

Persönliche PDF-Datei für David Matusiewicz, B. Krol, T. Stender, G. Lux

Mit den besten Grüßen vom Georg Thieme Verlag

www.thieme.de

Gesundheitsreport berufstätig Studierender : Analyse zur Gesundheitsförderung in Studium und Beruf, Zahlungsbereitschaft und Nutzung digitaler Medien

DOI 10.1055/s-0043-117201

Gesundh ökon Qual manag 2018; 23: 299–306

Dieser elektronische Sonderdruck ist nur für die Nutzung zu nicht-kommerziellen, persönlichen Zwecken bestimmt (z. B. im Rahmen des fachlichen Austauschs mit einzelnen Kollegen und zur Verwendung auf der privaten Homepage des Autors). Diese PDF-Datei ist nicht für die Einstellung in Repositorien vorgesehen, dies gilt auch für soziale und wissenschaftliche Netzwerke und Plattformen.

Verlag und Copyright:

© 2018 by
Georg Thieme Verlag KG
Rüdigerstraße 14
70469 Stuttgart
ISSN 1432-2625

Nachdruck nur
mit Genehmigung
des Verlags

 **Thieme**

Gesundheitsreport berufstätig Studierender: Analyse zur Gesundheitsförderung in Studium und Beruf, Zahlungsbereitschaft und Nutzung digitaler Medien

Health Report of professional students: Analysis of health promotion in study and occupation, the willingness to pay and the use of digital media

Autoren

David Matusiewicz¹, B. Krol², T. Stender², G. Lux¹

Institute

- 1 Institut für Gesundheit & Soziales (ifgs), FOM Hochschule
- 2 Institut für Empirie & Statistik (ifes), FOM Hochschule

Schlüsselwörter

Studenten, Gesundheitsförderung, Digitalisierung

Key words

students, health promotion, digitization

eingereicht 05.06.2017

akzeptiert 19.07.2017

Bibliografie

DOI <https://doi.org/10.1055/s-0043-117201>

Published online: 07.09.2017

Gesundh ökon Qual manag 2018; 23: 299–306

© Georg Thieme Verlag KG Stuttgart · New York

ISSN 1432-2625

Korrespondenzadresse

David Matusiewicz

Institut für Gesundheit & Soziales (ifgs)

FOM Hochschule

Leimkugelstraße

45141 Essen

E-Mail: david.matusiewicz@fom.de

ZUSAMMENFASSUNG

Hintergrund Das Gesundheitsverhalten von Studierenden in Deutschland ist insgesamt bislang wenig empirisch untersucht worden. Die vorliegende Analyse hat den Fokus auf berufstätige Studierende in Deutschland gelegt, da diese Zielgruppe einer Doppelbelastung ausgesetzt ist. Die Zahl der berufstätig Studierenden in Deutschland steigt zunehmend an, sodass die besondere Situation der doppelten Belastung aus Studium und Beruf einer Untersuchung bedarf. Die vorliegende Studie untersucht die Förderung der Gesundheit in Studium und Beruf, die Zahlungsbereitschaft und Nutzung digitaler Medien.

Methodik Die Methodik beruht auf einer Online-Befragung (LimeSurvey) von n = 1028 Studierenden im März 2016 an der FOM Hochschule. Ziel der Studie war es, einen Überblick über das Gesundheitsverhalten von berufstätigen Studierenden aufzuzeigen. Es wurden wissenschaftliche Erkenntnisse über die Zahlungsbereitschaft für Gesundheitsleistungen und die Nutzung von digitalen Medien erhoben. Die statistischen Auswertungen (t-test, ANOVA, Konfidenzintervalle) wurden mit SPSS in der Version 21 durchgeführt.

Ergebnisse Der Rückhalt in der Familie war mit 83,5% der am häufigsten genannte Grund für Gesundheit und allgemeines Wohlbefinden. Es folgten die Pflege sozialer Kontakte mit 81,4%, die gesunde Ernährung mit 77,8% und knapp dahinter die Work-Life-Balance mit 77,6%. Eine ausreichende Zeit für Hobbies und Freizeit war für den Großteil der Studierenden ebenso wichtig (74,3%). Weiter sind der Erfolg im Beruf (73,8%) sowie der regelmäßige Sport (65,7%) als wichtig bewertet worden. Der Mittelwertvergleich der unterschiedlichen Berufsgruppen bezüglich der Fehltage zeigte auf, dass die Fehltage bei der Berufsgruppe der Beamten (12,7; 95%-KI: 0,3–25,1) durchschnittlich etwa doppelt so hoch gewesen sind, wie bei Angestellten (6,3; 95% KI: 5,7–6,9). Die Unterschiede nach Berufsgruppen sind statistisch signifikant (p = 0,035). Die meisten privaten Ausgaben sind in den Bereichen Ernährung und Sport investiert worden. Dabei gaben die Studierenden für die genannten Bereiche durchschnittlich rund 63,8 Euro pro Monat aus. Die Ergebnisse der vorliegenden Primärdatenerhebung haben gezeigt, dass die Studierenden durchschnittlich 1,8 Stunden pro Woche (SD 2,8) zur Informationssuche zum Thema Gesundheit verbracht haben. Hierzu zählten auch Themen zur Gesundheitsförderung (Ernährung, Sport und Bewegung). Das Vertrauen in die Online-Informationen verschiedener Akteure wurde unterschiedlich bewertet.

Diskussion und Fazit Berufstätige Studierende stehen vor besonderen Herausforderungen, die die Gesundheit und das Wohlbefinden beeinflussen. Insgesamt ist das Thema Gesundheit ein durchaus wichtiges Thema und die Studierenden sind bereit, dafür Zeit und Geld zu investieren und nutzen ebenso digitale Medien, wobei auch Herausforderungen bestehen, die richtigen Informationen zu finden.

ABSTRACT

Background The health behavior of students in Germany has so far been little empirically investigated. The present analysis focuses on working students in Germany, as this target group is exposed to a double burden. The number of working students in Germany is growing steadily, so that the special situation of the double burden of study and occupation has to be examined. The present study examines the promotion of health in study and profession, the willingness to pay and use of digital media.

Methodology The methodology is based on an online survey (LimeSurvey) of $n = 1,028$ students in March 2016 at the FOM University of Applied Sciences. The aim of the study was to provide an overview of the health behavior of students. Scientific evidence has been gathered about the willingness to pay for health services and the use of digital media. The statistical evaluations (t-test, ANOVA, confidence intervals) were performed with SPSS in version 21.

