

Fazit.

ForschungsSpiegel von Sucht Schweiz

## **HBSC-STUDIE 2022: SUBSTANZKONSUM UND ONLINE- VERHALTEN DER 11- BIS 15-JÄHRIGEN IN DER SCHWEIZ**

**Wie hat sich der Alkoholkonsum in den letzten Jahren unter den Schweizer Teenagern entwickelt? Und der Konsum der immer breiteren Palette an Tabak- und Nikotinprodukten? Ist der Medikamenten-Mischkonsum weitverbreitet? Wurde das illegale Cannabis durch CBD-Produkte verdrängt? Und wie steht es mit potenziell suchtgenerierendem Online-Verhalten? Auf solche Fragen geht die internationale Schüler:innenstudie «Health Behaviour in School-aged Children» (HBSC) unter den 11- bis 15-Jährigen ein.**

### **Quelle<sup>1</sup>**

Delgrande Jordan, M./Balsiger, N./Schmidhauser, V. (2023): La consommation de substances psychoactives des 11 à 15 ans en Suisse – Situation en 2022 et évolution dans le temps – Résultats de l'étude Health Behaviour in School-aged Children (HBSC). Forschungsbericht Nr. 149. Lausanne: Sucht Schweiz.

Delgrande Jordan, M./Schmidhauser, V. (2023): Comportements en ligne des 11 à 15 ans en Suisse – Situation en 2022 et évolution récente. Résultats de l'étude Health Behaviour in School-aged Children (HBSC). Forschungsbericht Nr. 154. Lausanne: Sucht Schweiz.

**MARINA DELGRANDE JORDAN**

Sucht Schweiz, fazit@suchtschweiz.ch

**Der Konsum psychoaktiver Substanzen als Suche nach neuen Erfahrungen**

Die Jugendjahre zeichnen sich unter anderem durch das Bedürfnis aus, Neues auszuprobieren, neue Gefühle zu suchen und (relativ) grosse Risiken einzugehen, beispielsweise mit dem Konsum psychoaktiver Substanzen. Exploratives Verhalten kann als normaler Aspekt des Entwicklungsprozesses angesehen werden, sich aber kurzfristig negativ auf die Gesundheit auswirken und zu häufigem Konsum führen (Phan & Couteron 2019).

**Die Methode in Kürze**

Die internationale Studie «Health Behaviour in School-aged Children» (HBSC) wird alle vier Jahre unter der Schirmherrschaft der Weltgesundheitsorganisation (WHO-Europa) durchgeführt. In der Schweiz wird die HBSC-Studie seit 1986 von Sucht Schweiz durchgeführt. Finanziert wird sie vom Bundesamt für Gesundheit (BAG) und von Kantonen.

Es handelt sich um eine national repräsentative Monitoring-Studie zur Gesundheit und zum Gesundheitsverhalten der 11- bis 15-Jährigen. 2022 wurden in der Schweiz 857 Klassen des 5. bis 9. Schuljahres (7. bis 11. Jahr HarMoS) zufällig ausgewählt. Davon beteiligten sich 636 Klassen (9345 11- bis 15-jährige Schüler:innen) an der Erhebung, was einer Teilnahmequote von 74,2 % entspricht.

Die Studie basiert auf einem standardisierten Papierfragebogen, der zwischen März und Juni 2022 im Klassenverband ausgefüllt wurde. Die Teilnahme war freiwillig (mit passiver Zustimmung der Eltern). Die Antworten wurden streng vertraulich behandelt.

**Alkohol: Binge Drinking immer noch gleich weitverbreitet**

2022 hatten etwa 5 % der 11-Jährigen (Jungen (J): 7 %; Mädchen (M): 4 %) in den letzten 30 Tagen Alkohol konsumiert, bei den 13-Jährigen waren es 17 % (J: 19 %; M: 15 %), bei den 15-Jährigen 43 %. Im Vergleich zu 2018 scheint die 30-Tage-Prävalenz bei den 13-jährigen Jungen und Mädchen sowie bei den 15-jährigen Mädchen zugenommen, bei den 15-jährigen Jungen abgenommen zu haben. Damit holen die 15-jährigen Mädchen die Jungen ein (siehe Abb. 1). Etwa 2 % der 15-Jährigen konsumierten häufig Alkohol (an  $\geq 10$  der letzten 30 Tage, siehe Abb.

