

## Körperliche Beschwerden

### Einleitung

Der Begriff körperliche Beschwerden bezeichnet ein breites Spektrum an physischen Symptomen, die mit Unwohlsein und/oder Schmerzen verbunden sind. Um möglichst viele dieser Symptome abzubilden, wurde für diese Befragung die Häufigkeit von Herz-Kreislauf-Beschwerden, Magen-Darm-Beschwerden, Glieder-, Schulter-, Rücken- oder Nackenschmerzen, 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 körperlichen Beschwerden niederschlagen (etwa in der Entwicklung eines Reizdarmsyndroms; Gulewitsch et al., 2011). Große Anteile Studierender gaben in einer 2023 durchgeführten Befragung an, in den letzten 12 Monaten Kopfschmerzen (59 %), Rückenschmerzen (55 %) und Magenbeschwerden oder Übelkeit (34 %) gehabt zu haben (Techniker Krankenkasse, 2023). Diese Anteile sind jeweils höher als in der Vorbefragung 2015. Bei Studierenden weiter verbreitet als in der Allgemeinbevölkerung sind funktionelle gastrointestinale Störungen, die wiederum bei weiblichen Studierenden häufiger als bei männlichen Studierenden vorkommen (Goyal et al., 2020; Suarez et al., 2010). Die Prävalenz von Migräne liegt bei Studierenden mit 19 % ebenfalls höher als bei europäischen Erwachsenen (14,7 %; Flynn et al., 2023; Stovner & Andree, 2010).

Medizinstudierende berichten deutlich mehr körperliche Beschwerden als nicht studierende Personen ihrer Altersgruppe (Hannöver et al., 2011). Insbesondere in Prüfungszeiträumen – oftmals Phasen mit hohem Stresserleben – treten verstärkt körperliche Beschwerden auf (Suarez et al., 2010; Zunhammer et al., 2013). Migräne kann zu psychischen Problemen und Schwierigkeiten bei den Aktivitäten des täglichen Lebens führen sowie einen negativen Einfluss auf die Produktivität und das Wohlbefinden von Studierenden haben (Flynn et al., 2023; Rustom et al., 2022). Zur Reduktion stressbedingter körperlicher Beschwerden hilft es, sich übergeordnete Ziele bewusst zu machen, etwa die Relevanz des Studienabschlusses für den beruflichen Werdegang (Hamm et al., 2015).

### Methode

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

Erfragt wurde die Häufigkeit folgender Symptome:

- 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 von körperlichen Beschwerden berichten. Zur Darstellung der Ergebnisse wurden die Antwortwerte aus allen Beschwerdebereichen in eine neue Variable (körperliche Beschwerden) summiert. Betrachtet werden in Folgenden die Studierenden, die mindestens eine körperliche Beschwerde pro Woche angeben.

### Kernaussagen

- Zwei Drittel der befragten Studierenden (66,6 %) berichten mindestens eine körperliche Beschwerde pro Woche.
- Unter den weiblichen Studierenden ist die Prävalenz von körperlichen Beschwerden signifikant größer als unter den männlichen Studierenden (♀: 75,4 % vs. ♂: 53,2 %).
- Glieder-, Schulter-, Rücken- oder Nackenschmerzen sind mit 44,2 % die am häufigsten genannten Beschwerden.
- In den Fachbereichen Architektur sowie Erziehungswissenschaften sind die Anteile der Studierenden, die mindestens eine körperliche Beschwerde pro Woche berichten, mit 80,0 % am größten und im Fachbereich Elektrotechnik und Informationstechnik mit 38,9 % am kleinsten.

