

Zuckerhaltige Erfrischungsgetränke



Handlungsfeld 1: Diabetesrisiko reduzieren



Kinder und Jugendliche

Hintergrund

Zuckerhaltige Erfrischungsgetränke wie Limonaden und Fruchtsaftgetränke enthalten in der Regel industriell zugesetzten Zucker und haben damit zumeist einen hohen Energiegehalt sowie einen hohen glykämischen Index bei zugleich niedrigem Sättigungseffekt. Diese Getränke sind abzugrenzen von den mit Zuckerersatzstoffen gesüßten Erfrischungsgetränken sowie von den natürlichen Fruchtzucker enthaltenden Frucht- und Gemüsesäften [1, 2]. Studien weisen darauf hin, dass ein regelmäßiger Konsum zuckerhaltiger Erfrischungsgetränke bereits im Kindes- und Jugendalter mit nachteiligen gesundheitlichen Auswirkungen verbunden ist, einschließlich der Förderung von Übergewicht und Adipositas (Indikator „Übergewicht und Adipositas“) sowie einer Insulinresistenz [3]. Im Erwachsenenalter, in das sich Ernährungsgewohnheiten aus jungen Lebensjahren oft fortsetzen, ist ein regelmäßig höherer Konsum dieser Getränke mit einem höheren Risiko für die Entwicklung eines Typ-2-Diabetes assoziiert [4].

Kernaussagen

- ▶ Insgesamt trank im Jahr 2015 etwa ein Viertel der Jugendlichen mindestens einmal pro Tag zuckerhaltige Erfrischungsgetränke.
- ▶ Jungen konsumieren häufiger als Mädchen täglich zuckerhaltige Erfrischungsgetränke, wobei der Konsum bei beiden Geschlechtern im Altersgang zwischen 3 und 17 Jahren zunimmt.
- ▶ Kinder und Jugendliche der unteren Bildungsgruppe trinken mehr als dreimal so häufig jeden Tag zuckerhaltige Erfrischungsgetränke wie diejenigen der oberen Bildungsgruppe.

Abbildung 1: Zeitlicher Vergleich des Anteils von Personen mit einem täglichen Konsum zuckerhaltiger Erfrischungsgetränke in der Bevölkerung (3 – 17 Jahre) in % nach Geschlecht zwischen 2004 und 2015.

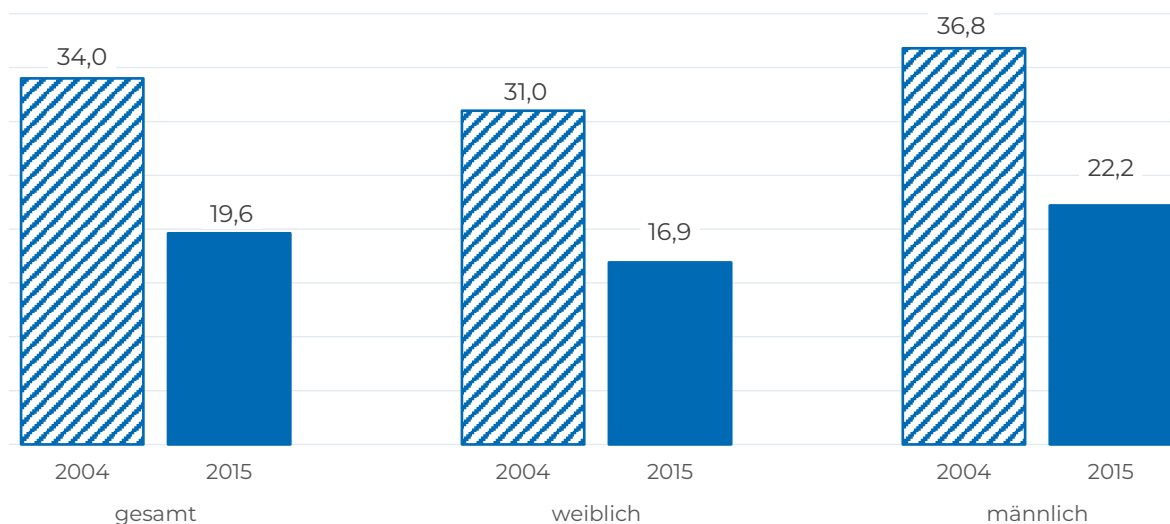


Abbildung 2: Anteil von Personen mit einem täglichen Konsum zuckerhaltiger Erfrischungsgetränke in der Bevölkerung (3 – 17 Jahre) in % nach Alter und Geschlecht im Jahr 2015.