2), doch trat in dieser Altersgruppe praktisch kein täglicher Konsum auf.

Rauschtrinken betraf etwa ein Viertel der 15-Jährigen (J: 25 %; M: 23 %), d. h. sie hatten in den letzten 30 Tagen mindestens einmal 5 oder mehr Getränke zu einer Gelegenheit (innert kurzer Zeit) konsumiert. Dieser Anteil bleibt seit 2014 auf hohem Niveau relativ stabil.

**Tabak- und Nikotinprodukte: Starke Steigerungen**

2022 hatten weniger als 2 % der 11-Jährigen, etwa 6 % der 13-Jährigen (J: 6 %; M: 6 %) und etwa 16 % der 15-Jährigen in den letzten 30 Tagen herkömmliche Zigaretten konsumiert. Dieser Anteil ist bei den 15-Jährigen seit 2018 stabil, hat sich bei den 13-Jährigen aber fast verdoppelt (siehe Abb. 1). Von häufigem Konsum (an  $\geq 10$  der letzten 30 Tage) sind etwa 6 % der 15-Jährigen, von täglichem Konsum etwa 3 % betroffen (siehe Abb. 2).

E-Zigaretten hatten in den letzten 30 Tagen weniger als 2 % der 11-Jährigen, ca. 10 % der 13-Jährigen (J: 11 %; M: 10 %) und etwa 25 % der 15-Jährigen konsumiert. Von häufigem Konsum waren bei den 15-Jährigen etwa 7 %, von täglichem Konsum etwa 2 % betroffen. Die 15-Jährigen, die mindestens einmal im Leben E-Zigarette konsumiert hatten, nannten als wichtigsten Beweggrund «aus Neugierde/etwas Neues ausprobieren» (92 %). Für einige war es ein Hilfsmittel, um weniger (15 %) oder gar nicht mehr zu rauchen (11 %). Zwischen 2018 und 2022 stieg der Konsum von E-Zigaretten, erhitzten Tabakprodukten und Snus «mindestens einmal in den letzten 30 Tagen» bei den 15-Jährigen vor allem bei den Mädchen an, ging für die Wasserpfeife aber zurück. Auch der häufige Gebrauch von E-Zigaretten nahm besonders bei den Mädchen stark zu.

Insgesamt konsumierten etwa 11 % der 15-Jährigen (J: 10 %; M: 11 %) herkömmliche Zigaretten, E-Zigaretten oder erhitzte Tabakprodukte häufig. Dies stellt für die Mädchen eine deutliche Zunahme dar (2018 – J: 10 %; M: 6 %).

Damit kann festgehalten werden, dass der Konsum herkömmlicher Zigaretten zwischen 2018 und 2022 nicht abgenommen, derjenige von E-Zigaretten aber zugenommen hat. Dies widerspricht der Hypothese, wonach herkömmliche Zigaretten allmählich durch E-Zigaretten verdrängt würden. Tatsächlich wurde der Konsum von konventionellen und elektronischen Zigaretten in den letzten 30 Tagen (mindestens einmal) von etwa 12 % der 15-Jährigen berichtet, und etwa 3 % konsumierten nur konventionelle Ziga-

retten. Hinzu kommen etwa 13 % der 15-Jährigen, die ausschliesslich elektronische Zigaretten konsumiert haben.

**Cannabisprodukte: illegales Cannabis wird mehr konsumiert als CBD**

2022 hatten ca. 10 % der 15-Jährigen einmal in den letzten 30 Tagen illegalen Cannabis konsumiert. Dies ist mit 2018 vergleichbar. Von häufigem Konsum (an  $\geq 10$  der letzten 30 Tage) waren bei den 15-Jährigen etwa 2 % der Mädchen und 3 % der Jungen betroffen. Der Anteil bei den Jungen scheint seit 2018 zurückgegangen zu sein. In diesem Alter kommt täglicher Konsum praktisch nicht vor. Im Vergleich dazu wurden legale Produkte, die hauptsächlich CBD und weniger als 1 % THC enthalten, weniger konsumiert, nämlich

von etwa 5 % der 15-Jährigen (J: 7 %; M: 4 %) in den letzten 30 Tagen. Das ist fast doppelt so viel wie 2018. Häufiger Konsum kommt praktisch nicht vor.

