

Untersuchungen zum Trinkverhalten von Schüler/innen und Studenten/innen

Helmut Heseke, Universität Paderborn

- Ziel:** Das Trinkverhalten von Kindern und Jugendlichen vor und während des täglichen Schulbesuchs zu ermitteln
- Methodik:** Befragung einer Stichprobe von Schülerinnen und Schüler an Allgemeinbildenden (Grundschule, Hauptschule, Realschule, Gymnasium) und Berufsbildenden Schulen zum Trinkverhalten vor und während der Unterrichtszeit mittels eines Fragebogens
- Zeitpunkt:** Die Befragungen erfolgten im Juni 2002
- Stichprobe:** Die Befragungen erfolgten klassenweise. In der Regel nahmen jeweils komplette Klassen an der Befragung teil. Hierdurch werden durch selektive Nichtteilnahme möglicherweise verursachte Verzerrungen vermieden. Die Lehrer/innen erläuterten den Fragebogen mit Hilfe eines Musterfragebogens, verteilten die Fragebögen und sammelten diese wieder ein. Das Ausfüllen des Fragebogens beanspruchte nur 5-10 min. Um auch eine Bewertung des Trinkverhaltens junger Erwachsener zu erhalten, wurde auch eine Stichprobe von 167 Studierenden in die Befragungen einbezogen.

Tab. 1: Besuchte Schulformen der befragten Schüler/innen

Schulform	Anzahl Fragebögen
Grundschulen	107
Hauptschulen	167
Realschulen	336
Gymnasien	250
Berufsschulen	114

Tab 2: Altersstruktur der befragten Schüler/innen

Alter	männlich		weiblich		gesamt	
	n	%	n	%	n	%
8	8	1,9 %	12	2,2 %	20	2,1 %
9	19	4,5 %	26	4,7 %	45	4,6 %
10	26	6,2 %	13	2,4 %	39	4,0 %
11	65	15,5 %	51	9,2 %	116	11,9 %
12	40	9,5 %	49	8,9 %	89	9,1 %
13	47	11,2 %	35	6,3 %	82	8,4 %
14	44	10,5 %	50	9,0 %	94	9,7 %
15	32	7,6 %	54	9,8 %	86	8,8 %
16	55	13,1 %	78	14,1 %	133	13,7 %
17	34	8,1 %	85	15,4 %	119	12,2 %
18	40	9,5 %	67	12,1 %	107	11,0 %
19	7	1,7 %	23	4,2 %	30	3,1 %
≥20	3	0,7 %	10	1,8 %	13	1,3 %
gesamt	420		553		973	

Tab 3a: Wie häufig trinkst du/trinken Sie zum Frühstück zu Hause ein Getränk?

	männlich		weiblich		gesamt	
	n	%	n	%	n	%
immer	280	66,7 %	357	64,8 %	637	65,6 %
häufig	94	22,4 %	127	23,0 %	221	22,8 %
selten	26	6,2 %	43	7,8 %	69	7,1 %
nie	20	4,8 %	24	4,4 %	44	4,5 %
gesamt	420		551		971	

Tab 3b: Wie häufig trinkst du/trinken Sie in den Pausen in der Schule ein Getränk?

	männlich		weiblich		gesamt	
	n	%	n	%	n	%
immer	170	40,5 %	262	47,6 %	432	44,5 %
häufig	136	32,4 %	170	30,9 %	306	31,5 %
selten	74	17,6 %	89	16,2 %	163	16,8 %
nie	40	9,5 %	29	5,3 %	69	7,1 %
gesamt	420		550		971	

Tab 4a: Wie häufig trinken Sie vor der Uni zum Frühstück zu Hause ein Getränk?

	männlich		weiblich		gesamt	
	n	%	n	%	n	%
immer	57	78,1 %	80	85,1 %	137	82,0 %
häufig	12	16,4 %	9	9,6 %	21	12,6 %
selten	3	4,1 %	5	5,3 %	8	4,8 %
nie	1	1,4 %	0	0 %	1	0,6 %
gesamt	73		94		167	

