

## Körperliche Beschwerden

### Einleitung

Mit körperlichen Beschwerden lässt sich ein breites Spektrum an physischen Symptomen umfassen, die mit Unwohlsein und/oder Schmerzen verbunden sind. Um möglichst viele dieser Symptome abzubilden, wurden für diese Befragung die Häufigkeit von Herz-Kreislauf-Beschwerden, Magen-Darm-Beschwerden, Beeinträchtigungen des Allgemeinbefindens, allgemeinen Anspannungsgefühlen (Verkrampfung, Schweißausbrüche) sowie Kopfschmerzen erfragt.

Die hier beschriebenen körperlichen Beschwerden zählen zu den pathogenen Faktoren, die spätere Erkrankungen begünstigen. Belastende und stressreiche Lebensumstände von Studierenden können sich im Zuge sogenannter Somatisierungsprozesse in unterschiedlichen physischen Beschwerden niederschlagen (etwa in der Entwicklung eines Reizdarmsyndroms; Gulewitsch, Enck, Hautzinger & Schlarb, 2011).

Medizinstudierende berichten deutlich mehr körperliche Beschwerden als nicht studierende Personen ihrer Altersgruppe (Hannöver et al., 2011). Insbesondere in Prüfungszeiträumen – oftmals Phasen mit hohem psychosozialen Stress – treten verstärkt physische Symptome auf (Zunhammer, Eberle, Eichhammer & Busch, 2013). Zur Reduktion stressbedingter physischer Beschwerden hilft es, sich übergeordnete Ziele bewusst zu machen, etwa die Relevanz des Studienabschlusses für den persönlichen Werdegang (Hamm, Perry, Chipperfield, Stewart & Heckhausen, 2015).

### Methode

Körperliche Beschwerden wurden entsprechend der Häufigkeit ihres Auftretens durch Items einer Kurzsкала erhoben, die weitgehend aus dem *Fragebogen zur Erfassung des Gesundheitsverhaltens* (FEG; Dlugosch & Krieger, 1995) stammen. Für diese Befragung wurde die Skala um ein Item zu Kopfschmerzen ergänzt.

Folgende Symptome wurden erfragt:

- 1.) Herz-Kreislauf-Beschwerden (z. B. Herzklopfen, unregelmäßiger Herzschlag, Enge in der Brustgegend)
- 2.) Magen-Darm-Beschwerden (z. B. Völlegefühl, Magenschmerzen, Übelkeit, Verstopfung, Durchfall)
- 3.) Glieder-, Schulter-, Rücken- oder Nackenschmerzen
- 4.) Beeinträchtigtes Allgemeinbefinden (z. B. schnelles Ermüden, Appetitmangel, Schwindel, Wetterfühligkeit)
- 5.) Anspannung (z. B. Schlafstörungen, Schweißausbrüche, Verkrampfungen)
- 6.) Kopfschmerzen.

Die Antwortwerte waren auf sieben Stufen verbal verankert – von „nie“ (1) über „ein paar Mal im Jahr oder seltener“ (2), „einmal im Monat oder weniger“ (3), „ein paar Mal im Monat“ (4), „einmal pro Woche“ (5), „ein paar Mal pro Woche“ (6) bis zu „jeden Tag“ (7).

Im Folgenden werden die Studierenden betrachtet, die mindestens einmal pro Woche auftretende körperliche Beschwerden berichten. Im Interesse der Übersichtlichkeit wurden die diversen Beschwerden für die Auswertung nach Fachbereichen zu einer neuen Variablen summiert.



Sie gibt an, ob mindestens eine dieser körperlichen Beschwerden mindestens einmal pro Woche auftrat.

