale Medien und junge Kinder



- kleine Kinder stark vom Umgang mit digitalen Medien betroffen - nicht erst seit der Pandemie
- junge Kinder nutzen sie aktiv (Fotos, Videos, Musik, Hörspiele, Spiele..)
- manchmal treten sie zu den Geräten in Konkurrenz, um die Aufmerksamkeit der Erwachsenen, älteren Geschwister
- seit ihren ersten Lebenstagen gibt es ihre Spuren im Internet (z.B. durch Fotos) und kennen eine Welt ohne Internet gar nicht mehr.

Studie „Kleinkinder und digitale Medien“

Medienimpulse, Jg. 58, Nr. 1, 2020, ISSN 2307-3187, Lizenz: CC-BY-NC-ND-3.0-AT

- 400 Eltern von Kindern zwischen 0 und 6 Jahren befragt
- Vergleichsdaten für die Altersgruppe der 3- bis 6-Jährigen aus einer Saferinternet.at-Befragung aus dem Jahr 2013

vom Institut für empirische Sozialforschung (IFES) im Auftrag des Österreichischen Instituts für angewandte Telekommunikation (ÖIAT) und der ISPA – Internet Service Providers Austria im Rahmen der Initiative Saferinternet.at durchgeführt.

<https://www.saferinternet.at/news-detail/neue-studie-72-prozent-der-0-bis-6-jaehrigen-im-internet/>

Erstkontakt mit digitalen Medien

- In Haushalten mit Kindern unter 6 Jahren gibt es heute durchschnittlich 4 bis 5 internetfähige Geräte.
 - Bereits 72 Prozent der Kinder zwischen 0 und 6 Jahren bzw.
 - 81 Prozent der 3- bis 6- Jährigen nutzen diese zumindest gelegentlich selbst.
 - Im Vergleich zu 2013 (41 %) ist damit in der Altersgruppe der 3- bis 6-Jährigen eine Verdoppelung festzustellen.
- durchschnittlich kommen die Kinder im Alter von einem Jahr erstmals mit digitalen Medien in Kontakt.
- 72 Prozent der Eltern geben an, dass ihr Kind sogar jünger war, als es zum ersten Mal ein internetfähiges Gerät verwendet hat.
- Am häufigsten beschäftigen sich die Kinder dabei mit dem
 - Tablet 32 %
 - Smartphone 30 %
 - internetfähigen Fernseher 21 %
 - Computer und Laptop 4%

Nutzungsverhalten der Allerjüngsten

- Videos anschauen (73 %),
 - Fotos anschauen (61 %),
 - Musik hören (61 %)
 - Spiele spielen (51 %).
 - täglich mit einem internetfähigen Gerät 33 % der Kinder
 - mehrmals pro Woche 46%
- Die Hälfte der Kinder nutzt dazu das Gerät ihrer Eltern, 28 Prozent ein Familien-Gerät. 22 Prozent der Kinder unter 6 Jahren haben ein eigenes Gerät zur Verfügung
- Im Vergleich zu 2013 (15 % täglich und 30 % mehrmals pro Woche) eine deutliche Steigerung in der Nutzungshäufigkeit

Empfehlungen von pädiatrischen Fachgesellschaften



wieviel Zeit vor einem
Bildschirmmedium (Smartphone, Tablet,
Computer, TV-Gerät) aus medizinischer
Sicht pro Tag zu vertreten:

- A) Babys und Kleinkinder unter 2 Jahren
gar keine Zeit und
- B) Kleinkinder im Alter von 2 bis 5 Jahren
höchstens eine Stunde am Tag.