**Psychoaktive Medikamente: Die Gefahren des Mischkonsums**

Medikamente werden bisweilen für die Suche psychotroper Erfahrungen zweckentfremdet. Der Mischkonsum mit weiteren psychoaktiven Substanzen kann sehr gefährlich sein. Wie schon 2018 lässt sich aus der HBSC-Studie 2022 schätzen, dass ca. 4 % der 15-Jährigen mindestens einmal im Leben ein Medikament eingenommen haben, «um sich zu berauschen», wobei die Art der Medikamente nicht bekannt ist. Auch starke Beruhigungs- und Schmerzmit-

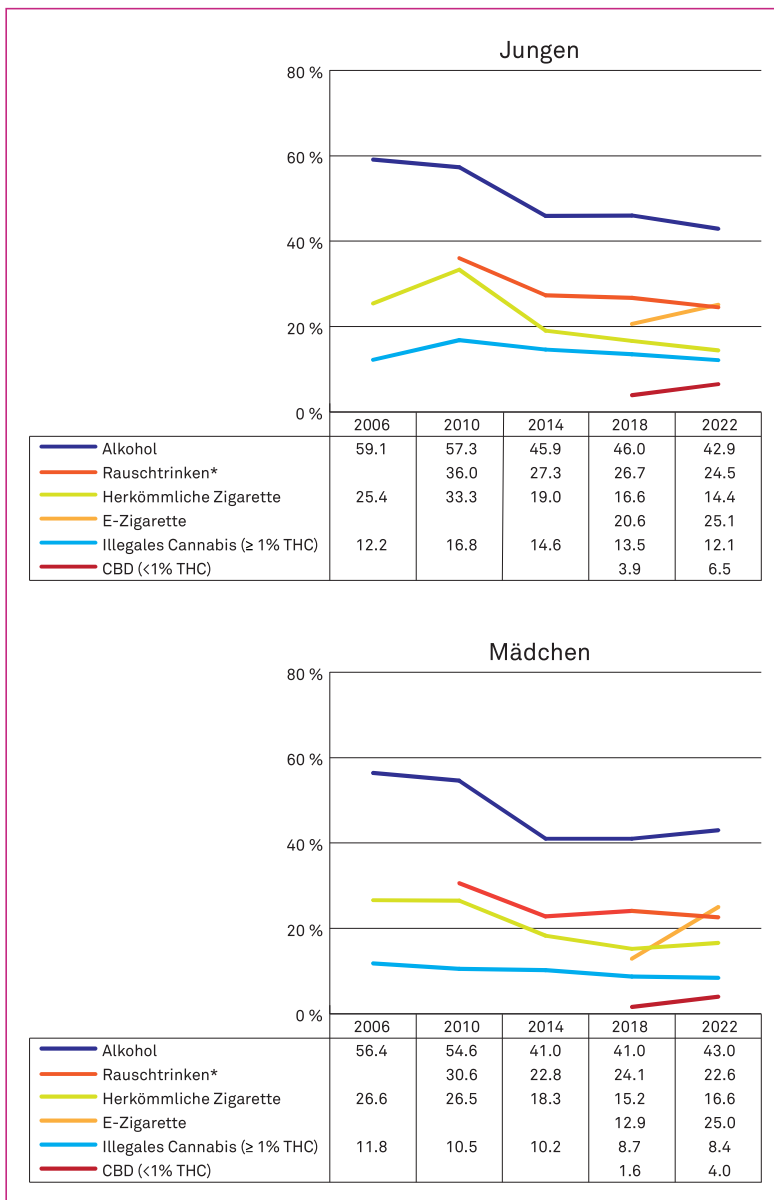


Abbildung 1: Entwicklung des Konsums verschiedener Produkte bei den 15-Jährigen mindestens einmal in den letzten 30 Tagen (HBSC 2006-2022).

Bemerkungen: \* Mindestens 5 alkoholische Getränke zu einer Gelegenheit. Details zur Lebenszeitprävalenz können in den Standardtabellen unter [www.hbcs.ch](http://www.hbcs.ch) eingesehen werden.

tel sowie die medikamentenhaltigen Mischungen «Lean» und «Purple Drank» wurden nicht selten zu Rauschzwecken konsumiert, von den meisten 15-Jährigen aber nur einmal.<sup>2</sup>

**Offenbare Lücken beim Jugendschutz**

Im Jahr 2022 konsumierten viele 11- bis 15-Jährige psychoaktive Substanzen – experimentell oder häufig –, obwohl sie empfindlicher auf deren Auswirkungen reagieren als Erwachsene und daher stärker den kurz- und langfristigen Risiken ausgesetzt sind, die mit diesem Konsum einhergehen.