Results Family support was 83.5% of the most common reason for health and overall well-being. This was followed by the maintenance of social contacts with 81.4%, the healthy nutrition with 77.8% and just behind the work-life balance with 77.6%. A sufficient time for hobbies and leisure time was equally

important for the majority of students (74.3%). Further, the success in the profession (73.8%) and the regular sports (65.7%) have been rated as important. Comparison of the mean value of the various occupational groups with regard to absent days showed that the average number of days spent in the professional group of officials (12.7; 95% CI: 0.3–25.1) was about twice as high as for employees (6.3, 95% CI: 5.7–6.9). The differences by occupational groups are statistically significant ($p = 0.035$). Most private spending has been invested in the areas of nutrition and sports. Students spent an average of 63.8 euros per month on the above-mentioned areas. The results of the present primary data collection have shown that students spent an average of 1.8 hours per week (SD 2.8) for information on the topic of health. This included topics on health promotion (nutrition, sports and exercise). The trust in the online information of different actors was evaluated differently.

Discussion and Conclusion Professional students face particular challenges that affect health and well-being. Overall, the issue of health is a very important issue, and students are willing to invest time and money, use digital media, and challenge the right information.

Hintergrund

Erstmals haben im Jahre 2013 mehr junge Menschen ein Studium als eine Ausbildung begonnen. Der Trend, dass die Nachfrage nach einem Studium steigt, wird auch in den nächsten Jahren weiter zunehmen (Bundesministerium für Bildung und Forschung 2015). Dabei wächst besonders das Interesse an einem berufsbegleitenden Studium, so dass eine theoretische Ausbildung mit den praktischen Erfahrungen im beruflichen Alltag verknüpft werden kann. Diese Kombination kann in einem dualen (Tages-)Studium (Ausbildung mit integriertem Studium) oder einem Studium neben dem Beruf oder neben der Ausbildung (Abendstudium) gelebt werden. Für Studierende entsteht somit eine erhöhte körperliche sowie psychische Belastung, sodass die Frage aufkommen muss, wie es aktuell um die Gesundheit der Generation der berufstätigen Studierenden steht. Gleichzeitiges Studieren und Arbeiten entwickelt unterschiedliche Effekte auf den gesundheitlichen Zustand und das Wohlbefinden der Studierenden. Um präventiv handeln zu können, ist es von hoher Bedeutung dies weiter zu untersuchen. In den gängigen Gesundheitsreports der verschiedenen Krankenkassen wird die Gesundheit von Studierenden nur im Allgemeinen beziehungsweise rudimentär behandelt, sodass keine aussagekräftigen Prognosen ermittelt werden können. Beispielsweise findet man vereinzelt Analysen über den Medikamentenverbrauch (Lohmann, Gusy und Drewes 2010, Kowalski 2013, DAK-Gesundheitsreport 2015), zum Thema Rauchstatus und Alkoholkonsum (vgl. bspw. Stöckl 2011) oder bezüglich der psychischen Gesundheit (vgl. Techniker Krankenkasse 2015). Auch geben andere bekannte Studiendesigns wie die KiGGS-Langzeitstudie des Robert Koch-Instituts (RKI) zur Gesundheit von Kindern und Jugendlichen in Deutschland „nur“ bundesweite repräsentative Daten zur Gesundheit der unter 18-Jährigen. Somit entfällt der Fokus auf die Zielgruppe (der

meist über 18-Jährigen) Studierenden. Es gibt leider nur vereinzelt wissenschaftliche Publikationen zum Gesundheitsverhalten (vgl. Möllenbeck und Göring 2014) und von Hochschulen, die die Gesundheitsförderung von Studierenden in Hochschulen betrachtet haben (vgl. bspw. Gräser 2003). Das Ziel der vorliegenden Arbeit ist es daher, einen Report über die Gesundheit von berufstätigen Studierenden zu erstellen. Die Analyse thematisiert dabei die Gesundheitsförderung der Studierenden unter Doppelbelastung im Studium und Job, die individuelle Zahlungsbereitschaft für Gesundheitsleistungen und die Nutzung digitaler Medien in Hinsicht auf die Gesundheitsdienste.

Methodik

Die Befragung der FOM-Studierenden erfolgte im März 2016 über einen Online-Fragebogen. Hierbei handelt es sich um über 42 500 Studierende an 29 Hochschulzentren in Deutschland. Die Studierenden wurden zur Befragung eingeladen. Das Format „FOM fragt nach“ findet jährlich in Form einer Panelbefragung statt. Der Fragebogen wurde mit Hilfe der Software LimeSurvey programmiert. Die Studierenden der FOM Hochschule wurden über einen direkten Link im Online Campus der Hochschule zur Teilnahme an der Online-Befragung (Online-Survey) eingeladen. Der Fragebogen bestand aus insgesamt vier Teilen:

1. Der erste Teil des Fragebogens beschäftigte sich mit der **Förderung der Gesundheit der Studierenden** im Allgemeinen. Zentrale Frage: Wie schaffen Sie es, sich sowohl im Job als auch im Studium gesund zu halten?
2. Der zweite Teil hinterfragte die **individuelle Bereitschaft, Geld für Gesundheitsprodukte und -dienstleistungen** zu investieren. Die Fragen zielten dabei in die folgende Richtung:

► **Tab. 1** Übersicht über die einzelnen Frageblöcke des Online-Surveys

Nr.	Inhalt des Fragenblocks
1	Förderung der Gesundheit in Job & Studium
1,1	Wichtige Aspekte für Gesundheit und Wohlbefinden
1,2	Anzahl der Stunden Sport pro Woche
1,3	Vereinbarkeit zwischen Studium und Beruf
1,4	Fehltage im Beruf (in Tagen)
1,5	Veränderung Fehltage nach Studienbeginn
2	Bereitschaft Geld für Gesundheit auszugeben
2,1	Monatliche Ausgaben für Gesundheit
2,2	Anreize für Gesundheitsverhalten (geteilt nach Krankenkasse, Arbeitgeber)
2,3	Private Zusatzversicherungen
3	Nutzung digitaler Medien
3,1	Wöchentliche Zeit für digitale Informationssuche zum Thema Gesundheit
3,2	Nutzung von technischen Anwendungen
3,3	Vertrauen in Online-Informationen
3,4	Meinung zu allgemeinen Aussagen zu digitalen Medien (Datenschutz etc.)
4	Soziodemografische Variablen
4,1	Geschlecht
4,2	Alter
4,3	Studiengang
4,4	Semester
4,5	Arbeitszeitmodell
4,6	Berufsgruppe
4,7	Monatliches Nettoeinkommen

Quelle: eigene Darstellung.

