

# „Bildschirmfrei bis 3“ erfolgreich gestartet – Hohes Interesse der Eltern am Thema Mediennutzung

Die Interventionsstudie „Bildschirmfrei bis 3“ (kurz: BB3), die gemeinsam von der Universität Witten/Herdecke und der BVKJ-Service GmbH durchgeführt wird, ist erfolgreich gestartet. Ende Mai wurden insgesamt 2.581 BB3-Starterpakete an teilnehmende Kinder- und Jugendarztpraxen verschickt. Mit guter Resonanz, wie erste Ergebnisse nun zeigen.

„In diesem Starterpaket sind 100 Aufkleber für das Früherkennungsuntersuchungsheft enthalten, die bei der U5 eingeklebt werden sollen und den Eltern Tipps geben, wie sie die Mediennutzung der Kleinsten reduzieren können. Außerdem verweisen wir dort auf unsere Webseite [www.bildschirmfrei-bis-3.de](http://www.bildschirmfrei-bis-3.de), auf der ausführlich über die Gefahren von übermäßigem Medienkonsum bei kleinen Kindern informiert wird“, so Dr. med. Silke Schwarz, kollegiale Studienleitung der Studie, die als Expertin für kindliche Entwicklung bekannt ist. Anfang Juni erhielten dieselben Kinder- und Jugendarztpraxen ein zweites Paket mit weiteren 100 gespiegelten Aufklebern, da von den Praxen der Bedarf zurückgemeldet wurde, den Aufkleber auch auf linke Seiten des Untersuchungsheftes kleben zu können. Die Webseite von BB3 wurde seit Beginn der Studie deutschlandweit über 4.000-mal aufgerufen.

## Gute Resonanz aus den Kinder- und Jugendarztpraxen

Sowohl in den teilnehmenden Kinder- und Jugendarztpraxen als auch in der Studie, die in der PraxisApp „Mein Kinder- und Jugendarzt“ rein digital durchgeführt wird, ist die Resonanz der Eltern und Sorgeberechtigten sehr groß. Zum Zeitpunkt der Erstellung dieses Artikels hatten bereits 28 % der Kinder- und Jugendarztpraxen über eine Rücksendung der Postkarte ihre Teilnahme an der Studie signalisiert. Im Juli wurden die Kinder- und Jugendarztpraxen durch eine Telemarketing-Agentur mit dem Ziel kontaktiert, einen ersten Überblick darüber zu

bekommen, wie viele Praxen die Studienunterlagen tatsächlich erhalten haben und ob sie auch aktiv an „Bildschirmfrei bis 3“ teilnehmen. Es konnten 518 Praxen telefonisch befragt werden, dies entspricht 20 % der insgesamt zur Studie eingeladenen Praxen. 87 % der Praxen bestätigten, das „Bildschirmfrei bis 3“-Paket erhalten zu haben, und 70 % dieser Praxen gaben an, dass das Poster zur Studie in ihren Praxisräumen hängt. 87 % der Praxen bestätigten, dass das Material von „Bildschirmfrei bis 3“ sie bei der Beratung zur Nutzung digitaler Bildschirmmedien in der Praxis unterstützt und 92 % der Angerufenen würden das Projekt weiterempfehlen. Selbst eine Orthopistin und Augenärztin zeigte sich begeistert;

„Wir haben von Ihrer Kampagne erfahren und finden diese wirklich sehr gut! Auch wenn Sie speziell Kinderärzte ansprechen, ist uns das Thema ‚Bildschirmfrei bis 3‘ sehr wichtig. Immer wieder weisen wir Eltern darauf hin, dass Kinder nicht vor Handys, Fernseher usw. geparkt werden dürfen - da auch die Entwicklung des Auges stark unter der zu langen ‚Bildschirmarbeit‘ bei Kindern und Jugendlichen leidet.“

## Eltern beteiligen sich an der Befragung

Den Fragebogen zur Mediennutzung ihrer 6 bis 7 Monate alten Kinder haben inzwischen bereits über 1.500 Eltern ausgefüllt. Dieser Fragebogen wird mit der Erinnerung zur Vorsorgeuntersuchung „U5“ verschickt und kann direkt in der PraxisApp „Mein Kinder- und Jugendarzt“ ausgefüllt werden. Diese Fragebögen sind pseudonymisiert, sodass keine persön-



lichen Daten zur Auswertung kommen. „Nach diesem erfolgreichen Start gehen wir davon aus, dass bis zum Ende des Studienzeitraums mehrere tausend Eltern an dieser Studie teilnehmen werden. Damit wird „BB3“ die größte prospektive randomisierte kontrollierte Untersuchung, die weltweit jemals zu diesem Thema gemacht wurde. Wir erhoffen uns natürlich Aufschlüsse darüber, wie das Medienverhalten von Kleinkindern bis drei Jahre sich entwickelt hat und welche Konsequenzen sich daraus für die Entwicklung der Kinder ergeben. Da diese Studie komplett digital in der PraxisApp ‚Mein Kinder- und Jugendarzt‘ läuft, ergibt sich für die Praxen kein zusätzlicher Aufwand“, erläutert Pädiater und Medizinteoretiker Prof. Dr. David Martin, kollegialer Studienleiter von der Universität Witten/Herdecke.