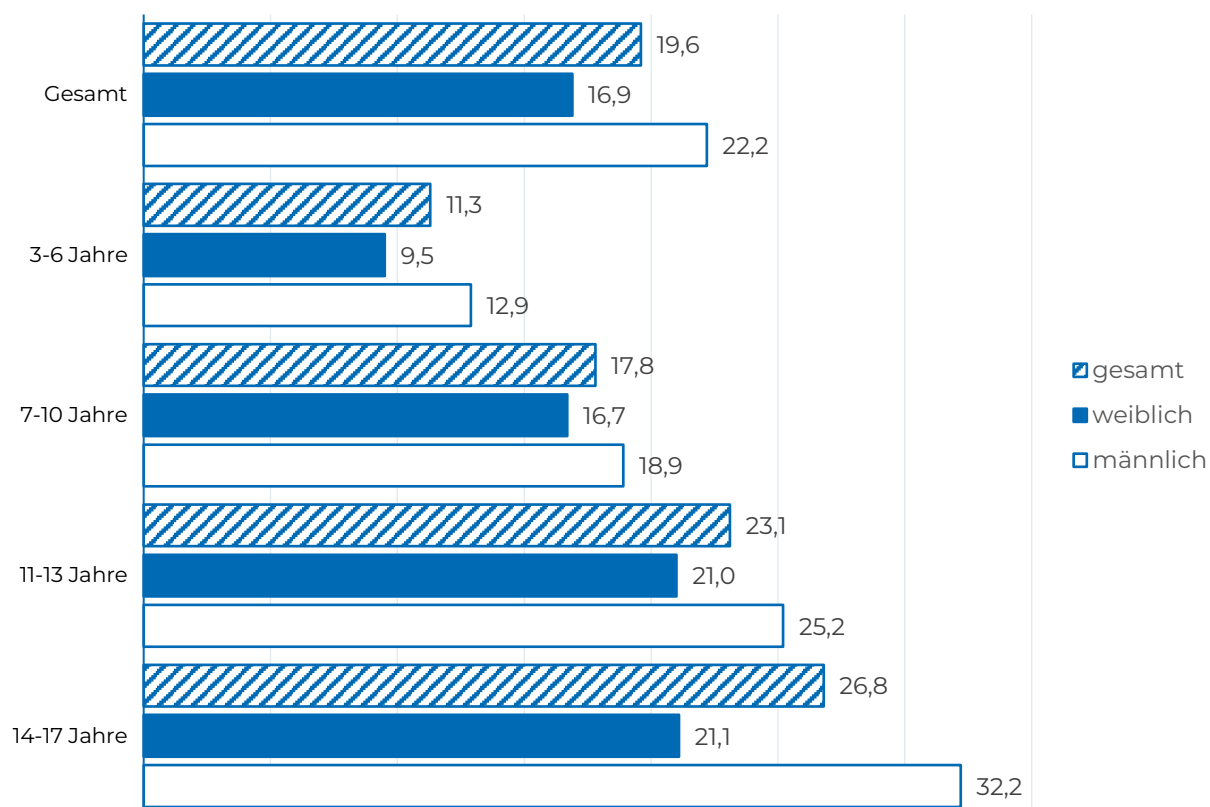
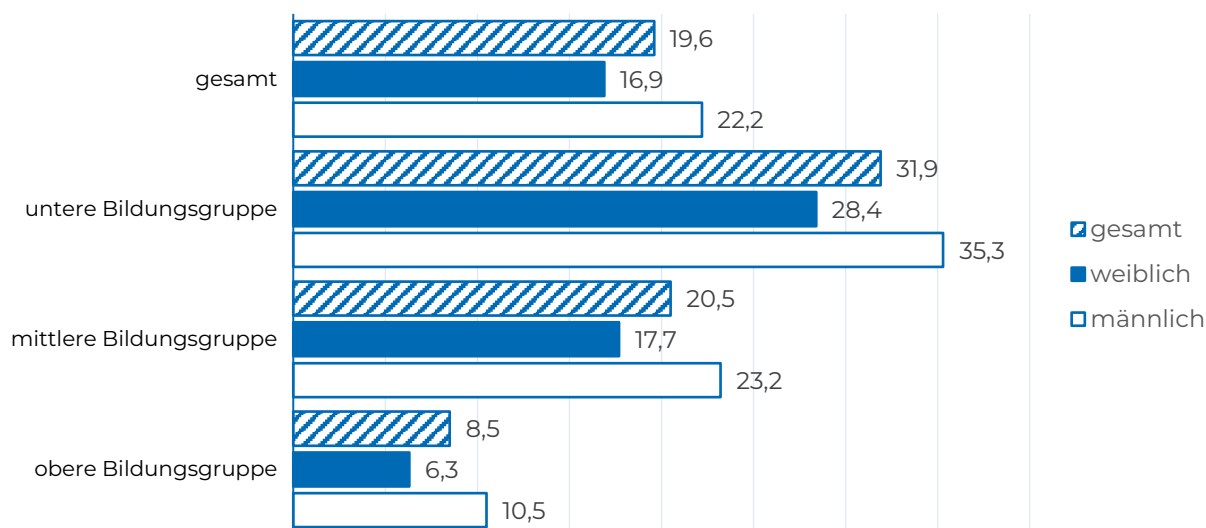