Geben Sie Geld für Fitness, eine Massage nach der Vorlesung oder eine Zahnzusatzversicherung aus?

- Der dritte und letzte Teil thematisierte den Trend zur **Nutzung digitaler Medien**. Gefragt wurde u. a.: Haben Sie schon einmal nach einem Gesundheitsbegriff gegoogelt? Helfen digitale Medien zum Thema Gesundheit oder fehlt der Überblick über die vielen digitalen Informationen?
- Der vierte Teil beinhaltete die **soziodemografischen Variablen** über die Studierenden.

Zur Veranschaulichung dient auch die ► **Tab. 1**, die die einzelnen Befragungsteile noch einmal zusammenfasst.

Die Befragung wurde im März 2016 durchgeführt. Die Auswertungen wurden mittels SPSS in der Version 21 durchgeführt. In erster Linie wurden deskriptive Analysen (Häufigkeitsverteilungen, Mittelwerte, Standardabweichungen) durchgeführt. Bei der Analyse wurden jeweils die gültigen Fälle als Basis verwendet (prozentualer Anteil der vorhandenen Beantwortungen einer Frage). Die Mittelwertvergleiche wurden mittels t-Tests oder ANOVA (wenn mehr als 2 Gruppenmittelwerte verglichen wurden) durchgeführt.

► **Tab. 2** Stammdaten zu der analysierten Primärdatenbasis

Inhalt des Fragenblocks	Anzahl/Durchschnitt/Anteil
Anzahl der Teilnehmenden	1028
Durchschnittsalter	27,2 Jahre
Geschlecht (weiblich/männlich)	69,4%/30,6%

Quelle: eigene Berechnungen.

Als Signifikanzniveau für die statistischen Tests wurde jeweils ein Wert von 5 % verwendet.

Ergebnisse

Stichprobe

An der Befragung nahmen insgesamt $n = 1028$ Studierende der FOM Hochschule verschiedener Standorte in Deutschland teil, dies entspricht rund 2,4 % aller Studierenden (► **Tab. 2**). Das Durchschnittsalter der Studierenden betrug 27,2 Jahre (Standardabweichung (SD) 6,5) mit einem Minimum von 16 Jahren und einem Maximum von 53 Jahren. Die meisten Studierenden waren in der Altersklasse zwischen 21 bis 25 Jahre (45,6 %), gefolgt von der Altersklasse 26 bis 30 Jahre (28,9 %). Dabei waren insgesamt 64,9 % der Studierenden weiblich.

Die Aufteilung der teilnehmenden Studierenden nach Studiengängen war wie folgt: 47,6 % Wirtschaft und Management, 18,4 % Wirtschaft und Psychologie, 17,9 % Gesundheit und Soziales, 9,0 % IT-Management, 4,7 % Wirtschaft und Recht und 2,4 % Ingenieurwesen. Die meisten der Teilnehmenden studierten im ersten oder zweiten Semester (41,4 %). Insgesamt 82,7 % der Studierenden waren in einem Bachelormodell und 17,3 % in einem Mastermodell eingeschrieben. Rund drei Viertel (73,5 %) der Studierenden gingen neben dem Studium einer Vollzeitbeschäftigung nach, rund ein Viertel (26,0 %) einer Teilzeitbeschäftigung und lediglich 0,5 % gingen keiner Beschäftigung neben dem Studium nach. Die Frage nach der Zuordnung zur Berufsgruppe ergab, dass sich der überwiegende Teil der Studierenden (93,3 %) in einem Angestelltenverhältnis befand. Die übrigen Studierenden waren Aushilfs- und Hilfskräfte (2,5 %), Beamte (1,7 %), Selbstständige/Freiberufler (1,8 %) oder gingen keiner Beschäftigung nach (0,7 %).

Gesundheit in Studium und Beruf

Im ersten Teil des Fragebogens wurden die Studierenden zur Gesundheit im Studium und Beruf befragt. Hinsichtlich der Einschätzung zur eigenen Gesundheit und des eigenen Wohlbefindens gaben die Studierenden die nachfolgenden Aspekte als besonders wichtig an (Antwortkategorien „trifft voll zu“ oder „trifft eher zu“). Der Rückhalt in der Familie war mit 83,5 % der am häufigsten genannte Grund für Gesundheit und allgemeines Wohlbefinden. Es folgten die Pflege sozialer Kontakte mit 81,4 %, die gesunde Ernährung mit 77,8 % und knapp dahinter die Work-Life-Balance mit 77,6 %. Eine ausreichende Zeit für Hobbies und Freizeit war für den Großteil der Studierenden ebenso wichtig (74,3 %). Weiter sind der

► **Tab. 3** Zahlungsbereitschaft der Studierenden in monatlichen Ausgaben (n = 1028)

Aspekt	Monatliche Ausgaben in Euro
Ernährung, Nahrungsergänzungsmittel, Diäten	39,5 (SD 72,8; 95 %-KI: 33,7–44,6)
Fitness/-studio und Sportvereine	24,3 (SD 32,8; 95 %-KI: 22,0–27,0)
Apotheke, Zuzahlungen, frei verkäufliche Medikamente	11,0 (SD 20,5; 95 %-KI: 9,6–12,6)
Wellness, Massagen, Entspannung	10,0 (SD 23,7; 95 %-KI: 8,4–12,1)
Arzt, Prävention, Individuelle Gesundheitsleistungen (IGEL), Vorsorgeuntersuchung	7,4 (SD 24,3; 95 %-KI: 5,5–9,2)
Zeitschriften und Bücher zum Thema Gesundheit	1,9 (SD 6,2; 95 %-KI: 1,4–2,3)
Gesundheitskurse	1,6 (SD 8,9; 95 %-KI: 0,9–2,3)
Gesundheits- und Fitness-Tracker, Apps	1,1 (SD 5,6; 95 %-KI: 0,7–1,6)
Quelle: eigene Berechnungen.	