Die Frage stellt sich, wie die Schüler:innen zu diesen Produkten kommen. Bekanntlich war 2022 der Alkoholverkauf an unter 16-Jährige in der ganzen Schweiz verboten, ebenso der Tabak-

verkauf in allen Kantonen ausser Schwyz und Appenzell Ausserrhoden. Demgegenüber war der Verkauf von E-Zigaretten in neun Kantonen nicht erlaubt.<sup>3</sup> Der Besitz, Handel und Anbau von Cannabis ist gemäss Betäubungsmittelgesetz (BetmG) in der Schweiz ab einem THC-Gehalt von 1 % untersagt.<sup>4</sup>

Die HBSC-Studie belegt, dass ca. 22 % der 15-Jährigen, die in den letzten 30 Tagen Alkohol konsumiert hatten, ihn mindestens einmal selbst gekauft haben (Geschäft, Kiosk, Bar oder Restaurant), während es bei den herkömmlichen Zigaretten (inkl. Automaten) ca. 48 % waren. Es zeigt sich aber auch, dass sie in erster Linie über Bekannte – hauptsächlich Freunde, aber auch die Eltern (insgesamt ca. 80 % beim Alkohol bzw. 75 % beim Tabak) – an diese Produkte kamen.

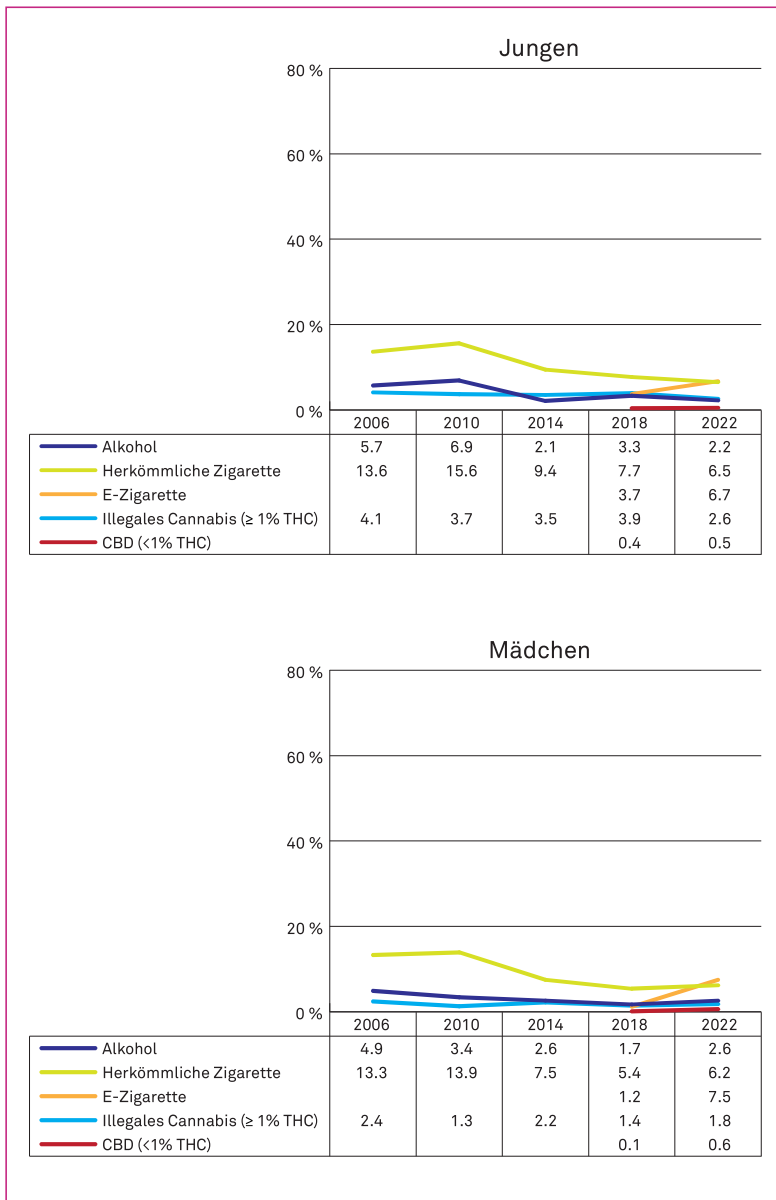


Abbildung 2: Entwicklung des häufigen Konsums in den letzten 30 Tagen (d. h. an mindestens 10 Tagen) verschiedener Produkte bei den 15-Jährigen (HBSC 2006-2022).  
Bemerkungen: \* Mindestens 5 alkoholische Getränke zu einer Gelegenheit.