### Ergebnisse

66,6 % der befragten Studierenden der RPTU geben an, mindestens einmal pro Woche körperliche Beschwerden zu erleben. Unter den weiblichen Studierenden ist dieser Anteil signifikant größer als unter den männlichen Studierenden (♀: 75,4 % vs. ♂: 53,2 %; vgl. Abbildung 1). Insgesamt ist Glieder-, Schulter-, Rücken- oder Nackenschmerzen mit 44,2 % die am häufigsten genannte Kategorie, gefolgt von beeinträchtigtem Allgemeinempfinden (41,4 %) und Anspannung (38,2 %). Am seltensten treten bei den befragten Studierenden Herz-Kreislauf-Beschwerden auf (13,1 %). Auch in Bezug auf die einzelnen Symptomkategorien weisen die weiblichen Studierenden durchgängig signifikant höhere Prävalenzen auf als die männlichen Studierenden. So geben beispielsweise fast dreimal so viele weibliche wie männliche Studierende an, mindestens einmal pro Woche an Herz-Kreislauf-Beschwerden (♀: 17,5 % vs. ♂: 6,6 %) oder an Magen-Darm-Beschwerden (♀: 30,9 % vs. ♂: 12,1 %) zu leiden (vgl. Tabelle 3).

Auf Fachbereichsebene ist der Anteil von Studierenden, die mindestens einmal pro Woche körperliche Beschwerden erleben, in den Fachbereichen Architektur sowie Erziehungswissenschaften mit jeweils 80,0 % am größten. Im Fachbereich Elektrotechnik und Informationstechnik ist der Anteil mit 38,9 % mit Abstand am kleinsten (vgl. Abbildung 2). Der Fachbereich Informatik (56,8 %) hat einen signifikant kleineren Anteil an Studierenden, die mindestens einmal pro Woche körperliche Beschwerden erleben, als Studierende der Fachbereiche Kultur- und Sozialwissenschaften (76,7 %), Chemie (77,8 %) sowie Erziehungswissenschaften (80%; vgl. Tabelle 2).

Der Anteil der befragten Studierenden, die angeben, mindestens einmal pro Woche körperliche Beschwerden zu erleben, ist am Standort Landau signifikant größer als am Standort Kaiserslautern (KL: 63,6 % vs. LD: 72,4 %; vgl. Tabelle 1). In Bezug auf die spezifischen Beschwerden sind die Anteile jeweils am Standort Landau tendenziell größer als am Standort Kaiserslautern. Unter den Studierenden, die angeben, mindestens einmal pro Woche ein beeinträchtigtes Allgemeinbefinden zu erleben, ist der Anteil am Standort Landau signifikant größer als am Standort Kaiserslautern (KL: 38,5 % vs. LD: 47,3 %; vgl. Tabelle 3).

### Einordnung

Am Standort Kaiserslautern ist der Anteil unter den befragten Studierenden, die mindestens einmal pro Woche körperliche Beschwerden erleben, im Vergleich zu 2021 ähnlich (63,6 % vs. 63,8 %; vgl. Tabelle 2).

Auf Fachbereichsebene zeigt sich ein gemischtes Bild. Während in den Fachbereichen Elektrotechnik und Informationstechnik (-19,6 Prozentpunkte) sowie Wirtschaftswissenschaften (-10,2 Prozentpunkte) weniger Studierende mindestens einmal pro Woche körperliche Beschwerden erleben, ist dieser Anteil in den Fachbereichen Chemie (+14,9 Prozentpunkte) sowie Maschinenbau und Verfahrenstechnik (+8,1) größer als in der Befragung 2021 (vgl. Tabelle 2).

Die zeitliche Entwicklung der summierten körperlichen Beschwerden von 2015 bis 2024 am Standort Kaiserslautern kann in Tabelle 2 abgelesen werden.