Erfolg im Beruf (73,8 %) sowie der regelmäßige Sport (65,7 %) als wichtig bewertet worden. Die teilnehmenden Studierenden gaben an, im Durchschnitt 3,6 h (95 %-KI: 3,3–3,8) einer sportlichen Aktivität in der Woche nachzugehen. Der Mittelwertvergleich nach Altersklassen zeigte dabei auf, dass die sportlichen Aktivitäten mit zunehmendem Alter kontinuierlich um ungefähr die Hälfte zurückgehen. So ergab sich für die Altersklasse bis 20 Jahre ein Mittelwert von 3,9 h (95 %-KI: 2,7–5,1) und in der Altersklasse > 40 ein Mittelwert von 2,3 h (95 %-KI: 1,6–2,9). Die Unterschiede sind allerdings statistisch nicht signifikant ($p = 0,146$). Der Vergleich zwischen den Studierenden mit Vollzeitjob und Teilzeitbeschäftigung bzgl. sportlicher Aktivitäten hat ebenso keine signifikanten Unterschiede ($p = 0,081$) aufgezeigt. Beim Mittelwert für Wellness, Massagen und Entspannung ist allerdings eine umgekehrte Rangfolge identifiziert worden. Während in der Altersklasse < 20 Jahre der Mittelwert für die monatlichen Ausgaben bei durchschnittlich 6,6 Euro (95 %-KI: 1,7–11,5) betrug, lag der Wert in der Gruppe > 40 Jahre deutlich höher mit 21,8 Euro (95 %-KI: 5,1–38,4).

Die Aussage, dass die Studierenden ihre Freizeit in der heutigen Zeit bewusster wahrnehmen, da durch die Kombination von Studium und Beruf diese gut geplant werden muss, bestätigten rund 4 von 5 Studierenden (79,1 %). 38,6 % der Studierenden gaben dabei an, dass das Studium zu einem wichtigen sozialen Treffpunkt geworden ist. Zudem empfand rund ein Viertel (23,6 %) der Studierenden das Studium als einen guten Ausgleich zum beruflichen Alltag. Hinsichtlich der Fehlzeiten im Beruf lagen nach Angaben der Studierenden die Fehltagelänge bei durchschnittlich 6,5 Tagen (95 %-KI: 5,8–7,2) für das Jahr 2015. Dabei gaben knapp Dreiviertel (72,8 %) der Studierenden an, dass die Fehlzeiten im Beruf zum Zeitraum vor dem Studium vergleichsweise unverändert blieben. Lediglich 16,1 % der Teilnehmenden gaben einen Anstieg der Fehltagelänge an und 11,1 % vermerkten, dass sich die Fehltagelänge nach Studienbeginn vermindert hätten. Der Mittelwertvergleich der unterschiedlichen

► **Tab. 4** Nutzung technischer Anwendungen oder Angebote zum Thema Gesundheit (n = 1028)

Antwortitems	Anteil
Gesundheitsapps, Smartwatches, Fitness-Tracker	35,2 %
Online-Ratgeber, Gesundheitslexika	24,9 %
Online-Apotheke	19,5 %
Online-Arzt-Suche	18,0 %
Buchung von Online-Arztterminen	13,0 %
Zweitmeinungsportale	6,3 %
Online-Präventionsprogramme	3,4 %
Online-Selbsthilfegruppen	1,1 %
Quelle: eigene Berechnungen.	

Berufsgruppen zeigte auf, dass die Fehltagelänge bei der Berufsgruppe der Beamten (12,7; 95 %-KI: 0,3–25,1) durchschnittlich etwa doppelt so hoch gewesen sind, wie bei Angestellten (6,3; 95 %-KI: 5,7–6,9). Die Unterschiede nach Berufsgruppen sind statistisch signifikant ($p = 0,035$).

Zahlungsbereitschaft und Anreize für gesundheitsbewusstes Verhalten

Die Abfrage nach der Zahlungsbereitschaft für Gesundheitsleistungen der Studierenden war ebenso Bestandteil des Online-Survey. Zunächst wurden die Studierenden gefragt, wie viel (privates) Geld sie schätzungsweise pro Monat für die eigene Gesundheit ausgeben (abgesehen also von den Kosten, die die Krankenkasse erstattet). In der nachfolgenden Tabelle wird deutlich, dass die meisten privaten Ausgaben in den Bereichen Ernährung und Sport geflossen worden sind. Dabei gaben die Studierenden für die genannten Bereiche durchschnittlich rund 63,8 Euro pro Monat aus. Es folgten weitere Ausgaben für Produkte aus der Apotheke und Produkte aus dem Wellnessbereich mit jeweils 10 bzw. 11 Euro im Monat. Dagegen erschienen die Ausgaben für Zeitschriften und Bücher, Gesundheitskurse und digitale Gesundheitsdienste, die zwischen 1,1 und 1,9 Euro im Monat beziffert werden konnten als vergleichsweise geringfügig.

Im Folgenden wurden Angaben zur Anreizwirkung von Geldleistungen (Bonus, Geldprämien), Sachleistungen (im Sinne von Sachprämien), Kostenübernahmen (wie bspw. Gesundheitskurse) und schließlich auch die immateriellen Incentives wie Anerkennung und Lob ermittelt. Die Ergebnisse weisen darauf hin, dass die Kostenübernahmen von bspw. Gesundheitskursen bei 4 von 5 Studierenden die größte Anreizwirkung erzielt haben (82,7 % erwarten dies von ihrer Krankenkasse, 80,1 % von ihrem Arbeitgeber). Weiter zeigte sich, dass Geldleistungen als Anreiz von 77,3 % auf der Seite des Arbeitgebers und von 75,3 % auf der Seite der Krankenkasse eingeschätzt werden. Sachleistungen waren etwa für die Hälfte der Teilnehmenden interessant (55,8 % erwarten Sachleistungen vom Arbeitgeber und 51,4 % von der Krankenkasse). Bei den Aspekten Anerkennung und Lob fielen die Ergebnisse etwas unterschiedlicher aus. Knapp die Hälfte der Studierenden (45,6 %) bewerteten Anerkennung und Lob durch den Arbeitgeber als Anreiz für gesund-

► **Tab. 5** Sehr hohes bzw. hohes Vertrauen in Online-Informationen nach Akteuren (n = 1028)

Akteure	Sehr hohes/ hohes Vertrauen
Forschungsinstitute (z. B. Robert Koch Institut)	68,0%
Krankenkasse	59,9%
Bundes-/Landesministerien und Verbände	53,3%
Krankenhaus und Arztpraxen	51,4%
Arbeitgeber/Betriebliche Informationen	40,1%
Selbsthilfeportale und -gruppen	17,5%
Wikis (ArztWiki, PflegeWiki, Wikipedia)	16,3%
Pharmaindustrie	10,7%
Quelle: eigene Berechnungen.	

heitsbewusstes Verhalten. Stattdessen wurde eine Anreizwirkung bei lediglich 26,7% angegeben, wenn seitens der Krankenkassen Anerkennung und Lob kommuniziert würde.