### Kernaussagen

- 71,0 % der Studierenden erleben mindestens einmal pro Woche mindestens eine körperliche Beschwerde.
- Die Prävalenzen sind bei weiblichen Studierenden deutlich höher als bei männlichen Studierenden.
- Studierende des Fachbereichs Wirtschaftswissenschaft weisen die niedrigste Prävalenz bei mindestens einmal pro Woche auftretenden körperlichen Beschwerden auf, Studierende der Fachbereiche Geschichts- und Kulturwissenschaften, Philosophie und Geisteswissenschaften sowie Veterinärmedizin die höchsten Prävalenzen.
- Mit 50,7 % sind Glieder-, Schulter-, Rücken- oder Nackenschmerzen die am häufigsten genannten mindestens einmal wöchentlich auftretenden körperlichen Beschwerden.
- Verglichen mit der 2016 durchgeführten Befragung ist der Anteil der Studierenden, die regelmäßig körperliche Beschwerden erleben, signifikant höher.

### Ergebnisse

Fast drei Viertel (71,0 %) der befragten Studierenden der FU Berlin erleben mindestens einmal pro Woche eine oder mehrere körperliche Beschwerden. Sowohl insgesamt als auch bezogen auf die einzelnen Kategorien körperlicher Beschwerden sind die Prävalenzen bei weiblichen Studierenden signifikant höher als bei männlichen (vgl. Abbildung 1). Der Unterschied erstreckt sich dabei von circa 5 Prozentpunkten bei Herz-Kreislauf-Beschwerden (♀: 11,4 % vs. ♂: 6,5 %) bis zu 25 Prozentpunkten bei Glieder-, Schulter-, Rücken oder Nackenschmerzen (♀: 57,5 % vs. ♂: 32,5 %). Letztere sind bei beiden Geschlechtern die am häufigsten genannten körperlichen Beschwerden (50,7 %). Von Herz-Kreislauf-Beschwerden hingegen berichten lediglich 10,0 % der Studierenden (vgl. Tabelle 3).

Auf Ebene der Fachbereiche zeigen sich geringfügige Unterschiede. Studierende des Fachbereichs Veterinärmedizin weisen mit 74,6 % die höchste Prävalenz an mindestens einmal wöchentlich auftretenden körperlichen Beschwerden auf, gefolgt von Studierenden der Philosophie und Geisteswissenschaften (74,3 %) sowie Geschichts- und Kulturwissenschaften (74,3 %). Die geringste Prävalenz weisen die befragten Studierenden des Fachbereichs Wirtschaftswissenschaft auf (61,7 %; vgl. Abbildung 2).

### Einordnung

Im Vergleich zur 2016 durchgeführten Erhebung ist die Prävalenz regelmäßig auftretender körperlicher Beschwerden bei den 2019 befragten Studierenden signifikant höher (71,0 % vs. 64,5 %). Auf Geschlechterebene ist der Unterschied zur Befragung 2016 nur bei den weiblichen Studierenden signifikant (♀: 76,6 % vs. 70,6 %, ♂: 55,6 % vs. 50,3 %; vgl. Abbildung 1). Auch in der Mehrzahl der Fachbereiche liegen die aktuellen Prävalenzen körperlicher Beschwerden höher als im Jahr 2016, insbesondere im Fachbereich Geowissenschaften (+ 13,2 Prozentpunkte; vgl. Abbildung 2).

Verglichen mit den Werten der Befragung aus dem Jahr 2012, in der das Erhebungsinstrument zum ersten Mal zum Einsatz kam, wurden in den Folgebefragungen zunehmend höhere Prävalenzen von regelmäßig auftretenden körperlichen Beschwerden festgestellt (Unterschied von 2010 zu 2019 von circa + 10 Prozentpunkten; vgl. Tabelle 1).

Verglichen mit den Ergebnissen der bundesweiten Befragung Studierender in Deutschland ist der Anteil derer, die mindestens einmal pro Woche mindestens eine körperliche Beschwerde berichten, an der FU signifikant größer (71,0 % vs. 53,0 %; vgl. Tabelle 2). Dies gilt für alle Arten körperlicher Beschwerden. Die größte Diskrepanz zwischen den Werten der FU Berlin und jenen der bundesweiten Befragung Studierender in Deutschland zeigt sich bei Anspannungssymptomen (40,7 % vs. 23,2 %; vgl. Tabelle 3).