### Literatur

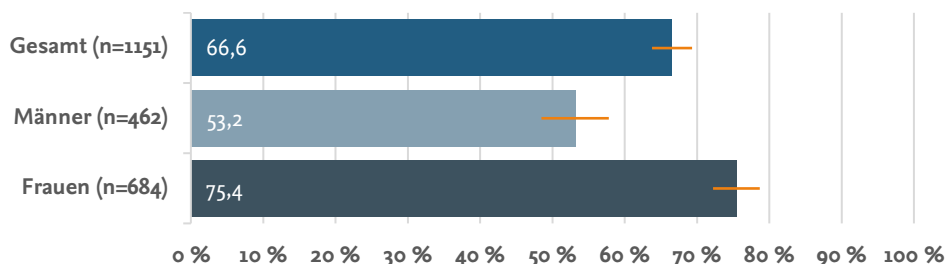
- Dlugosch, G. E. & Krieger, W. (1995). *Fragebogen zur Erfassung des Gesundheitsverhaltens (FEG): Handanweisung* [Questionnaire to Assess Health Behaviour]. Swets Test Services.
- Flynn, O., Fullen, B. M. & Blake, C. (2023). Migraine in university students: A systematic review and meta-analysis. *European Journal of Pain*, 27(1), 14–43. <https://doi.org/10.1002/ejp.2047>
- Goyal, O., Nohria, S., Armaan Singh Dhaliwal, Prerna Goyal, Ravinder Kumar Soni, Rajoo Singh Chhina & Ajit Sood (2020). Prevalence, overlap, and risk factors for Rome IV functional gastrointestinal disorders among college students in northern India. <https://link.springer.com/content/pdf/10.1007/s12664-020-01106-y.pdf?pdf=button>
- 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., Poppe, P., Rentz, S. & Hannich, H.-J. (2011). Körperliche Beschwerden aufgrund von Belastungsphasen bei Medizinstudierenden im vorklinischen Studienabschnitt: Eine Anwendung des Gießener Beschwerdeboogens (GBB-24). *Zeitschrift für medizinische Psychologie*, 20(3), 99–107. <https://doi.org/10.3233/ZMP-2011-2022>
- Rustom, A., Audi, F., Al Samsam, H., Nour, R., Mursi, A. M. & Mahmoud, I. (2022). Migraine awareness, prevalence, triggers, and impact on university students: a cross-sectional study.



- The Egyptian Journal of Neurology, Psychiatry and Neurosurgery*, 58(1).  
<https://doi.org/10.1186/s41983-022-00555-w>
- Stovner, L. J. & Andree, C. (2010). Prevalence of headache in Europe: a review for the Eurolight project. *The Journal of Headache and Pain*, 11(4), 289–299. <https://doi.org/10.1007/s10194-010-0217-0>
- Suarez, K., Mayer, C., Ehlert, U. & Nater, U. M. (2010). Psychological stress and self-reported functional gastrointestinal disorders. *The Journal of nervous and mental disease*, 198(3), 226–229. <https://doi.org/10.1097/NMD.0b013e3181d106bc>
- Techniker Krankenkasse (Hrsg.). (2023). *Gesundheitsreport 2023: Wie geht's Deutschlands Studierenden*.
- 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>