Des Weiteren wurde nach Zusatzversicherungen im Bereich Gesundheit gefragt. Rund ein Drittel (31,6%) der Studierenden gaben an, dass sie über keine Zusatzversicherung verfügen. Ein knappes Drittel der Teilnehmenden (29,0%) gab an, eine Zusatzversicherung für die Zahnbehandlung zu besitzen. Weitere Nennungen waren die Zusatzversicherung für Krankenhaus/Krankenhaustagegeld (20,9%), Brille/Sehhilfe (17,1%), für weitere Leistungen der ambulant ärztlichen Versorgung (6,7%) und schließlich für Heilpraktiker (5,1%).

Digitale Gesundheit

Der dritte Teil der Befragung befasste sich mit technischen Angeboten und Online-Informationen im Sinne der digitalen Gesundheit. Die Ergebnisse der vorliegenden Primärdatenerhebung haben gezeigt, dass die Studierenden durchschnittlich 1,8 Stunden pro Woche (SD 2,8) zur Informationssuche zum Thema Gesundheit verbracht haben. Hierzu zählten auch Themen zur Gesundheitsförderung (Ernährung, Sport und Bewegung). Das Vertrauen in die Online-Informationen verschiedener Akteure wurde unterschiedlich bewertet. Auf die Frage, welche technischen Anwendungen gelegentlich genutzt werden, antworteten die Studierenden wie folgt (siehe nachfolgende ► **Tab. 4**).

Mehr als ein Drittel (35,2%) der Studierenden nutzte gelegentlich Gesundheitsapps, Smartwatches oder Fitness-Tracker. Rund ein Viertel (24,9%) verwendeten Online-Ratgeber, um sich über Gesundheitsthemen zu informieren. Online-Apotheken sind von jedem Fünften (19,5%) gelegentlich genutzt worden. Während 18,0% der Studierenden über das Internet einen Arzt aufsuchten, zeigte sich, dass der Anteil der Studierenden, die einen Termin auch online buchten, mit 13,0% geringer war. Zweitmeinungsportale, Online-Präventionsprogramme und Online-Selbsthilfegruppen wurden von den Studierenden nachrangig genutzt. Weitere genannte Online-Angebote zu Themen wie Gesundheit, Fitness und Ernährung, die einzeln genannt wurden, waren Blogs, Foren, Soziale Netzwerke, Online-Fitnessstudios und Inhalte auf Youtube.

Von den Nutzern von Gesundheitsapps (n = 361) gab rund ein Drittel (30,8%) der Studierenden an, dass sie gelegentlich von den Benachrichtigungen und Statusmeldungen genervt gewesen seien. Lediglich 0,5% der Studierenden gab an, keine technischen Anwendungen oder Angebote zum Thema Gesundheit zu nutzen.

Ein weiterer Aspekt, der im Zuge der Nutzung digitaler Medien abgefragt wurde, war das Vertrauen in die Online-Informationen von verschiedenen Akteuren im Gesundheitswesen (vgl. hierzu ► **Tab. 5**). Hierbei haben 68,0% der Teilnehmenden den Online-Informationen von Forschungsinstituten das höchste Vertrauen ausgesprochen. Danach wurde den Krankenkassen als mittelbare Staatsverwaltung von 59,9% sowie den Bundes-/Landesministerien und Verbänden von 53,3% ein sehr hohes oder hohes Vertrauen bescheinigt. Ein hohes oder sehr hohes Vertrauen in die genannten Leistungserbringer (Krankenhäuser und Arztpraxen) gaben rund die Hälfte (51,4%) der Studierenden an. Es folgten die Arbeitgeber mit betrieblichen Informationen zur Gesundheitsförderung und zum Gesundheitsschutz (40,1%). Rund jeder fünfte Studierende hat ein sehr hohes oder hohes Vertrauen in Selbsthilfeportale und -gruppen (17,5%) und Wikis (16,3%). Lediglich jeder 10. Studierende hat Vertrauen in die Pharmaindustrie (10,7%).

Abschließend wurden die Studierenden zu verschiedenen Themen rund um die Nutzung und die Herausforderungen von digitalen Medien mit Gesundheitsbezug befragt. Die Ergebnisse werden wie folgt zusammengefasst (Kategorien „trifft voll“ oder „trifft eher zu“ wurden als Zustimmung ausgewertet). 57,2% der Studierenden gaben an, dass ihnen digitale Medien bei Gesundheitsfragen durch virtuelle Antworten helfen könnten. Das Vertrauen in digitale Gesundheitsmedien war allerdings nur bei weniger als jedem dritten Studierenden (27,2%) hoch. Rund 59,9% der Teilnehmenden befürchteten ferner, dass die Nutzung digitaler Medien sich negativ auf ihre Körperhaltung (bspw. Nackenbeschwerden) auswirken könnten. Darüber hinaus gab rd. ein Drittel (34,0%) an, dass die Bildschirmstrahlung negative Effekte auf ihre Sehkraft haben könnte. Ein weiterer negativer Effekt war, dass das Googeln nach Gesundheitsinformationen bei einem Drittel der Teilnehmenden (32,6%) für Verunsicherung sorgt, da ein Überblick über die Gesundheitsthemen fehlt. Rund Dreiviertel (78,2%) der Studierenden gaben schließlich noch an, dass ihnen der Datenschutz wichtig sei.