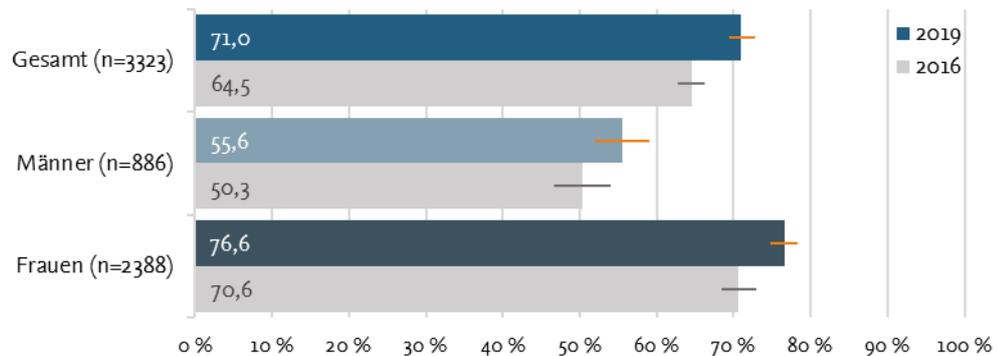
### Literatur

- Dlugosch, G. E. & Krieger, W. (1995). *Fragebogen zur Erfassung des Gesundheitsverhaltens (FEG). Handanweisung*. Frankfurt: Swets Test Services.
- Gulewitsch, M. D., Enck, P., Hautzinger, M. & Schlarb, A. A. (2011). Irritable bowel syndrome symptoms among German students: prevalence, characteristics, and associations to somatic complaints, sleep, quality of life, and childhood abdominal pain. *European Journal of Gastroenterology & Hepatology*, 23(4), 311–316. <https://doi.org/10.1097/MEG.0b013e3283457b1e>
- Hamm, J. M., Perry, R. P., Chipperfield, J. G., Stewart, T. L. & Heckhausen, J. (2015). Motivation-focused thinking: Buffering against stress-related physical symptoms and depressive symptomology. *Psychology & Health*, 30(11), 1326–1345. <https://doi.org/10.1080/08870446.2015.1050394>
- Hannöver, W., Wiesmann, U., Lemke, A., Drews, U., Haugk, J., Hecht, J. et al. (2011). Körperliche Beschwerden aufgrund von Belastungsphasen bei Medizinstudierenden im vorklinischen Studienabschnitt: Eine Anwendung des Gießener Beschwerdebogens (GBB-24). *Zeitschrift für medizinische Psychologie*, 20(3), 99–107. <https://doi.org/10.3233/ZMP-2011-2022>
- Zunhammer, M., Eberle, H., Eichhammer, P. & Busch, V. (2013). Somatic symptoms evoked by exam stress in university students: the role of alexithymia, neuroticism, anxiety and depression. *PLoS One*, 8(12), e84911. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0084911>