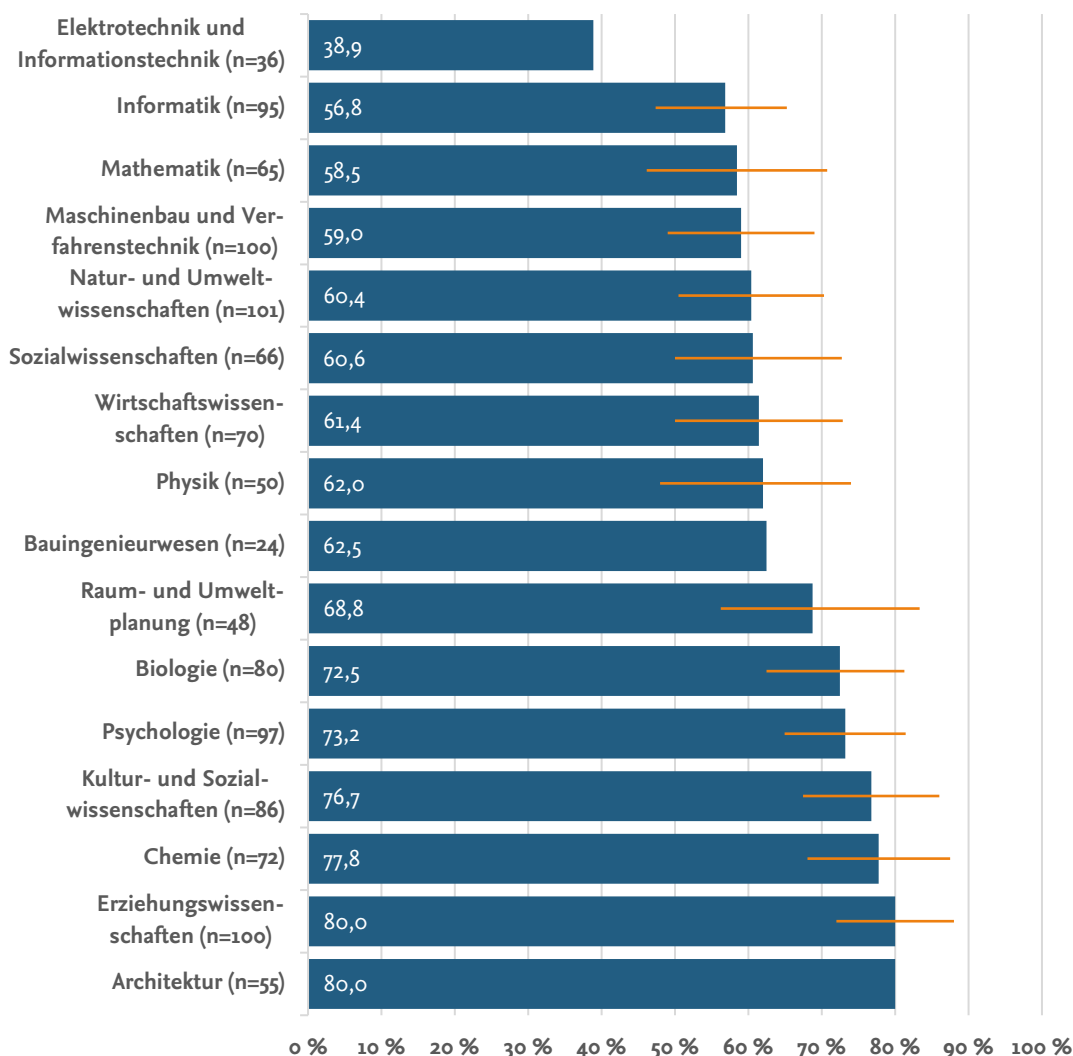
## Grafische Ergebnisdarstellung

Abbildung 1: Summierte körperliche Beschwerden, differenziert nach Geschlecht



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

Abbildung 2: Summierte körperliche Beschwerden, differenziert nach Fachbereichen



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



Tabelle 1: Summierte körperliche Beschwerden, Vergleich der Studierenden der RPTU in Kaiserslautern und Landau

|        | UHR RPTU 2024<br>Gesamt<br>% (95 %-KI) | UHR RPTU 2024<br>Kaiserslautern<br>% (95 %-KI) | UHR RPTU 2024<br>Landau<br>% (95 %-KI) |
|--------|----------------------------------------|------------------------------------------------|----------------------------------------|
| Gesamt | n=1151<br>66,6 (63,8–69,3)             | n=767<br>63,6 (60,1–66,9)                      | n=384<br>72,4 (68,0–77,1)              |
| Männer | n=462<br>53,2 (48,5–57,8)              | n=387<br>53,5 (48,2–58,2)                      | n=75<br>52,0 (40,3–63,6)               |
| Frauen | n=684<br>75,4 (72,2–78,7)              | n=379<br>73,9 (69,3–78,4)                      | n=305<br>77,4 (72,6–81,8)              |