Abbildung 3: Anteil von Personen mit einem täglichen Konsum zuckerhaltiger Erfrischungsgetränke in der Bevölkerung (3 – 17 Jahre) in % nach Bildungsgruppe und Geschlecht im Jahr 2015.



Ergebnisse

Im Jahr 2015 beträgt der Anteil von Kindern und Jugendlichen mit einem täglichen Konsum zuckerhaltiger Erfrischungsgetränke 19,6 % (Mädchen: 16,9 %; Jungen: 22,2 %). Mit zunehmendem Alter steigt der entsprechende Anteil von 11,3 % bei den 3- bis 6-Jährigen bis auf 26,8 % bei den 14- bis 17-Jährigen an. Kinder und Jugendliche der unteren Bildungsgruppe trinken deutlich häufiger täglich zuckerhaltige Erfrischungsgetränke (31,9 %) als diejenigen der mittleren Bildungsgruppe (20,5 %) und der oberen Bildungsgruppe (8,5 %). Es bestehen keine Unterschiede zwischen den Wohnregionen. Im Vergleich zum Jahr 2004 hat der Anteil von Kindern und Jugendlichen, die jeden Tag zuckerhaltiger Erfrischungsgetränke trinken, bei beiden Geschlechtern abgenommen.

Fazit

Im Zeitverlauf zwischen 2004 und 2015 hat der Anteil von Kindern und Jugendlichen mit einem täglichen Konsum zuckerhaltiger Erfrischungsgetränke zwar abgenommen, dennoch trinkt in Deutschland bereits im Altersbereich 3 bis 6 Jahre mehr als jedes zehnte Kind und im Altersbereich 14 bis 17 Jahre sogar mehr als jede/r vierte Jugendliche einmal oder mehrmals täglich solche Getränke [5, 6]. Somit gehören zuckerhaltige Erfrischungsgetränke zu den beeinflussbaren Risikofaktoren für die spätere Entwicklung eines Typ-2-Diabetes, die durch verhaltens- und verhältnisbasierte Maßnahmen prinzipiell ein deutliches Präventionspotenzial aufweisen. Die stark ausgeprägten Bildungsunterschiede hinsichtlich des täglichen Konsums zuckerhaltiger Erfrischungsgetränke weisen dabei auf die Notwendigkeit zur Etablierung von Maßnahmen in allen Bevölkerungsgruppen hin.

Methodik und Datenquellen

Definition

Der Indikator zuckerhaltige Erfrischungsgetränke ist definiert als Anteil von Kindern und Jugendlichen in der Bevölkerung mit einem täglichen Konsum zuckerhaltiger Erfrischungsgetränke.