Als Hauptziele der Prävention werden die Vorbeugung und Verzögerung des Einstiegs sowie die Vermeidung eines regelmässigen Konsums und der damit verbundenen akuten Schädigungen (z. B. Vergiftung) angenommen. Dies sollte sowohl in die Verhaltensprävention einfließen (insb. Entwicklung der psychosozialen Kompetenzen der Teenager) als auch in die Verhältnisprävention (insb. erschwerte Verfügbarkeit und geringere Attraktivität). Weil exploratives Verhalten im Teenageralter normal ist, muss das Umfeld umso dringender aufgeklärt und dafür sensibilisiert werden, diese Substanzen nicht leicht verfügbar zu machen.

### **Online-Verhalten: besorgniserregende Mechanismen**

Viele Videospiele und Soziale Medien enthalten Mechanismen, die den Druck erhöhen, täglich online zu sein und möglichst viel Geld auszugeben. Dazu gehören Bonussysteme, welche die aufeinanderfolgend online verbrachten Tage belohnen, aber auch digitale «Beutekisten», sogenannte Lootboxen, mit angeblich zufälligen, kostenpflichtigen Inhalten, welche die Teenager mit Mikrotransaktionen (kleinsten Geldbeträgen) kaufen können (Al Kurdi 2020). Die Lootboxen weisen typische Eigenschaften von Geld- und Glücksspielen auf, sind aber nicht verboten, obschon nach Bundesrecht Lotterien für unter 16-Jährige untersagt sind und für alle Online-Glücks- und -Geldspiele sowie Casinospiele eine Altersgrenze von 18 Jahren gilt.<sup>5</sup>

### *Videospiele und Soziale Medien: problematische Nutzung*

Im Rahmen der HBSC-Studie ist von «problematischer Nutzung» die Rede, wenn der Zeitaufwand für gewisse Online-Aktivitäten so unkontrollierbar wird, dass er sich stark auf die Gesundheit, die Beziehung mit dem nahen Umfeld und die Schulresultate auswirkt. Eine problematische Nutzung kann in gewissen Fällen in eine Suchterkrankung münden. «Videospielnutzungsstörung» (gaming disorder) erscheint denn auch als spezifische Diagnose in der Internationalen statistischen Klassifikation der Krankheiten der WHO (ICD-11). Für die Sozialen Medien ist dies nicht der Fall. Zudem ist es auch nicht möglich, aufgrund der Antworten im Rahmen einer Schüler:innenbefragung wie die HBSC-Studie auf eine Suchterkrankung zu schliessen.

Diese müsste in einem klinischen Rahmen diagnostiziert werden.

Videospiele dienen sehr vielen Teenagern zur Zerstreuung und zum Vergnügen. Damit können sie sich mit Freund:innen austauschen und erhalten ein Zugehörigkeitsgefühl. Games helfen zudem, gewisse Fähigkeiten zu entwickeln. Doch haben sie auch Schattenseiten, wie eben die problematische Nutzung.

Im Rahmen der HBSC-Studie 2022 wurden den 14- und 15-Jährigen, die zumindest gelegentlich gamen (J: ca. 97 %; M: ca. 64 %), erstmals 10 Fragen gestellt, die je einem möglichen Anzeichen für problematisches Videospiele entsprechen. Rund 3 % der 14- und 15-jährigen Spieler:innen wiesen in den letzten 12 Monaten mindestens fünf dieser Anzeichen und somit eine problematische Nutzung auf. Dabei gibt es keinen Unterschied zwischen Jungen und Mädchen.

Die von den 14- und 15-jährigen Spieler:innen am häufigsten genannten Anzeichen waren: oft spielen, um negative Gefühle abzubauen (ca. 18 %), oft an das Spielen denken (ca. 13 %), oft trotz negativer Folgen viel spielen (ca. 11 %).