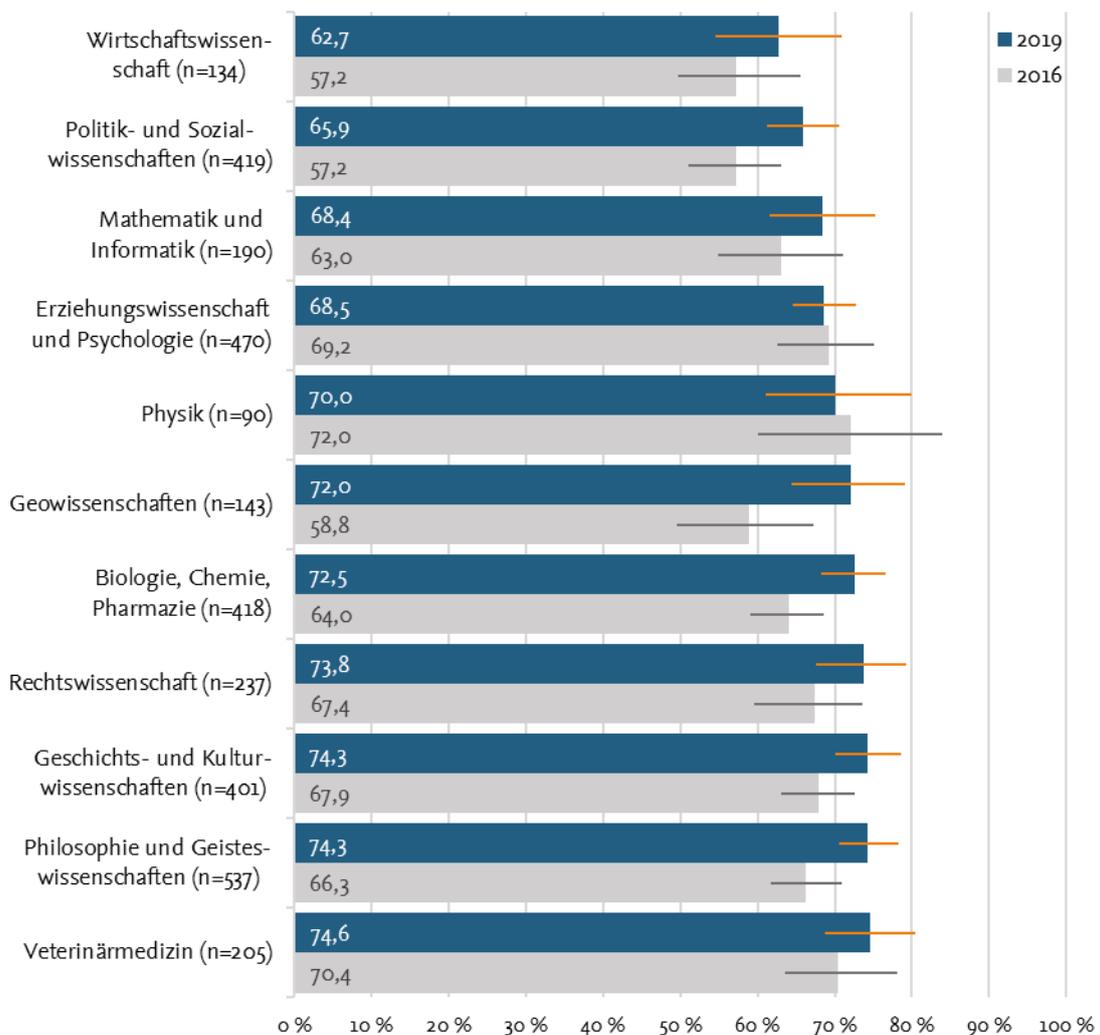
Grafische Ergebnisdarstellung

Abbildung 1: Summierte körperliche Beschwerden, differenziert nach Geschlecht



Anmerkung: Anteil der Studierenden, die mindestens einmal pro Woche mindestens eine körperliche Beschwerde erleben; Angaben in Prozent mit 95%-Konfidenzintervall

Abbildung 2: Summierte körperliche Beschwerden, differenziert nach Fachbereichen



Anmerkung: Anteil der Studierenden, die mindestens einmal pro Woche mindestens eine körperliche Beschwerde erleben; Angaben in Prozent mit 95%-Konfidenzintervall

Tabelle 1: Summierte körperliche Beschwerden bei Studierenden der FU Berlin im Zeitverlauf der Befragungen

	UHR FU 2019 % (95%-KI)	UHR FU 2016 % (95%-KI)	UHR FU 2014* % (95%-KI)	UHR FU 2012* % (95%-KI)
Gesamt	n=3323 71,0 (69,5–72,7)	n=2563 64,5 (62,7–66,3)	n=2320 69,2 (67,3–70,9)	n=2589 60,5 (58,6–62,5)
Männer	n=886 55,6 (52,0–59,0)	n=734 50,3 (46,7–54,0)	n=723 56,0 (52,1–59,8)	n=829 47,8 (44,2–51,0)
Frauen	n=2388 76,6 (74,8–78,3)	n=1798 70,6 (68,4–72,9)	n=1597 75,1 (72,8–77,3)	n=1760 66,5 (64,4–68,9)