Operationalisierung

Erfassung des Konsums zuckerhaltiger Erfrischungsgetränke basierend auf Selbstangaben im Verzehrshäufigkeitsfragebogen:

Studie zur Gesundheit von Kindern und Jugendlichen in Deutschland (KiGGS) - Basiserhebung

- ▶ „Wie oft hast du in den letzten Wochen Erfrischungsgetränke (z. B. Cola, Limonade, Eistee, Malzbier) getrunken?“
 - Nie
 - 1 Mal im Monat
 - 2–3 Mal im Monat
 - 1–2 Mal pro Woche
 - 3–4 Mal pro Woche
 - 5–6 Mal pro Woche
 - 1 Mal am Tag
 - 2–3 Mal am Tag
 - 4–5 Mal am Tag
 - Öfter als 5 Mal am Tag

KiGGS Welle 2

- ▶ „Wie oft hast du in den letzten 4 Wochen zuckerhaltige Erfrischungsgetränke (z. B. Cola, Limonade, Eistee, Malzbier, Energiegetränke) getrunken? Nicht gemeint sind Light-Getränke.“
 - Nie
 - 1 Mal im Monat
 - 2–3 Mal im Monat
 - 1–2 Mal pro Woche
 - 3–4 Mal pro Woche
 - 5–6 Mal pro Woche
 - 1 Mal am Tag
 - 2 Mal am Tag
 - 3 Mal am Tag
 - 4–5 Mal am Tag
 - Öfter als 5 Mal am Tag

Bezugspopulation

Kinder und Jugendliche mit ständigem Wohnsitz in Deutschland, Alter 3 – 17 Jahre.

Datenquelle

Bundesweite Befragungs- und Untersuchungssurveys 2003 – 2006 (KiGGS-Basiserhebung) und 2014 – 2017 (KiGGS Welle 2) des Robert Koch-Instituts (RKI) basierend auf Einwohnermeldeamtstichprobe und Erhebung durch Selbstausfüllfragebogen (Befragung der Eltern sowie der Kinder und Jugendlichen ab 11 Jahren), ärztliches Interview (Befragung der Eltern) und Untersuchung.

Fallzahl

- ▶ KiGGS-Basiserhebung: n = 17.641
- ▶ KiGGS Welle 2 (Querschnitterhebung): n = 15.023 (davon 3.567 mit Untersuchung)

Berechnung

- ▶ **Beschreibung:** Für den Indikator werden die Kennziffern für gesamt, Mädchen und Jungen sowie jeweils stratifiziert nach Altersgruppe, Wohnregion und höchstem Bildungsstand der Eltern angegeben soweit die Fallzahl für die Kennziffer ≥ 5 ist und die statistische Unsicherheit in der Schätzung der Kennziffer als nicht zu groß angesehen wird (d. h. Variationskoeffizient in der Regel $\leq 33,5\%$).
- ▶ **Stratifizierung:** Die geographische Einordnung des Wohnsitzes der teilnehmenden Person erfolgte nach Region (Nord-Ost, Nord-West, Mitte-Ost, Mitte-West und Süden). Der Bildungsstatus der Eltern wurde anhand des Comparative Analysis of Social Mobility in Industrial Nations (CASMIN) - Indexes bestimmt, in den Angaben zu schulischer und beruflicher Ausbildung eingehen und der die Einteilung in eine untere, mittlere und obere Bildungsgruppe ermöglichen.
- ▶ **Gewichtung:** Um Abweichungen der Surveys von der jeweils zugrundeliegenden Bezugspopulation aufgrund von unterschiedlicher Teilnahmebereitschaft oder Auswahlwahrscheinlichkeit zu korrigieren, wurde für die Berechnung des Indikators in der KiGGS-Basiserhebung und KiGGS Welle 2 jeweils ein Gewichtungsfaktor verwendet. Diese passen die Surveys an die Bevölkerungsstruktur der Bezugspopulation hinsichtlich Geschlecht, Alter, Bundesland und deutscher Staatsangehörigkeit (ja/nein) zum 31.12.2004 (Basiserhebung) und 31.12.2015 (Welle 2) sowie an die Bildungsverteilung der Eltern im Mikrozensus 2005 (Basiserhebung) und 2013 (Welle 2) an.