- 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)

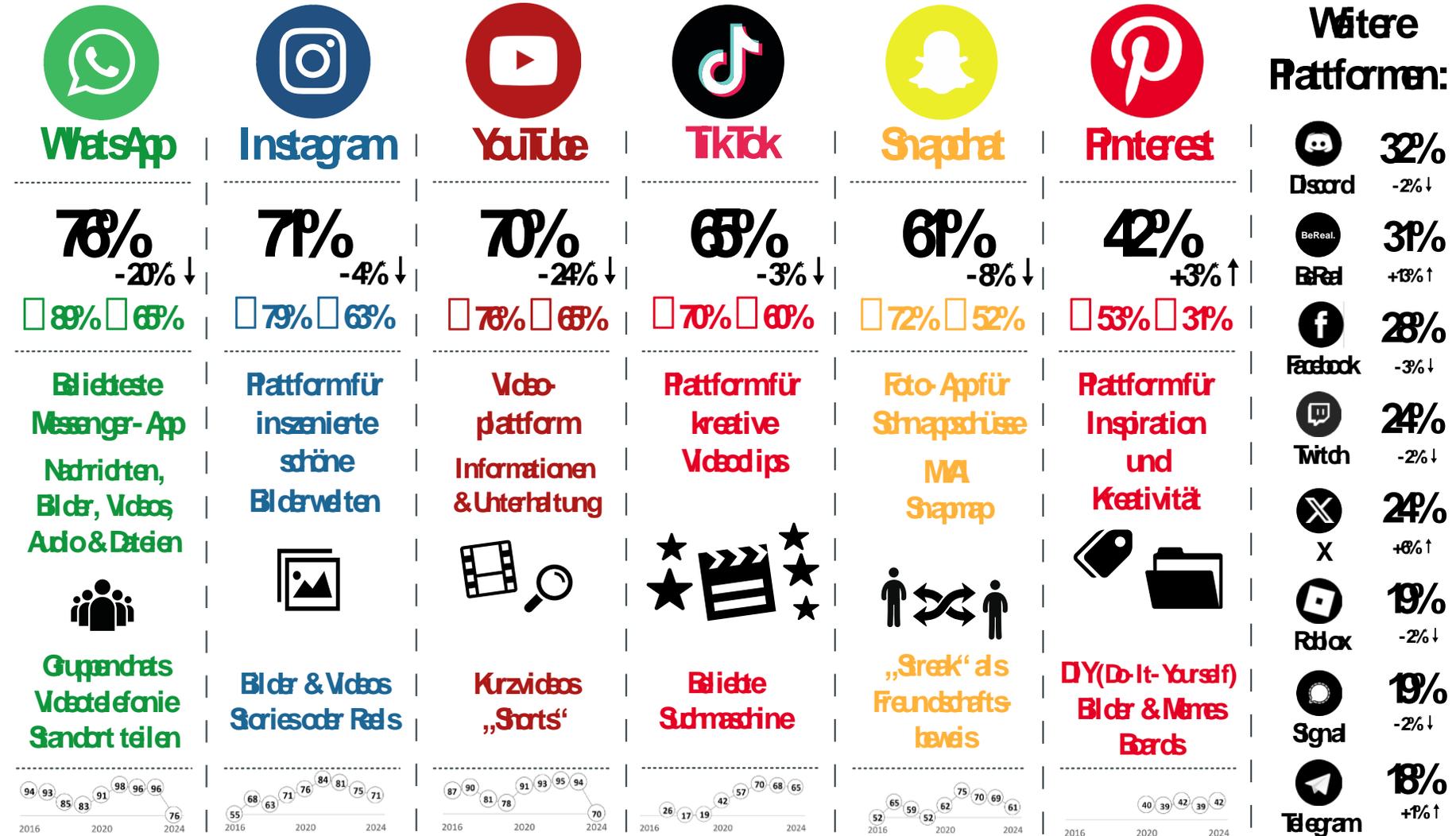
Psychische Gesundheit

- 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-Lizenz Namensnennung - Nicht kommerziell (CC BY-NC). 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/Abchlussbericht_BLIKK_Medien.pdf