Anmerkung: Anteil der Studierenden, die mindestens einmal pro Woche mindestens eine körperliche Beschwerde erleben; Angaben in Prozent mit 95%-Konfidenzintervall (\*in den 2012 und 2014 durchgeführten Befragungen wurde nicht nach dem Auftreten von Kopfschmerzen gefragt)

Tabelle 2: Summierte körperliche Beschwerden, Vergleich der Studierenden der FU Berlin mit Studierenden der Bundesweiten Befragung Studierender in Deutschland 2017

	UHR FU 2019 % (95%-KI)	BWB 2017 % (95%-KI)
Gesamt	n=3323 71,0 (69,5–72,7)	n=5647 53,0 (51,6–54,3)
Männer	n=886 55,6 (52,0–59,0)	n=2101 39,0 (36,9–41,1)
Frauen	n=2388 76,6 (74,8–78,3)	n=3517 61,2 (59,7–62,7)

Anmerkung: Anteil der Studierenden, die mindestens einmal pro Woche mindestens eine körperliche Beschwerde erleben; Angaben in Prozent mit 95%-Konfidenzintervall



Tabelle 3: Spezifische Beschwerden, Vergleich der Studierenden der FU Berlin mit Studierenden der Bundesweiten Befragung Studierender in Deutschland 2017

	UHR FU 2019 % (95%-KI)	BWB 2017 % (95%-KI)
<b>Herz-Kreislauf-Beschwerden</b>		
Gesamt	n=3383	n=5739
	10,0 (9,0–11,1)	6,3 (5,7–6,9)
Männer	n=903	n=2133
	6,5 (5,0–8,1)	3,8 (3,1–4,7)
Frauen	n=2430	n=3576
	11,4 (10,2–12,9)	7,7 (6,8–8,5)
<b>Magen-Darm-Beschwerden</b>		
Gesamt	n=3381	n=5746
	24,3 (22,9–25,7)	19,4 (18,3–20,5)
Männer	n=903	n=2139
	15,1 (12,7–17,6)	11,0 (9,7–12,4)
Frauen	n=2428	n=3578
	27,7 (25,7–29,4)	24,3 (22,9–25,8)
<b>Glieder-, Schulter-, Rücken- oder Nackenschmerzen</b>		
Gesamt	n=3382	n=5733
	50,7 (49,1–52,4)	35,6 (34,4–36,8)
Männer	n=904	n=2129
	32,5 (29,5–35,8)	24,1 (22,3–25,9)
Frauen	n=2428	n=3574
	57,5 (55,5–59,4)	42,4 (40,7–44,0)

Beeinträchtigtetes Allgemeinbefinden		
Gesamt	n=3381	n=5744
	46,2 (44,4–47,9)	28,4 (27,3–29,6)
Männer	n=904	n=2134
	33,4 (30,3–36,4)	18,7 (17,1–20,4)
Frauen	n=2428	n=3580
	50,6 (48,6–52,6)	34,2 (32,7–35,8)
Anspannung		
Gesamt	n=3388	n=5742
	40,7 (39,0–42,3)	23,2 (22,1–24,3)
Männer	n=905	n=2137
	32,3 (29,3–35,5)	17,3 (15,7–18,9)
Frauen	n=2433	n=3575
	43,7 (41,6–45,5)	26,5 (25,2–28,0)
Kopfschmerzen		
Gesamt	n=3387	n=5738
	32,0 (30,6–33,5)	17,7 (16,8–18,7)
Männer	n=905	n=2138
	18,8 (16,1–21,4)	9,9 (8,7–11,2)
Frauen	n=2432	n=3570
	36,9 (34,9–38,7)	22,2 (20,9–23,6)

Anmerkung: Anteil der Studierenden, die mindestens einmal pro Woche die jeweiligen Beschwerden erleben; Angaben in Prozent mit 95%-Konfidenzintervall