Tab 4b: Wie häufig trinken Sie in den Pausen an der Uni ein Getränk?

	männlich		weiblich		gesamt	
	n	%	n	%	n	%
immer	33	45,2 %	61	64,9 %	94	56,3 %
häufig	31	42,5 %	24	25,5 %	55	32,9 %
selten	5	6,8 %	9	9,6 %	14	8,4 %
nie	4	5,5 %	0	0 %	4	2,4 %
gesamt	73		94		167	

Tab 5a: Getränke, die von Schülern/innen während der Woche zum Frühstück getrunken werden

	männlich	weiblich	gesamt
Milch	35,6 %	27,1 %	30,8 %
Kakao/Milchmischgetränk	23,9 %	25,1 %	24,6 %
Kaffee	13,6 %	14,9 %	14,3 %
Schwarzer Tee/Eistee	16,9 %	22,0 %	19,8 %
Früchte-/Kräutertee	9,3 %	19,6 %	15,1 %
Orangensaft	17,4 %	25,3 %	21,9 %
Multivitaminsaft	12,9 %	17,6 %	15,6 %
Colagetränk	6,9 %	6,0 %	6,4 %
Sonstige Limonade	7,2 %	5,6 %	6,3 %
Apfelsaftschorle	6,9 %	10,9 %	9,2 %
Energy Drink/Sportgetränk	5,3 %	2,7 %	3,8 %
Trinkwasser	5,0 %	6,4 %	5,8 %
Mineralwasser	22,2 %	28,9 %	26,0 %

Tab 5b: Getränke, die von Schülern/innen während der Woche in den Schulpausen getrunken werden

	männlich	weiblich	gesamt
Milch	1,4 %	1,5 %	1,4 %
Kakao/Milchmischgetränk	6,7 %	8,9 %	8,0 %
Kaffee	0,7 %	1,1 %	0,9 %
Schwarzer Tee/Eistee	11,7 %	9,8 %	10,6 %
Früchte-/Kräutertee	3,5 %	6,6 %	5,2 %
Orangensaft	19,6 %	28,0 %	24,4 %
Multivitaminsaft	18,9 %	27,9 %	24,0 %
Colagetränk	17,2 %	13,3 %	15,0 %
Sonstige Limonade	16,5 %	17,1 %	16,8 %
Apfelsaftschorle	17,5 %	25,0 %	21,7 %
Energy Drink/Sportgetränk	17,0 %	9,6 %	12,8 %
Trinkwasser	9,1 %	4,0 %	6,2 %
Mineralwasser	20,4 %	34,1 %	28,2 %

Tab 6a: Getränke, die von Studenten/innen während der Woche vor der Uni getrunken werden

	männlich	weiblich	gesamt
Milch	39,7 %	37,2 %	38,3 %
Kakao/Milchmischgetränk	21,9 %	27,7 %	25,1 %
Kaffee	17,8 %	28,7 %	24,0 %
Schwarzer Tee/Eistee	5,5 %	13,8 %	10,2 %
Früchte-/Kräutertee	16,4 %	17,4 %	16,8 %
Orangensaft	19,2 %	31,9 %	26,3 %
Multivitaminsaft	23,3 %	24,5 %	24,0 %
Colagetränk	2,7 %	5,3 %	4,2 %
Sonstige Limonade	2,7 %	1,1 %	1,8 %
Apfelsaftschorle	12,3 %	14,0 %	13,3 %
Energy Drink/Sportgetränk	2,7 %	2,1 %	2,4 %
Trinkwasser	5,5 %	6,4 %	6,0 %
Mineralwasser	37,0 %	30,9 %	33,5 %