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

Tabelle 2: Summierte körperliche Beschwerden im Zeitverlauf, differenziert nach Fachbereichen und nach Standort

|                                    | UHR RPTU 2024<br>% (95 %-KI) | UHR TUK 2021<br>% (95 %-KI) | UHR TUK 2018<br>% (95 %-KI) | UHR TUK 2015<br>% (95 %-KI) |
|------------------------------------|------------------------------|-----------------------------|-----------------------------|-----------------------------|
|                                    | Kaiserslautern               |                             |                             |                             |
| Architektur                        | 80,0                         | 78,0                        | 64,9                        | 63,3                        |
| Bauingenieurwesen                  | 62,5                         | 62,9 (51,4–74,3)            | 41,1 (30,1–52,1)            | 38,9 (27,8–50,0)            |
| Biologie                           | 72,5 (62,5–81,3)             | 79,8 (71,4–88,1)            | 67,7 (58,1–77,4)            | 55,2 (44,8–65,6)            |
| Chemie                             | 77,8 (68,1–87,5)             | 62,9                        | 49,3 (38,0–60,6)            | 47,7 (37,5–58,0)            |
| Elektro- und Informationstechnik   | 38,9                         | 58,5 (41,5–73,2)            | 43,5 (30,4 – 58,7)          | 43,8 (32,8–56,2)            |
| Informatik                         | 56,8 (47,4–65,3)             | 63,3 (55,3–70,7)            | 50,5 (42,1–61,1)            | 52,0 (40,0–64,0)            |
| Maschinenbau und Verfahrenstechnik | 59,0 (49,0–69,0)             | 50,9 (42,1–59,6)            | 41,9 (33,7–49,4)            | 37,7 (31,1–44,3)            |
| Mathematik                         | 58,5 (46,2–70,8)             | 54,8 (43,5–67,7)            | 42,0 (32,0–52,0)            | 43,8 (34,3–54,3)            |
| Physik                             | 62,0 (48,0–74,0)             | 67,1 (56,1–78,0)            | 58,3 (47,2–69,4)            | 49,3 (37,3–61,2)            |
| Raum- und Umweltplanung            | 68,8 (56,3–83,3)             | 70,0                        | 51,6 (42,1–61,1)            | 38,8 (29,8–47,9)            |
| Sozialwissenschaften               | 60,6 (50,0–72,7)             | 55,9 (46,2–65,6)            | 56,9 (48,5–65,4)            | 50,6 (42,9–58,4)            |
| Wirtschaftswissenschaften          | 61,4 (50,0–72,9)             | 71,6 (61,7–80,2)            | 45,2 (39,4–51,4)            | 46,3 (40,2–52,4)            |
| <b>Gesamt</b>                      | <b>63,6 (60,1–66,9)</b>      | <b>63,8 (60,5–66,9)</b>     | <b>49,6 (46,8–52,4)</b>     | <b>45,5</b>                 |
|                                    | Landau                       |                             |                             |                             |
| Erziehungswissenschaften           | 80,0 (72,0–88,0)             |                             |                             |                             |
| Kultur- und Sozialwissenschaften   | 76,7 (67,4–86,0)             |                             |                             |                             |
| Natur- und Umweltwissenschaften    | 60,4 (50,5–70,3)             |                             |                             |                             |
| Psychologie                        | 73,2 (64,9–81,4)             |                             |                             |                             |
| <b>Gesamt</b>                      | <b>72,4 (68,0–77,1)</b>      |                             |                             |                             |

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



Tabelle 3: Spezifische Beschwerden, Vergleich der Studierenden der RPTU in Kaiserslautern und Landau