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

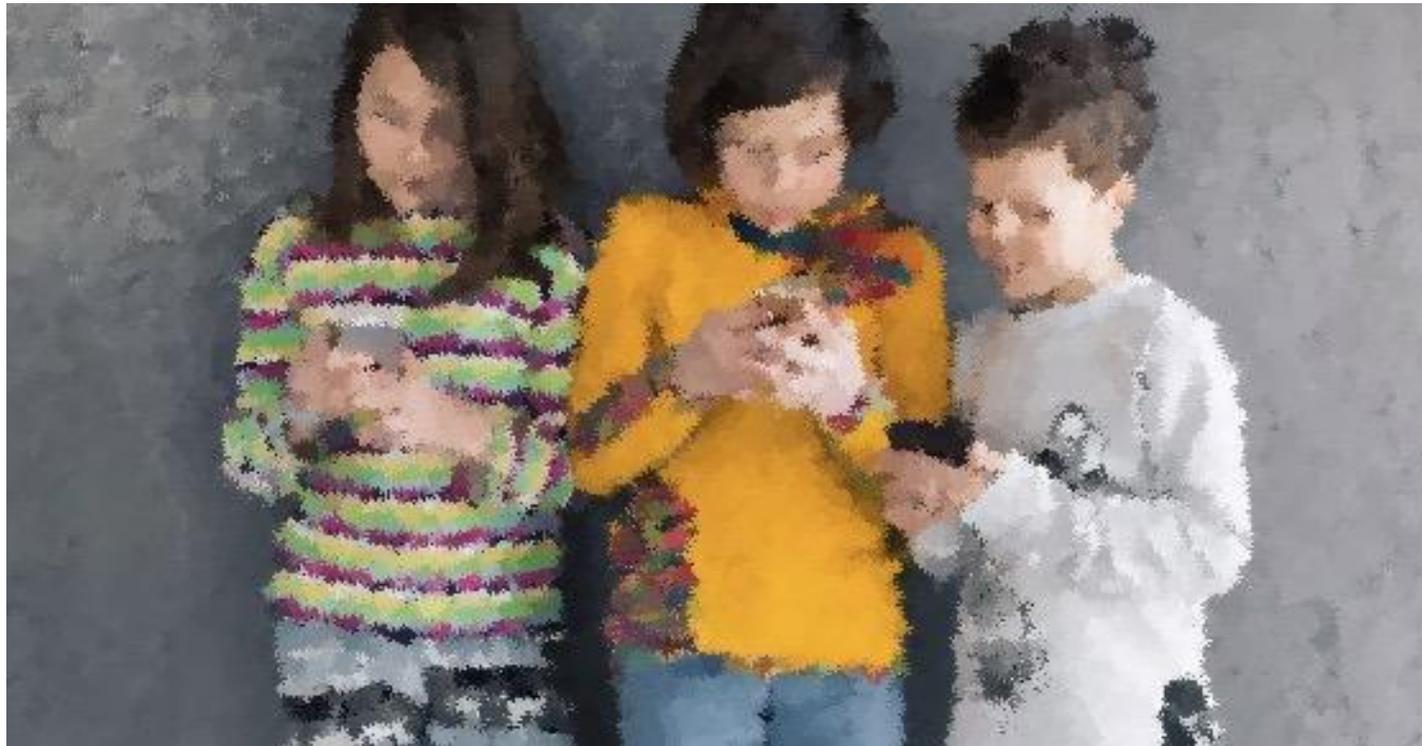
Wahrnehmung zu Screentime (u.a. BLIKK 2017)

- 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.