Tab 6b: Getränke, die von Studenten/innen während der Woche in den Pausen an der Uni getrunken werden

	männlich	weiblich	gesamt
Milch	2,7 %	3,2 %	3,0 %
Kakao/Milchmischgetränk	8,2 %	16,0 %	12,6 %
Kaffee	13,7 %	17,0 %	15,6 %
Schwarzer Tee/Eistee	2,7 %	4,3 %	3,6 %
Früchte-/Kräutertee	4,1 %	4,2 %	4,2 %
Orangensaft	17,8 %	10,6 %	13,8 %
Multivitaminsaft	17,8 %	22,3 %	20,4 %
Colagetränk	28,8 %	10,6 %	18,6 %
Sonstige Limonade	13,7 %	6,4 %	9,6 %
Apfelsaftschorle	30,1 %	35,1 %	32,9 %
Energy Drink/Sportgetränk	13,7 %	9,6 %	11,4 %
Trinkwasser	6,8 %	11,7 %	9,6 %
Mineralwasser	56,2 %	58,5 %	57,5 %

Tab 7a: Trinkmengen (ml/Tag), die von Schülern täglich zum Frühstück getrunken werden

	Mittelwert \pm Std.Abw.	Median (2,5-97,5 er Perz.)
Grundschule	216 \pm 107	200 (0 – 449)
Hauptschule	283 \pm 196	230 (0 – 726)
Realschule	276 \pm 186	200 (0 – 846)
Gymnasium	296 \pm 220	220 (0 – 912)
Berufsschule	306 \pm 177	325 (0 – 565)

Tab 7b: Trinkmengen (ml/Tag), die von Schülerinnen täglich zum Frühstück getrunken werden

	Mittelwert \pm Std.Abw.	Median (2,5-97,5 er Perz.)
Grundschule	202 \pm 116	190 (11 – 529)
Hauptschule	552 \pm 181	200 (0 – 656)
Realschule	227 \pm 164	200 (0 – 620)
Gymnasium	232 \pm 153	200 (0 – 672)
Berufsschule	284 \pm 223	200 (0 – 1000)

Tab 8a: Trinkmengen (ml/Tag), die von Schülern täglich in den Schulpausen getrunken werden

	Mittelwert \pm Std.Abw.	Median (2,5-97,5 er Perz.)
Grundschule	332 \pm 148	330 (16 – 660)
Hauptschule	366 \pm 267	330 (0 – 1000)
Realschule	352 \pm 256	330 (0 – 1178)
Gymnasium	366 \pm 287	330 (0 – 1136)
Berufsschule	399 \pm 257	330 (0 – 1000)

Tab 8b: Trinkmengen (ml/Tag), die von Schülerinnen täglich in den Schulpausen getrunken werden

	Mittelwert \pm Std.Abw.	Median (2,5-97,5 er Perz.)
Grundschule	340 \pm 143	330 (11 – 660)
Hauptschule	390 \pm 323	330 (0 – 1218)
Realschule	355 \pm 255	330 (0 – 1000)
Gymnasium	432 \pm 304	400 (0 – 1290)
Berufsschule	534 \pm 367	500 (0 – 1685)

Tab 9a: Trinkmengen (ml/Tag), die von Studenten/innen täglich zum Frühstück getrunken werden

	Mittelwert \pm Std.Abw.	Median (2,5-97,5 er Perz.)
Frauen	378 \pm 266	325 (107 – 1083)
Männer	359 \pm 243	300 (34 – 1160)

Tab 9b: Trinkmengen (ml/Tag), die von Studenten/innen täglich in den Pausen an der Uni getrunken werden

	Mittelwert \pm Std.Abw.	Median (2,5-97,5 er Perz.)
Frauen	606 \pm 406	500 (80 – 1891)
Männer	567 \pm 390	500 (0 – 1700)

Tab. 10a: Wie häufig trinkst du zum Frühstück zu Hause ein Getränk?
- Grundschule

	männlich		weiblich		gesamt	
	n	%	n	%	n	%
immer	35	61,4 %	39	78,0 %	74	69,2 %
häufig	14	24,6 %	7	14,0 %	21	19,6 %
selten	6	10,5 %	4	8,0 %	10	9,3 %
nie	2	3,5 %	0	0 %	2	1,9 %