Diskussion

Diskussion zu Gesundheit in Studium und Beruf

Der Rückhalt in der Familie war für die meisten Studierenden der am häufigsten genannte Grund für Gesundheit und allgemeines Wohlbefinden. Dieses Resultat verweist auf die hohe Bedeutung, dass eine intakte und kommunikative Beziehung zur Familie gefördert werden muss, um die Lernbereitschaft und Motivation zum Studium aufrecht zu erhalten. Weiterhin sind soziale Kontakte, gesunde Ernährung, Work-Life-Balance und ausreichend Zeit für Interessen und sportlichen Aktivitäten von einem Großteil der Studierenden als besonders wichtig empfunden worden. Hier besteht das potenzielle Risiko, dass die Gesundheit sich verändern kann, wenn die sportliche Aktivität lernbedingt ausbleiben muss. Die Befragung stellte ebenso dar, dass der Faktor Erfolg im Beruf mit der psychischen Gesundheit in einem Zusammenhang steht. Es ist also für

den Gesundheitszustand bedeutsam, ob eine Person im Beruf für sich selbst Erfolgserlebnisse empfindet oder nicht. Die Befragung zeigte, dass 4 von 5 Studierenden ein verändertes Freizeitempfinden wahrgenommen haben. Sie nehmen ihre freie Zeit am Tag zwischen Studium und Arbeit als wertvoller wahr als vor der doppelten Belastungsphase. Bezüglich der Fehltag im Durchschnitt, kann das Ergebnis durch eine Studie zur Arbeitszeitbefragung von Heller, Krol und Stender (2015) aus dem Jahr 2014 aufgeführt werden. Hierbei lagen die durchschnittlichen Fehltag bei 5,2 Tagen (SD 7,3). Um den Faktor Zeit besser bewerten zu können, kann daraufhin gewiesen werden, dass Studierende ein sog. Zeit- und Selbstmanagement erlernen sollten, um das berufs begleitende Studium ohne zeitliche Entgleisungen zu bewältigen. Studium und Beruf reduzieren die zur Verfügung stehende Zeit unter anderem für die Pflege von sozialen Kontakte und das Nachgehen von Freizeitaktivitäten. Die Angaben der Studierenden zeigten, dass diese Faktoren wichtig für die Gesundheit sind. Daher werden Studierende schnell merken, wie wichtig ein gutes Zeitmanagement für den ausbalancierten Alltag ist. Wenn beispielsweise Freundschaften oder die Familie durch die Zeitreduzierung weniger gepflegt werden können, kann dies zu psychischem Stress, Druckempfinden und somit zu einem Unwohlsein und einer Gesundheitsgefährdung der Studierenden führen. Nichtsdestotrotz lässt die Befragung ebenfalls erkennen, dass das Studium auch als ein wichtiger sozialer Treffpunkt empfunden und angegeben wurde. Bei rund einem Viertel der Studierenden erwies sich die Zeit in der Hochschule als ein guter Ausgleich zum Beruf, sodass der berufliche Stress innerhalb der Studienphase abgebaut werden konnte. Studierende können dort berufliche Probleme und Situationen kommunizieren und Lösungswege erarbeiten. Dadurch kann die einzelne Sichtweise einer beruflich angespannten Situation verändert werden und auch das Wohlbefinden des Einzelnen beeinflusst werden. Der Austausch Gleichgesinnter fördert den Stressabbau und verbessert somit das gesundheitliche Befinden. Arbeitgeber und Hochschulen müssen in der Zukunft Antworten finden, um die Belastung zu reduzieren und die Gesundheit der Studierenden sicherzustellen.

Zahlungsbereitschaft und Anreize für gesundheitsbewusstes Verhalten

Die Ergebnisse zeigen, dass die Zahlungsbereitschaft der Studierenden für die Ernährung und den Sport am höchsten war. Um also das Wohlbefinden während einer Lebensphase aus Beruf und Studium zu fördern, achten die Studierenden auf „gute“ Lebensmittel (bspw. Bio-Produkte, die üblicherweise teurer sind als konventionelle) und auf ein gutes Immunsystem, welches durch sportliche Aktivitäten verbessert wird. Im Gegensatz dazu zeigen die Auswertungen, dass die Studierenden vergleichsweise wenig für gesundheitsbezogene Zeitschriften und Bücher, Gesundheitskurse und digitale Gesundheitsdienste ausgaben. Dies könnte daran liegen, dass der Großteil der Studierenden aufgrund des Altersdurchschnittes (27,2 Jahre) relativ gesund ist und sich somit mit dem Gesundheitsmarkt weniger beschäftigen muss. Eine weitere Erklärung wäre, dass Studierende eher aktiv an sich arbeiten und durch direkte Ausübung sportlicher Aktivitäten ein Wohlfühl empfinden, statt körperlich passiv etwas über Gesundheitsinformationen zu lesen. Darüber hinaus ist der Gesundheitsmarkt ein sog. „low-interest“-Markt. Bei diesem Markt zeigt sich, dass Gesunde die Tendenz

haben, wenig Geld für Gesundheit auszugeben (Beitragspräferenz). Erst im höheren Alter kann sich eine zunehmende Bereitschaft für Gesundheitsausgaben (Leistungspräferenz) entwickeln (vgl. Borocho/Matusiewicz 2016). Man kann davon ausgehen, dass Studierende überwiegend körperlich gesund sind, sodass das Interesse an aufkommenden altersbedingten Krankheiten nicht vorhanden ist und auch die Zeit dazu fehlt, sich mit verschiedenen Krankheiten oder gesundheitsschädlichen Aspekten zu beschäftigen.

In Bezug auf die Frage, welche Anreize gegeben sein müssen, um ein gesundheitsbewusstes Verhalten zu fördern, wurde festgestellt, dass Geldleistungen, Sachleistungen, Kostenübernahmen und immaterielle Incentives wie Anerkennung und Lob durchaus einen Effekt auf gesundheitsbewusstes Verhalten haben. Zwei möglichen Akteuren stehen hier Möglichkeiten offen, die Studierenden zu gesundheitsbewussterem Verhalten zu animieren: den Krankenkassen und den Arbeitgebern. Bei letzteren spielt insbesondere das Betriebliche Gesundheitsmanagement (BGM) eine Rolle. Die Ergebnisse haben gezeigt, dass bei der Übernahme von Gesundheitskursen eher die Krankenkassen als naher Ansprechpartner fungieren können. Ebenso wurde ermittelt, dass bei der Incentivierung durch Geld- oder Sachleistungen sowie dem Lob der Arbeitgeber als primärer Akteur noch vor der Krankenkasse Wirkung zeigen würde. Somit ist festzuhalten, dass im Sinne des Setting-Ansatzes BGM der Arbeitgeber die Gesundheit von Studierenden beeinflussen kann. Diesem wird eine größere Bedeutung zugesprochen als den Maßnahmen der Krankenkassen. Es können daher steuerungsrelevante Ansätze abgeleitet werden, die bspw. primär über das BGM des Arbeitgebers und sekundär mithilfe der Krankenkassen realisiert werden könnten (Matusiewicz 2016).

Digitale Gesundheit

Die Studierenden verbrachten durchschnittlich 1,8 Stunden wöchentlich mit der Informationssuche zum Thema Gesundheit, wobei mehr als die Hälfte der Studierenden angab, dass digitale Medien bei der Beantwortung von Gesundheitsfragen eingesetzt wurden. Dieses zeigt einerseits das Interesse an Gesundheitsthemen und andererseits die Benutzung von digitalen Instrumenten zur Unterstützung von alltäglichen Aufgaben. Dabei hat mehr als ein Drittel der Studierenden eine gelegentliche Nutzung von Gesundheitsapps, Smartwatches oder Fitness-Tracker angegeben, was ebenso den Aspekt der zunehmenden digitalen Unterstützung bei sportlichen Aktivitäten belegt. Beispielsweise nutzt rund ein Viertel (24,9%) Online-Ratgeber, um sich über Gesundheitsthemen zu informieren. Derzeit gibt es rund 120 000 Apps weltweit und jeder fünfte Deutsche nutzt diese für Themen rund um Fitness, Ernährung, Gesundheit und dem Selbstmanagement von Erkrankungen (Kramer und Zehner 2016). Es fehlt allerdings ein Nachweis des Nutzens, der zunehmend politisch sowie wissenschaftlich eingefordert wird. Denn ohne die Betrachtung von Studien können nur Annahmen über die tatsächliche Hilfestellung digitaler Medien aufgezeigt werden. Ob und inwieweit diese Nutzung die Gesundheit beeinflussen kann ist eine Zukunftsaufgabe im Rahmen der Forschung. Denn hierbei könnten gerade die Arbeitgeber neue kreative und wirkungsvolle BGM-Maßnahmen einsetzen, um die Gesundheit der Studierenden positiv zu beeinflussen. Die Analyse gibt zumindest Aufschluss über das Interesse an der Kombination aus Gesundheit und digitaler Unterstützung. Die gesundheitsökono-

mischen Evaluationen werden in naher Zukunft eine zunehmende Aufmerksamkeit erfahren, damit das Vertrauen in die Implementierung, die Effizienz sowie eine richtige Konzeption entwickelt werden können (Matusiewicz 2016).

Aktuell konnte ermittelt werden, dass zum jetzigen Zeitpunkt das Vertrauen in digitale Gesundheitsmedien bei weniger als jedem dritten Studierenden hoch ist. Vertrauen in die Hilfe und die Glaubwürdigkeit von Messwerten von bspw. Gesundheitsapps können also nur durch dementsprechende Qualitätskriterien und wissenschaftliche Studien entwickelt werden. Diese Erkenntnis kann auch eine aktuelle Publikation des Gesundheitsmonitors der Bertelsmann Stiftung und der Barmer belegt werden. In diesen wird aufgezeigt, dass die Selbstinformation über das Internet seitens der Patientinnen und Patienten in den letzten Jahren zugenommen hat, dabei aber Mängel und Herausforderungen festgestellt werden mussten. Denn sowohl auf der Seite der Nutzerinnen und Nutzer als auch auf der Seite der Ärztinnen und Ärzte ergaben sich verschiedene Probleme, wie z. B. seriöse von unseriösen Quellen, Dienstleistungen und Angeboten im Internet zu unterscheiden sind (Bittner 2016). Laut einer aktuellen Studie der Universität Bielefeld haben 44% der Deutschen eine eingeschränkte und weitere zehn Prozent sogar nur eine unzureichende Gesundheitskompetenz (Schaeffer et al. 2016). Zudem gibt es auch Untersuchungen, in denen selbst die Studierenden negative Auswirkungen durch die digitalen Medien nicht ausschließen. Dabei werden beispielweise Effekte wie zunehmende Nackenbeschwerden, hohe und dauerhafte Bildschirmstrahlung und die Nichteinhaltung von Datenschutz und anderen Rahmenbedingungen sowie ein fehlender Gesamtüberblick über die zur Verfügung stehenden Daten aufgezeigt. Zu den Gefahren der Nutzung von digitalen Medien ist bislang nur wenig bekannt und wissenschaftliche Studien fehlen. Es gibt allerdings vereinzelt Studien, die auf einen Zusammenhang bspw. von Augenproblemen und der Nutzung von technischen Geräten wie Computern und Smartphones hindeuten (vgl. Moschos et al. 2012).

Die Ergebnisse zeigen, dass die Studierenden die Nutzung von Online-Informationen durchaus kritisch sehen. Hier sind weitere Untersuchungen notwendig, um die Qualität von digitalen Gesundheitsinformationen sicherzustellen und einen Überblick über die „guten Quellen“ zu schaffen.

Limitationen

Die Limitation der vorliegenden Arbeit bezieht sich auf die Tatsache, dass ausschließlich Studierende einer einzigen privaten Hochschule befragt worden sind, auch wenn diese an mehreren Standorten in Deutschland studieren. Darüber hinaus sind die spezifischen Charakteristika der teilnehmenden Studierenden (wie z. B. die Berufstätigkeit, das Einkommensniveau) bei der Interpretation der Ergebnisse zu berücksichtigen. Somit liegt ggfs. eine unzureichende Repräsentativität in Bezug auf die Studierenden in Deutschland vor. Schlussfolgerungen für Studierende anderer Hochschulen sind demnach nur eingeschränkt möglich sind. Ebenso ist bei der untersuchten Thematik ein Selection Bias nicht auszuschließen.

Zusammenfassung und Fazit

Berufstätige Studierende stehen vor besonderen Herausforderungen, die die Gesundheit und das Wohlbefinden beeinflussen. Dennoch gibt die vorliegende Studie darüber Auskunft, welche Faktoren auf die Gesundheit der Studierenden einwirken können. Es ist von hoher Wichtigkeit, dass die Studierenden einen Rückhalt der Familie und des sozialen Netzwerkes erfahren. Neue Motivation und Energie kann durch den Zusammenhalt und die Kommunikation mit Gleichgesinnten entstehen. Es ergibt sich aus der Studie, dass gleichermaßen der private sowie der berufliche Kontext eine entscheidende Rolle für die Gesundheit spielen. Studierende müssen sowohl positives Feedback im beruflichen Alltag als auch die Verbindung zum Freundeskreis aufrecht erhalten. Gesundheitsfördernde Maßnahmen sollten durch den Arbeitgeber angeboten und unterstützt werden, um die Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer leistungsfähig sowie motiviert und gesund zu erhalten. Aus der Studie geht hervor, dass die Studierenden den Arbeitgeber als wichtigen Ansprechpartner für die Mitwirkung an der Gesundheit einschätzen. Somit ist es wichtig, das BGM attraktiv zu gestalten. Da die Kombination aus Beruf und Studium vielseitige Herausforderungen mit sich bringt, die noch unzureichend erforscht worden sind, ist es wichtig, diese näher zu analysieren. Präventiv können dann auch gesundheitliche Gefahren vermieden werden, wenn die Gesundheitsfaktoren der untersuchten Zielgruppe weiter erforscht würden. Gesundheit ist besonders bei Studierenden zu erforschen, da u. a. die Analyse zur Zahlungsbereitschaft belegt, dass die Ausgaben für Ernährung und Sport am höchsten waren und diese Faktoren eine entscheidende Gesundheitsbeeinflussung darstellen. Es ist ebenso wichtig die Herangehensweise zur Motivation von Gesundheit zu erforschen, denn die Zielgruppe ist flexibel und dynamisch und benötigt eine besondere Aktivierung. Ermittelt werden konnte, dass die Nutzung von digitalen Instrumenten zur Gesundheitsförderung zunimmt. Beispielsweise ist die Nutzung von Online-Gesundheitsinformationen und Gesundheitsapps wichtig, um auch technikaffine Personen für Gesundheitsförderung zu begeistern. Aufschlussreich ist, dass die noch fehlenden Nachweise über Effektivität und Datenschutz sowie fehlende Qualitätskriterien für digitale Gesundheitsprodukte das Vertrauen der Studierenden in diese schwächen. Ebenso haben die Studierenden auch den unzureichenden Gesamtüberblick über die verschiedenen verfügbaren Informationen bemängelt. Inwieweit also die Gesundheit der Studierenden durch die Kombination aus Beruf und Studium beeinflusst wird und beeinflusst werden sollte, stellt eine zukünftige Forschungsaufgabe mit verschiedenen Ansätzen aus Primär-, Sekundär- und Tertiärprävention dar. Fest steht, dass die Studierenden (in der Kombination von Studium und Beruf) eine erhöhte Bereitschaft für zahlungsbedingte Gesundheitsleistungen aufweisen sowie ein hohes Interesse an der Unterstützung durch digitale Instrumente zur Gesundheitsförderung haben.

Interessenkonflikt

Die Autoren geben an, dass kein Interessenkonflikt besteht.

Literatur

- [1] Bittner A. Informierte Patienten und unzureichend vorbereitete Ärzte?, in: Gesundheitsmonitor, Newsletter 02 2016: 1–9
- [2] Boroch W, Matusiewicz D. Vierfelder-Matrix der Markenpositionierung von gesetzlichen Krankenkassen, in: Zeitschrift für die gesamte Versicherungswissenschaft 2016; 105(2): 131–147
- [3] Bundesministerium für Bildung und Forschung. Berufsbildungsbericht 2015, URL: <https://www.bmbf.de/de/berufsbildungsbericht-1077.html>, Stand 2015, Abfrage 07/2016
- [4] DAK Gesundheit. DAK-Gesundheitsreport. Hamburg 2015
- [5] Gräser S. Hochschule und Gesundheit: Salutogenese am Arbeitsplatz Universität. Pabst Science Publ 2003
- [6] Hellert U, Krol B, Stender T. Arbeitszeitbefragung 2014, URL: <https://www.fom.de/2015/maerz/berufsbegleitendes-studium-als-potenzieller-erholungsfaktor-ergebnisse-der-arbeitszeitbefragung-2014-liegen-vor-0.html>, Stand 2015, Abfrage 07/2015
- [7] Kowalksi H. Neuroenhancement–Gehirndoping am Arbeitsplatz. In: Fehlzeiten-Report 2013. Springer Berlin Heidelberg 2013: 27–34
- [8] Kramer U, Zehner F. Diabetes-Management mit APPs: Derzeitige & zukünftige Nutzung, Einstellungen, Erfahrungen und Erwartungen von Betroffenen. Online-Befragung von Diabetikern. Aktuelle Ernährungsmedizin 2016; 41: V07
- [9] Lohmann K, Gusy B, Drewes J. Medikamentenkonsum bei Studierenden. Prävention und Gesundheitsförderung 2010; 5: 276–281
- [10] Matusiewicz D. Mitarbeitergesundheit rückt verstärkt in den Fokus, Frankfurter Allgemeine Zeitung (FAZ), Ausgabe 18.04.2016, Sonderausgabe zur Zukunft der digitalen Medizin 2016: V3
- [11] Möllenbeck D, Göring A. Sportliche Aktivität, Gesundheitsressourcen und Befinden von Studierenden: Eine Frage des Geschlechts?. In Aktiv und Gesund?, Springer Fachmedien Wiesbaden 2014: 449–474
- [12] Moschos MM, Chatziralli IP, Siasou, G et al. Visual problems in young adults due to computer use. Klinische Monatsblätter für Augenheilkunde 2012; 229: 379–381
- [13] Schaeffer D et al. Health Literacy in Deutschland – Erhebung repräsentativer Daten und Entwicklung einer Material- und Methodensammlung für die Beratung, URL: http://ekvv.uni-bielefeld.de/blog/uniaktuell/entry/%C3%BCber_die_h%C3%A4lfte_der_deutschen, Stand 2016, Abfrage 06/2016
- [14] Seibold C, Aurand T, Loss J et al. Erwartungen von Studierenden an die Gesundheitsförderung in Hochschulen -Ergebnisse einer explorativen Studie an der Universität Bayreuth. Prävention und Gesundheitsförderung 2007; 2: 141 & Poster auf dem 2. Nationalen Präventionskongress. Dresden 2007
- [15] Stöckl MG. Vergleich subjektiver Gesundheit mit Geschlecht und Rauchstatus in einer Stichprobe von Medizinstudenten 2011
- [16] Techniker Krankenkasse. Gesundheitsreport 2015. Gesundheit von Studierenden. Hamburg 2015