Soziale Medien wie WhatsApp, Snapchat, TikTok und Instagram stellen für die Teenager unkomplizierte Treffpunkte mit Gleichaltrigen dar. Hier können sie Informationen und Ideen austauschen sowie sich über Aktualitäten und Veranstaltungen auf dem Laufenden halten. Doch auch die Sozialen Medien können zu einer problematischen Nutzung führen.

Von neun Anzeichen einer problematischen Nutzung sozialer Medien nannten ca. 7 % der 11- bis 15-Jährigen für die letzten 12 Monate mindestens sechs und weisen damit eine problematische Nutzung auf. Davon sind die Mädchen mit rund 10 % deutlich stärker betroffen als die Jungen (ca. 4 %). Diese Werte liegen höher als 2018 (ca. 4 %), was teilweise mit der Coronapandemie zusammenhängen könnte, die 2022 noch herrschte.

Folgende Anzeichen wurden von den 11- bis 15-Jährigen am meisten genannt: oft nutzen, um negativen Gefühlen auszuweichen (ca. 45 %), vergeblich versuchen, den Konsum zu senken (ca. 40 %), regelmässig an nichts anderes denken können (21 %), regelmässig unzufrieden sein, weil man mehr Zeit in den Sozialen Medien verbringen möchte (21 %).

### Welche Prävention für problematische Online-Nutzung?

Für die Prävention spielt die Förderung der Medienkompetenz unter den Jugendlichen und Erwachsenen eine zentrale Rolle, ebenso die Verbreitung von Nutzungstipps sowie die Begleitung von Fachleuten im Jugend- und Elternbereich. Zudem gilt es, sich für die Online-Aktivitäten der Jugendlichen zu interessieren und zum Gespräch bereit zu sein, beispielsweise über ihre Games und die dortigen Kaufmechanismen. Weiter kann es nützlich sein, ein kleines Budget für kostenpflichtige Inhalte festzusetzen und mit einer Prepaid-Karte bereitzustellen.

#### Literatur

- Al Kurdi, C. (2020): *Gamblification des jeux video*. Lausanne: GREA & Addiction Suisse.
- Marthaler, M./Bachmann, A. (2023): *Medikamente und Mischkonsum. Informationen für Fachpersonen im Bereich Sucht*. Bern: Infodrog. <https://t1p.de/zpvw6>, Zugriff 15.09.2023.
- Phan, O./Couteron, JP. (2019): *Adolescence et addiction*. S. 337-350 in: A. Morel/JP. Couteron, *Addictologie*. En 47 notions. Malakoff: Dunod.

#### Endnoten

- <sup>1</sup> Die dargestellten Zahlen basieren auf den beiden aufgeführten Berichten, die auf der Schweizer HBSC-Studie 2022 basieren. Die Passagen über Alkohol, Tabak- und Nikotinprodukte, Cannabis sowie psychoaktive Medikamente basieren auf dem Bericht «La consommation de substances psychoactives des 11 à 15 ans en Suisse». Die Textabschnitte bezüglich des Onlineverhaltens beziehen sich auf den Bericht «Comportements en ligne des 11 à 15 ans en Suisse».
- <sup>2</sup> Purple Drank oder Lean sind Slang-Ausdrücke für ein besonders gefährliches Mischgetränk, welches aus codein- resp. dextromethorphanhaltigem Hustensaft, wie z. B. Makatussin® bzw. Bexin®, und Limonade und/oder zerstückelten Bonbons besteht (Marthaler & Bachmann 2023).
- <sup>3</sup> Vgl. dazu die Website vom BAG zu den kantonalen Tabakabgabeverboten an Jugendliche: <https://bit.ly/47EPghL>, Zugriff 23.08.2023.
- <sup>4</sup> Vgl. Bundesgesetz über die Betäubungsmittel und die psychotropen Stoffe (Betäubungsmittelgesetz, BetmG): <https://bit.ly/47XWsp>, Zugriff 23.08.2023.
- <sup>5</sup> Vgl. dazu das Merkblatt des Bundesamtes für Justiz BJ zum Schutz Minderjähriger nach Geldspielrecht: <https://bit.ly/47LFo5F>, Zugriff 23.08.2023.