**Beunruhigende erste Ergebnisse hinsichtlich der elterlichen Mediennutzung**



Während 83 % der Kinder der befragten Eltern in den ersten Lebensmonaten kaum eine Mediennutzung erfahren, erreichten über 43 % der befragten Eltern (überwiegend Mütter) im integrierten Selbsttest zur Internetnutzung (Short CIUS) einen Schwellenwert, der auf eine internetbezogene Störung, also eine riskante, schädliche oder abhängige Nutzung des Internets, hindeutet. Diese Ergebnisse lassen vermuten, dass Bildschirmmedien einen sehr hohen Stellenwert im Leben der Eltern haben und somit die passive Bildschirmzeit der Kinder vermutlich höher liegt, als es durch die Eltern eingeschätzt wird.

**Was bedeutet „Bildschirmfrei-bis-3“ für Sie in der Praxis?**

- Ärzte und Ärztinnen in der BB3-Interventionsgruppe erhalten das BB3-Praxis-Paket und werden gebeten, den Signalaufkleber in das gelbe U-Heft eines jeden Kindes aus dem Jahrgang 2022 zu kleben.
- Teilnehmende Ärzte und Ärztinnen werden mittels eines Videoclips über die bestmögliche und am wenig aufwendigste Umsetzung der Intervention informiert <https://bildschirmfrei-bis-3.de/praxen/>
- Ärzte und Ärztinnen in der Kontrollgruppe erhalten kein BB3-Praxis-Paket.
- Alle Praxen, welche die PraxisApp „Mein-Kinder-und-Jugendarzt“ verwenden, nehmen am Studienteil teil. Die Fragebögen werden allen Eltern angeboten. Dies ermöglicht eine Evaluation der BB3-Intervention.
- Bei der BB3-Studie werden die Nutzungszeiten digitaler Bildschirmmedien der Kinder, das Mediennutzungsverhalten der Eltern sowie die Fragen zur Entwicklung der Kinder ausgewertet.
- Zwischen- und Endergebnisse werden in Form von Publikationen und bei Kongressen zur Verfügung gestellt.

In pädiatrischen Praxen, die die PraxisApp „Mein Kinder- und Jugendarzt“ für ihre Patienten anbieten, können Eltern mit Kindern des Jahrgangs 2022 an der „BB3-Befragung“ teilnehmen. Eltern erhalten über die App eine Einladung zur Teilnahme daran. Nach einer – ebenso digitalen - Aufklärung und Einwilligungserklärung bekommen teilnehmende Eltern im Zeitraum der Vorsorgeuntersuchungen U5, U6, U7 und U7a über die App passend zur jeweiligen U-Untersuchung Fragen zur Entwicklung ihres Kindes und zum Nutzungsverhalten in Bezug auf Bildschirmmedien gestellt. Diese beantworten Eltern direkt in der App.

Angaben von Kindern und Erwachsenen zu Geschlecht, Alter, Vorerkrankungen sowie der Nutzung von Bildschirmmedien bleiben anonym. Die Teilnahme ist freiwillig und die Daten werden pseudonymisiert. Das heißt, dass der Name durch ein Pseudonym (in diesem Projekt eine mehrstellige Zahlenkombination) ersetzt wird, sodass keine Identität erkennbar ist. Diese pseudonymisierende Zahlenkombination wird über die App „Mein Kinder- und Jugendarzt“ generiert und die Daten werden in anonymer Form zur Auswertung an das Team der Universität Witten/Herdecke weitergeleitet. Das Praxisteam kennt die Aussagen der Eltern

nicht. Die Beantwortung der Fragen erfordert nur wenige Minuten.

**BB3 als fester Bestandteil der Früherkennungsuntersuchungen**

Ziel des Projektes ist es, das Thema „Bildschirmfrei bis 3“ als festen Bestandteil der Früherkennungsuntersuchungen in den pädiatrischen Praxen zu etablieren. Die Ergebnisse dieses Projektes können dazu dienen, diese wichtige Prävention zukünftig auch als Kassenleistung anzubieten. Alle Kinder- und Jugendärztinnen und -ärzte sind eingeladen, die Fragen zur Beratungstätigkeit auf der Webseite <https://bildschirmfrei-bis-3.de/bei> Mediennutzung zu beantworten. Hieraus ergeben sich optimalerweise Daten, die als Grundlage für Kassenvereinbarungen verwendbar sind.

**Korrespondenzadressen:**

Anke Emgenbroich, Geschäftsführerin  
 BVKJ-Service GmbH  
[anke.emgenbroich@bvkjs.gmbh](mailto:anke.emgenbroich@bvkjs.gmbh)  
 Für die Universität Witten/Herdecke:  
 Dr. med. Silke Schwarz, Hanno Krafft,  
 Tobias Maurer und  
 Prof. Dr. med. David Martin  
[David.Martin@uni-wh.de](mailto:David.Martin@uni-wh.de)

Red.: cb