Tab. 10b: Wie häufig trinkst du zum Frühstück in den Pausen in der Schule ein Getränk?
- Grundschule

	männlich		weiblich		gesamt	
	n	%	n	%	n	%
immer	37	64,9 %	38	76,0 %	75	70,1 %
häufig	14	24,6 %	11	22,0 %	25	23,4 %
selten	5	8,8 %	1	2,0 %	6	5,6 %
nie	1	1,8 %	0	0 %	1	0,9 %

Tab. 10c: Getränke, die von Schülern/innen während der Woche zum Frühstück getrunken werden - Grundschule

	männlich	weiblich	gesamt
Milch	42,9 %	38,0 %	40,6 %
Kakao/Milchmischgetränk	17,9 %	28,0 %	22,6 %
Kaffee	5,4 %	2,0 %	3,8 %
Schwarzer Tee/Eistee	16,1 %	16,0 %	16,0 %
Früchte-/Kräutertee	16,0 %	26,0 %	20,8 %
Orangensaft	14,3 %	14,0 %	14,2 %
Multivitaminsaft	16,1 %	14,0 %	15,1 %
Colagetränk	10,7 %	2,0 %	6,6 %
Sonstige Limonade	3,6 %	2,0 %	2,8 %
Apfelsaftschorle	12,7 %	16,0 %	14,3 %
Energy Drink/Sportgetränk	3,6 %	8,0 %	5,7 %
Trinkwasser	10,7 %	10,0 %	10,4 %
Mineralwasser	19,6 %	32,0 %	25,5 %

Tab. 10d: Getränke, die von Schülern/innen während der Woche in den Pausen in der Schule getrunken werden - Grundschule

	männlich	weiblich	gesamt
Milch	5,5 %	8,0 %	6,7 %
Kakao/Milchmischgetränk	18,2 %	30,0 %	23,8 %
Kaffee	0 %	0 %	0 %
Schwarzer Tee/Eistee	20,0 %	10,0 %	15,2 %
Früchte-/Kräutertee	10,9 %	22,0 %	16,2 %
Orangensaft	27,3 %	30,0 %	28,6 %
Multivitaminsaft	18,2 %	18,0 %	18,1 %
Colagetränk	0 %	6,0 %	2,9 %
Sonstige Limonade	1,8 %	20,0 %	10,5 %
Apfelsaftschorle	32,7 %	30,0 %	31,4 %
Energy Drink/Sportgetränk	10,9 %	6,0 %	8,6 %
Trinkwasser	9,1 %	6,0 %	7,6 %
Mineralwasser	16,4 %	30,0 %	22,9 %

Tab. 11a: Wie häufig trinkst du zum Frühstück zu Hause ein Getränk?
- Hauptschule

	männlich		weiblich		gesamt	
	n	%	n	%	n	%
immer	52	63,4 %	50	60,2 %	102	61,8 %
häufig	21	25,6 %	19	22,9 %	40	24,2 %
selten	3	3,7 %	7	8,4 %	10	6,1 %
nie	6	7,3 %	7	8,4 %	13	7,9 %

Tab. 11b: Wie häufig trinkst du zum Frühstück in den Pausen in der Schule ein Getränk?
- Hauptschule

	männlich		weiblich		gesamt	
	n	%	n	%	n	%
immer	35	42,7 %	38	46,3 %	73	44,5 %
häufig	28	34,1 %	21	25,6 %	49	29,9 %
selten	8	9,8 %	15	18,3 %	23	14,0 %
nie	11	13,4 %	8	9,8 %	19	11,6 %

Tab. 11c: Getränke, die von Schülern/innen während der Woche zum Frühstück getrunken werden - Hauptschule

	männlich	weiblich	gesamt
Milch	25,6 %	26,8 %	26,2 %
Kakao/Milchmischgetränk	24,4 %	34,1 %	29,3 %
Kaffee	20,7 %	12,2 %	16,5 %
Schwarzer Tee/Eistee	29,3 %	23,2 %	26,2 %
Früchte-/Kräutertee	6,1 %	13,4 %	9,7 %
Orangensaft	15,9 %	30,5 %	23,2 %
Multivitaminsaft	13,4 %	11,0 %	12,2 %
Colagetränk	7,3 %	4,9 %	6,1 %
Sonstige Limonade	8,5 %	4,9 %	6,7 %
Apfelsaftschorle	4,9 %	8,6 %	6,7 %
Energy Drink/Sportgetränk	2,4 %	4,9 %	3,7 %
Trinkwasser	7,3 %	4,9 %	6,1 %
Mineralwasser	23,2 %	32,9 %	28,0 %

Tab. 11d: Getränke, die von Schülern/innen während der Woche in den Pausen in der Schule getrunken werden - Hauptschule

	männlich	weiblich	gesamt
Milch	0 %	3,6 %	1,8 %
Kakao/Milchmischgetränk	3,7 %	6,0 %	4,8 %
Kaffee	1,2 %	1,2 %	1,2 %
Schwarzer Tee/Eistee	9,8 %	10,8 %	10,3 %
Früchte-/Kräutertee	2,4 %	0 %	1,2 %
Orangensaft	23,2 %	32,5 %	27,9 %
Multivitaminsaft	11,0 %	21,7 %	16,4 %
Colagetränk	24,4 %	25,3 %	24,8 %
Sonstige Limonade	15,9 %	18,1 %	17,0 %
Apfelsaftschorle	9,8 %	17,1 %	13,4 %
Energy Drink/Sportgetränk	14,6 %	12,0 %	13,3 %
Trinkwasser	20,7 %	6,0 %	13,3 %
Mineralwasser	15,9 %	27,7 %	21,8 %

Tab. 12a: Wie häufig trinkst du zum Frühstück zu Hause ein Getränk?
- Realschule

	männlich		weiblich		gesamt	
	n	%	n	%	n	%
immer	106	69,3 %	123	67,2 %	229	68,2 %
häufig	35	22,9 %	39	21,3 %	74	22,0 %
selten	4	2,6 %	12	6,6 %	16	4,8 %
nie	8	5,2 %	9	4,9 %	17	5,1 %

Tab. 12b: Wie häufig trinkst du zum Frühstück in den Pausen in der Schule ein Getränk?
- Realschule

	männlich		weiblich		gesamt	
	n	%	n	%	n	%
immer	55	35,9 %	83	45,4 %	138	41,1 %
häufig	59	38,6 %	60	32,8 %	119	35,4 %
selten	26	17,0 %	28	15,3 %	54	16,1 %
nie	13	8,5 %	12	6,6 %	25	7,4 %

Tab. 12c: Getränke, die von Schülern/innen während der Woche zum Frühstück getrunken werden - Realschule

	männlich	weiblich	gesamt
Milch	32,7 %	23,0 %	27,4 %
Kakao/Milchmischgetränk	24,2 %	21,3 %	22,6 %
Kaffee	13,1 %	9,8 %	11,3 %
Schwarzer Tee/Eistee	17,0 %	25,7 %	21,7 %
Früchte-/Kräutertee	8,5 %	20,8 %	15,2 %
Orangensaft	16,3 %	29,0 %	23,2 %
Multivitaminsaft	14,4 %	22,4 %	18,8 %
Colagetränk	7,2 %	7,7 %	7,4 %
Sonstige Limonade	6,5 %	3,8 %	5,1 %
Apfelsaftschorle	6,5 %	9,3 %	8,0 %
Energy Drink/Sportgetränk	9,2 %	2,7 %	5,7 %
Trinkwasser	3,9 %	3,3 %	3,6 %
Mineralwasser	19,0 %	31,1 %	25,6 %

Tab. 12d: Getränke, die von Schülern/innen während der Woche in den Pausen in der Schule getrunken werden - Realschule

	männlich	weiblich	gesamt
Milch	0,7 %	0 %	0,3 %
Kakao/Milchmischgetränk	2,6 %	3,9 %	3,3 %
Kaffee	0 %	0 %	0 %
Schwarzer Tee/Eistee	12,4 %	14,3 %	13,4 %
Früchte-/Kräutertee	2,6 %	7,1 %	5,1 %
Orangensaft	22,2 %	27,5 %	25,1 %
Multivitaminsaft	22,9 %	27,5 %	25,4 %
Colagetränk	15,0 %	13,2 %	14,0 %
Sonstige Limonade	22,9 %	20,9 %	21,8 %
Apfelsaftschorle	13,7 %	20,9 %	17,6 %
Energy Drink/Sportgetränk	21,6 %	12,6 %	16,7 %
Trinkwasser	4,6 %	1,6 %	3,0 %
Mineralwasser	15,7 %	34,1 %	25,7 %

Tab. 13a: Wie häufig trinkst du/trinken Sie zum Frühstück zu Hause ein Getränk?
- Gymnasium

	männlich		weiblich		gesamt	
	n	%	n	%	n	%
immer	79	68,7 %	81	60,0 %	160	64,0 %
häufig	21	18,3 %	37	27,4 %	58	23,2 %
selten	12	10,4 %	14	10,4 %	26	10,4 %
nie	3	2,6 %	3	2,2 %	6	2,4 %

Tab. 13b: Wie häufig trinkst du/trinken Sie zum Frühstück in den Pausen in der Schule ein Getränk? - Gymnasium

	männlich		weiblich		gesamt	
	n	%	n	%	n	%
immer	39	33,9 %	52	38,5 %	91	36,4 %
häufig	30	26,1 %	42	31,1 %	72	28,8 %
selten	32	27,8 %	34	25,2 %	66	26,4 %
nie	14	12,2 %	7	5,2 %	21	8,4 %

Tab. 13c: Getränke, die von Schülern/innen während der Woche zum Frühstück getrunken werden - Gymnasium

	männlich	weiblich	gesamt
Milch	42,6 %	34,8 %	38,4 %
Kakao/Milchmischgetränk	27,0 %	25,9 %	26,4 %
Kaffee	13,0 %	15,6 %	14,4 %
Schwarzer Tee/Eistee	8,7 %	15,6 %	12,4 %
Früchte-/Kräutertee	9,5 %	19,2 %	14,8 %
Orangensaft	23,5 %	24,6 %	24,1 %
Multivitaminsaft	7,0 %	17,8 %	12,8 %
Colagetränk	5,3 %	5,2 %	5,2 %
Sonstige Limonade	7,8 %	4,4 %	6,0 %
Apfelsaftschorle	7,0 %	14,1 %	10,1 %
Energy Drink/Sportgetränk	3,5 %	0 %	1,6 %
Trinkwasser	2,6 %	8,1 %	5,6 %
Mineralwasser	27,0 %	25,9 %	26,4 %

Tab. 13d: Getränke, die von Schülern/innen während der Woche in den Pausen in der Schule getrunken werden - Gymnasium

	männlich	weiblich	gesamt
Milch	0,9 %	0,7 %	0,8 %
Kakao/Milchmischgetränk	7,0 %	5,9 %	6,4 %
Kaffee	1,7 %	0,7 %	1,2 %
Schwarzer Tee/Eistee	9,6 %	8,9 %	9,2 %
Früchte-/Kräutertee	1,6 %	5,2 %	4,0 %
Orangensaft	12,2 %	28,1 %	20,8 %
Multivitaminsaft	16,5 %	22,4 %	19,7 %
Colagetränk	24,3 %	10,4 %	16,8 %
Sonstige Limonade	16,5 %	9,6 %	12,8 %
Apfelsaftschorle	21,9 %	42,2 %	32,9 %
Energy Drink/Sportgetränk	16,5 %	8,1 %	12,0 %
Trinkwasser	7,8 %	4,4 %	6,0 %
Mineralwasser	32,5 %	40,3 %	36,7 %

Tab. 14a: Wie häufig trinkst Sie zum Frühstück zu Hause ein Getränk?
- Berufsschule

	männlich		weiblich		gesamt	
	n	%	n	%	n	%
immer	8	61,5 %	64	64,0 %	72	63,7 %
häufig	3	23,1 %	25	25,0 %	28	24,8 %
selten	1	7,7 %	6	6,0 %	7	6,2 %
nie	1	7,7 %	5	5,0 %	6	5,3 %

Tab. 14b: Wie häufig trinken Sie zum Frühstück in den Pausen in der Schule ein Getränk?
- Berufsschule

	männlich		weiblich		gesamt	
	n	%	n	%	n	%
immer	4	30,8 %	51	51,0 %	55	48,7 %
häufig	5	38,5 %	36	36,0 %	41	36,3 %
selten	3	23,1 %	11	11,0 %	14	12,4 %
nie	1	7,7 %	2	2,0 %	3	2,7 %

Tab. 14c: Getränke, die von Schülern/innen während der Woche zum Frühstück getrunken werden - Berufsschule

	männlich	weiblich	gesamt
Milch	38,5 %	19,0 %	21,2 %
Kakao/Milchmischgetränk	15,4 %	22,0 %	21,2 %
Kaffee	15,4 %	32,0 %	30,1 %
Schwarzer Tee/Eistee	15,4 %	26,3 %	25,0 %
Früchte-/Kräutertee	7,7 %	20,0 %	18,5 %
Orangensaft	0 %	0 %	0 %
Multivitaminsaft	30,8 %	16,0 %	17,7 %
Colagetränk	0 %	7,0 %	6,2 %
Sonstige Limonade	15,4 %	13,0 %	13,3 %
Apfelsaftschorle	0 %	9,0 %	8,0 %
Energy Drink/Sportgetränk	0 %	2,0 %	1,8 %
Trinkwasser	0 %	9,0 %	8,0 %
Mineralwasser	23,1 %	24,0 %	23,9 %

Tab. 14d: Getränke, die von Schülern/innen während der Woche in den Pausen in der Schule getrunken werden - Berufsschule

	männlich	weiblich	gesamt
Milch	7,7 %	0 %	0,9 %
Kakao/Milchmischgetränk	23,1 %	14,0 %	15,0 %
Kaffee	0 %	4,0 %	3,5 %
Schwarzer Tee/Eistee	0 %	2,0 %	1,8 %
Früchte-/Kräutertee	0 %	5,0 %	4,5 %
Orangensaft	0 %	24,0 %	21,2 %
Multivitaminsaft	46,2 %	46,0 %	46,0 %
Colagetränk	7,7 %	11,0 %	10,6 %
Sonstige Limonade	7,7 %	18,0 %	16,8 %
Apfelsaftschorle	7,7 %	13,0 %	12,4 %
Energy Drink/Sportgetränk	7,7 %	6,0 %	6,2 %
Trinkwasser	0 %	5,0 %	4,4 %
Mineralwasser	15,5 %	33,0 %	31,0 %

Tab 15: Trinkmengen zum Frühstück und in den Pausen nach Geschlecht und Alter

Alter	männlich		weiblich	
	zum Frühstück Mittelwert + Std.Abw.	in den Pausen Mittelwert+ Std.Abw.	zum Frühstück Mittelwert+ Std.Abw.	in den Pausen Mittelwert+ Std.Abw.
8	214+153	398+107	299+164	387+138
9	206+110	368+145	176+ 78	336+157
10	250+148	286+141	222+ 89	305+121
11	291+193	412+260	232+140	431+257
12	282+218	359+254	235+214	305+187
13	274+191	437+308	196+105	347+245
14	275+193	352+243	204+156	373+294
15	290+180	291+246	253+156	405+254
16	284+216	320+269	234+170	387+296
17	260+194	284+281	255+163	420+306
18	316+194	395+239	299+250	538+421
19	194+192	191+154	264+191	552+440
20	381+168	875+177	349+242	663+438
21	356+289	623+406	388+428	585+339
22	334+162	575+359	290+ 90	688+476
23	357+194	518+147	334+132	645+364
24	394+337	756+614	390+239	472+342
≥25	353+218	396+348	432+167	397+257

Zusammenfassung

Eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr sollte eigentlich in allen Lebensphasen selbstverständlich sein. In Untersuchungen muss aber immer wieder festgestellt werden, dass zu wenig getrunken wird und dass häufig Getränke bevorzugt werden, die als Durstlöscher eher ungeeignet sind (www.forum-trinkwasser.de/Studien/Studie2/Studie2.htm). Da eine unzureichende Flüssigkeitszufuhr nachweislich zu Einschränkungen der geistigen und körperlichen Leistungsfähigkeit führt und z. B. auch negative Auswirkungen auf die Konzentrationsfähigkeit und die Aufmerksamkeit im Schulunterricht haben kann, sind ausreichende Trinkmengen im schulischen Alltag nicht nur an heißen Sommertagen von großer Relevanz.

In den vorliegenden Untersuchungen wurde daher das Trinkverhalten von Kindern und Jugendlichen vor und während des täglichen Schulbesuchs analysiert. Hierzu wurde eine Stichprobe von 973 Schüler und Schülerinnen an allgemein- und berufsbildenden Schulen im Alter von 8 bis 22 Jahren mit Hilfe eines strukturierten Fragebogens im Juni 2002 befragt. Ergänzend hierzu wurde eine kleine Stichprobe Studenten/ Studentinnen in die Befragungen einbezogen.

Es zeigte sich, dass 4,5 % der Schüler/innen zum Frühstück zu Hause nie etwas trinken und weitere 7,1 % nur selten ein Getränk trinken. In den Schulpausen trinken 7,1 % nie ein Getränk und 16,8 % nur selten ein Getränk. Dies bedeutet, dass knapp ein Viertel der Schüler und Schülerinnen während des Schulbesuchs immer noch keine oder nur selten Flüssigkeit zuführen. In Abhängigkeit von der Schulform zeigen einige deutliche Unterschiede. Während Grundschüler in den Schulpausen zu 93,5 % immer oder häufig ein Getränk trinken, geben nur ca. 75 % der Realschüler/innen, Hauptschüler/innen bzw. Berufsschüler/innen und 65 % der Gymnasiasten dies an.

Während beim häuslichen Frühstück Milch, Kakao und andere Milchmischgetränke sowie Orangensaft und Mineralwasser dominieren, werden in den Schulpausen bevorzugt Orangensaft, Multivitaminsaft, Apfelsaftschorle und Mineralwasser getrunken. Weniger als 10 % der Befragten trinken in der Schule Milch oder ein Milchmischgetränk.

--	--	--	--	--

hier bitte nicht ausfüllen

Fragebogen zum Trinkverhalten von Schülern und Schülerinnen

Alter: ___ Jahre männlich weiblich

I. Getränke zum Frühstück zu Hause vor der Schule

Wie häufig trinken Sie zum Frühstück zu Hause ein Getränk? immer selten
häufig nie

Art des Getränks	Anzahl Portionen					Portionsgröße
	Mo	Di	Mi	Do	Fr	(Tasse, Glas, Dose, ml)
Milch						
Kakao oder Milchmischgetränk						
Kaffee						
schwarzer Tee/Eistee						
Früchtetee						
Kräutertee						
Orangensaft						
Multivitaminsaft						
Colagetränk						
sonstige Limonade						
Apfelsaftschorle						
Energy Drink/Sportgetränk						
Leitungs-/Trinkwasser						
Mineralwasser						

II. Getränke während der Pausen in der Schule

Wie häufig trinken Sie in den Schulpausen ein Getränk? immer selten
häufig nie

Art des Getränks	Anzahl Portionen					Portionsgröße
	Mo	Di	Mi	Do	Fr	(Tasse, Glas, Dose, ml)
Milch						
Kakao oder Milchmischgetränk						
Kaffee						
schwarzer Tee/Eistee						
Früchtetee						
Kräutertee						
Orangensaft						
Multivitaminsaft						
Colagetränk						
sonstige Limonade						
Apfelsaftschorle						
Energy Drink/Sportgetränk						
Leitungs-/Trinkwasser						