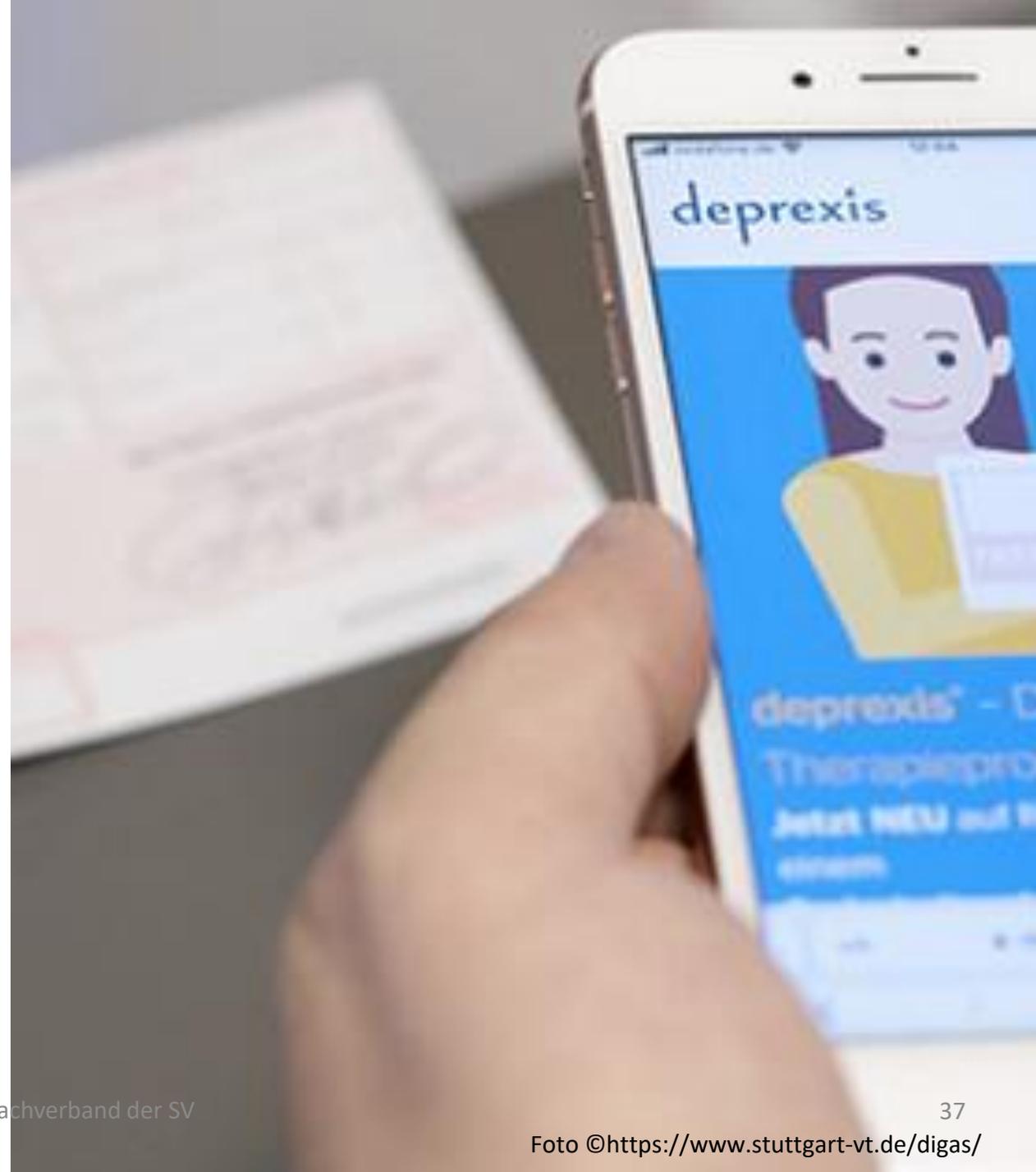
- <https://www.menti.com/>
- Menti Code 63 10 84 3

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 Telematikinfrastruktur: 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.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
- 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.
- Jugend-Internet-Monitor, <https://www.saferinternet.at/services/jugend-internet-monitor>, 2024



Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit
und spannenden weiteren Tag!