|                                                   | UHR RPTU 2024<br>Gesamt<br>% (95 %-KI) | UHR RPTU 2024<br>Kaiserslautern<br>% (95 %-KI) | UHR RPTU 2024<br>Landau<br>% (95 %-KI) |
|---------------------------------------------------|----------------------------------------|------------------------------------------------|----------------------------------------|
| Herz-Kreislauf-Beschwerden                        |                                        |                                                |                                        |
| Gesamt                                            | n=1164                                 | n=778                                          | n=386                                  |
|                                                   | 13,1 (11,3–15,1)                       | 11,2 (9,0–13,5)                                | 16,8 (13,0–20,5)                       |
| Männer                                            | n=468                                  | n=393                                          | n=75                                   |
|                                                   | 6,6 (4,5–9,0)                          | 6,6 (4,4–9,1)                                  | 6,7                                    |
| Frauen                                            | n=691                                  | n=384                                          | n=307                                  |
|                                                   | 17,5 (14,8–20,5)                       | 15,9 (12,4–19,8)                               | 19,5 (15,1–24,2)                       |
| Magen-Darm-Beschwerden                            |                                        |                                                |                                        |
| Gesamt                                            | n=1168                                 | n=782                                          | n=386                                  |
|                                                   | 23,4 (20,9–25,8)                       | 21,7 (18,8–24,8)                               | 26,7 (22,5–30,8)                       |
| Männer                                            | n=470                                  | n=395                                          | n=75                                   |
|                                                   | 12,1 (9,2–15,1)                        | 12,9 (9,8–16,3)                                | 8,0                                    |
| Frauen                                            | n=693                                  | n=386                                          | n=307                                  |
|                                                   | 30,9 (27,4–34,3)                       | 30,8 (26,3–36,2)                               | 30,9 (25,8–36,1)                       |
| Glieder-, Schulter-, Rücken- oder Nackenschmerzen |                                        |                                                |                                        |
| Gesamt                                            | n=1167                                 | n=780                                          | n=387                                  |
|                                                   | 44,2 (41,3–47,1)                       | 41,8 (38,5–45,3)                               | 49,1 (43,9–54,0)                       |
| Männer                                            | n=468                                  | n=393                                          | n=75                                   |
|                                                   | 30,3 (26,1–34,6)                       | 29,0 (24,6–33,6)                               | 37,3 (26,5–49,3)                       |
| Frauen                                            | n=694                                  | n=386                                          | n=308                                  |
|                                                   | 53,6 (49,7–57,3)                       | 54,7 (49,3–59,7)                               | 52,3 (46,2–57,6)                       |
| Beeinträchtigt Allgemeines Befinden               |                                        |                                                |                                        |
| Gesamt                                            | n=1167                                 | n=780                                          | n=387                                  |
|                                                   | 41,4 (38,6–44,0)                       | 38,5 (34,7–42,1)                               | 47,3 (42,4–52,2)                       |
| Männer                                            | n=470                                  | n=395                                          | n=75                                   |



|        | UHR RPTU 2024<br>Gesamt<br>% (95 %-KI) | UHR RPTU 2024<br>Kaiserslautern<br>% (95 %-KI) | UHR RPTU 2024<br>Landau<br>% (95 %-KI) |
|--------|----------------------------------------|------------------------------------------------|----------------------------------------|
|        | 28,5 (24,7–32,6)                       | 28,9 (24,1–33,4)                               | 26,7 (16,7–36,9)                       |
| Frauen | n=692                                  | n=384                                          | n=308                                  |
|        | 50,1 (46,5–54,0)                       | 48,4 (43,1–53,4)                               | 52,3 (47,0–57,8)                       |
|        | Anspannung                             |                                                |                                        |
| Gesamt | n=1168                                 | n=782                                          | n=386                                  |
|        | 38,2 (35,4–40,9)                       | 35,7 (32,6–39,0)                               | 43,3 (38,3–48,2)                       |
| Männer | n=472                                  | n=397                                          | n=75                                   |
|        | 28,8 (24,6–32,8)                       | 28,7 (23,9–33,3)                               | 29,3 (19,2–39,7)                       |
| Frauen | n=691                                  | n=384                                          | n=307                                  |
|        | 44,4 (40,7–47,9)                       | 43,0 (38,5–48,2)                               | 46,3 (40,6–52,0)                       |
|        | Kopfschmerzen                          |                                                |                                        |
| Gesamt | n=1171                                 | n=784                                          | n=387                                  |
|        | 28,6 (26,1–31,4)                       | 26,5 (23,6–29,7)                               | 32,8 (28,4–37,7)                       |
| Männer | n=471                                  | n=396                                          | n=75                                   |
|        | 18,9 (15,5–22,5)                       | 18,9 (15,3–22,9)                               | 18,7 (9,7–28,1)                        |
| Frauen | n=695                                  | n=387                                          | n=308                                  |
|        | 35,4 (32,1–39,1)                       | 34,4 (29,2–39,6)                               | 36,7 (31,2–42,0)                       |

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