Datenqualität

Die RKI-Surveys für Kinder und Jugendliche liefern repräsentative Ergebnisse für die 0- bis 17-jährige Wohnbevölkerung Deutschlands. Dabei ist es durch unterschiedliche Maßnahmen gelungen (u. a. Oversampling von Kindern und Jugendlichen ohne deutsche Staatsangehörigkeit), auch die Gruppe der Migrantinnen und Migranten annähernd entsprechend ihres Anteils in der Bevölkerung in die KiGGS-Studie einzuschließen. Dennoch sind künftig weitere Anstrengungen insbesondere für Kinder und Jugendliche mit geringen Deutschkenntnissen notwendig.

Datendownload

Robert Koch-Institut. (2024). Ergebnisse der Nationalen Diabetes-Surveillance 2015 – 2024 [Data set]. Zenodo. <https://doi.org/10.5281/zenodo.14935276>

Referenzen

1. Deutsche Gesellschaft für Ernährung e. V. Gut essen und trinken – Der DGE-Ernährungskreis 2019 [cited 12.08.2024]. Available from: <https://www.dge.de/gesunde-ernaehrung/gut-essen-und-trinken/dge-ernaehrungskreis/>.
2. Malik VS, Hu FB. Sugar-Sweetened Beverages and Cardiometabolic Health: An Update of the Evidence. *Nutrients*. 2019;11(8). doi: 10.3390/nu11081840.
3. Bleich SN, Vercammen KA. The negative impact of sugar-sweetened beverages on children's health: an update of the literature. *BMC Obes*. 2018;5(1):6. doi: 10.1186/s40608-017-0178-9.
4. Imamura F, O'Connor L, Ye Z, Mursu J, Hayashino Y, Bhupathiraju SN, et al. Consumption of sugar sweetened beverages, artificially sweetened beverages, and fruit juice and incidence of type 2 diabetes: systematic review, meta-analysis, and estimation of population attributable fraction. *BMJ*. 2015;351:h3576. doi: 10.1136/bmj.h3576.

5. Mensink GBM, Kleiser C, Richter A. Lebensmittelverzehr bei Kindern und Jugendlichen in Deutschland. Bundesgesundheitsbl. 2007;50(5):609-23. doi: 10.1007/s00103-007-0222-x.
6. Mensink GBM, Schienkiewitz A, Rabenberg M, Borrmann A, Richter A. Konsum zuckerhaltiger Erfrischungsgetränke bei Kindern und Jugendlichen in Deutschland – Querschnittergebnisse aus KiGGS Welle 2 und Trends. J Health Monit. 2018;3(1):32-9. doi: 10.17886/RKI-GBE-2018-007.

Weiterführende Links

- ▶ Robert Koch-Institut. Informationen zur Studie zur Gesundheit von Kindern und Jugendlichen in Deutschland (KiGGS) 2024 [cited 30.01.2025]. Available from: <http://www.rki.de/kiggs>.

Impressum

Herausgeber

Robert Koch-Institut · Abteilung für Epidemiologie und Gesundheitsmonitoring
Nationale Diabetes-Surveillance · Nordufer 20 · 13353 Berlin

Zitierweise

Nationale Diabetes-Surveillance am Robert Koch-Institut (2024)
Ergebnisse der Diabetes-Surveillance 2015 – 2024.
Zuckerhaltige Erfrischungsgetränke– Kinder und Jugendliche.
Robert Koch-Institut, Berlin. doi: 10.25646/12275.

Open access

CC BY 4.0 Lizenzvertrag Namensnennung 4.0 International

Förderungshinweis

Das Projekt zum Aufbau einer Nationalen Diabetes-Surveillance am Robert Koch-Institut mit Erweiterung zu einer NCD-Surveillance (2015 – 2024) wurde gefördert durch das Bundesministerium für Gesundheit (Förderkennzeichen: GE20150323, GE20190305, 2522DIA700, 2523DIA002).

Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages