

FAMILIENPOLITISCHE INFORMATIONEN

3 | 2019

FAMILIENGESUNDHEIT

Wie gut geht es Eltern in Deutschland?



Dr. Julia Wuttke

Die gute Nachricht vorweg: Der Mehrheit der Eltern in Deutschland geht es gesundheitlich gut. Laut einer Studie der AOK schätzen mehr als drei Viertel der befragten Eltern ihre eigene Gesundheit als gut bis sehr gut ein.¹ Dieser Anteil ist zwischen 2014 und 2018 um sieben Prozent gestiegen. Diese Entwicklung stimmt zunächst optimistisch. Ist also alles gut?

1. GESUNDHEITLICHE BELASTUNGEN VON ELTERN MINDERJÄHRIGER KINDER

Eine objektive Erhebung des Gesundheitszustandes von Eltern minderjähriger Kinder existiert für Deutschland nicht. Die bislang vorliegenden Untersuchungen – zumeist von Krankenkassen wie die genannte AOK-Studie – beschränken sich auf Befragungen und Selbsteinschätzungen von Eltern. Wenn man dort genauer hinschaut, zeigt sich allerdings durchaus Handlungsbedarf.

In der Erhebung der AOK geben 37 Prozent der Eltern an, dass sie innerhalb der letzten vier Wochen aufgrund körperlicher Beschwerden zumindest

manchmal im Beruf oder in ihrer alltäglichen Arbeit eingeschränkt waren.² Bei 11 Prozent war dies sogar häufig oder ständig der Fall. Eine Studie im Auftrag des Bundesfamilienministeriums hat ergeben, dass rund ein Viertel der Mütter und ein Fünftel der Väter regelmäßig unter psychosomatischen Befindlichkeitsstörungen (Müdigkeit, Erschöpfung, Gereiztheit, Niedergeschlagenheit u. a.) leiden.³ Zudem berichten 35 Prozent der befragten Mütter und ein Viertel der befragten Väter über körperliche Beschwerden wie Kopf- und Rückenschmerzen oder Magen-Darm-Probleme.⁴ Die Autoren schätzen, dass rund 2,1 Millionen Mütter und 230.000 Väter in Deutschland gesundheitlich so belastet seien, dass sie eigentlich eine Kur bräuchten.⁵

Bestimmte Elterngruppen klagen signifikant häufiger über gesundheitliche Beschwerden: Alleinerziehende – zu 90 Prozent Frauen – bewerten ihre eigene Gesundheit schlechter als Eltern in Paarbeziehungen; nur 69 Prozent bezeichnen ihren eigenen Gesundheitszustand als gut oder sehr gut.⁶ Ähnlich verhält es sich im

THEMEN

Julia Wuttke: Familiengesundheit. Wie gut geht es Eltern in Deutschland?	1
Michael Ley: Über die kulturelle Bedeutung der Eltern-Kind-Kurse. "Hidden Champions" der Familienbildung	9

AUS DEM VERBAND

Jahrestagung der eaf 2019	8
Bundespräsident empfängt Familienverbände	12

