

NUTZUNG DIGITALER MEDIEN VORTEILE UND GEFAHREN FÜR DIE GESUNDHEIT

Prof. Dr. Laura-Maria Altendorfer

8. Fachtagung Jugendschutz und Nutzerkompetenz

BLM

26.04.2023



Gesundheit

„Gesundheit ist der Zustand des vollständigen körperlichen, geistigen und sozialen Wohlbefindens und nicht nur das Freisein von Krankheit und Gebrechen.“

übersetzt nach WHO (2020). *Constitution of the World Health Organization*.
In: Basic Documents, Forty-ninth edition (p. 1-19). Geneva. S. 1

**Ist das, was wir über und in den Medien
vermittelt bekommen, auch tatsächlich
gesund?**

#perineumsunning

Gesundheit in den sozialen Medien: Vorteile oder Gefahren?



ashleytaylorwellness
Messongí, Kerkira, Greece



Instagram-Post ashleytaylorwellness vom 10.10.22



万歩メーカー



わたし
なんぼ歩いたかしら？

ハイキングのお供に
あなたの歩数が
一目でわかる
小型で軽く美しい
「万歩メーカー」を

日本万歩クラブ推薦



V 2 200

ヤマサ時計計器株式会社

電

全国有名デパートで発売中

ロマンスコース

● 休日にはハイキングの座席指定特急運転 ●

便利な回遊券

三浦半島、城ヶ島、油壺	観光船共	630円
南房総国立公園 鋸山	汽船共	600円
富津	*	550円
笠崎シーサイドコース	バス共	450円
武山丘陵	*	400円
観音崎灯台	*	390円
大橋山	*	340円
六国峠	*	300円
鷹取山	*	270円

コースのお問合せは

品川案内所

品川から **京浜急行**

Digitale Medien sind aus unserem Gesundheits-Alltag nicht mehr wegzudenken

The image displays three distinct digital health-related content pieces:

- Selfapy Advertisement:** A promotional banner for Selfapy online courses. It features the Selfapy logo, the text "KOSTENFREI AUF REZEPT" (Free of charge on prescription), and the main headline "Online-Kurse bei Störungen" (Online courses for disorders). Below this, it states "Selfapys Online-Kurse bieten dir... erhältlich. Die Kosten werden auf..." and includes a green button that says "Passt Selfapy für mich?".
- Social Media Profile:** A screenshot of a social media profile for Pamela Reif. The profile name is "Pamela Reif" with the handle "@PamelaRf1" and a follower count of "9,46 Mio". A bio snippet reads "Super happy to be your...". Navigation tabs for "ÜBERSICHT" (Overview) and "VIDEOS" are visible at the bottom.
- Food Blog Post:** A screenshot of a blog post from "HEAVENLYNN HEALTHY". The title is "GRANDIOSER GLASNUDELSALAT MIT TEMPEH" (Amazing glass noodle salad with tempeh), dated "16. März 2023". The main image shows a bowl of glass noodles with carrots, green beans, and fresh herbs. A smaller inset photo shows a woman (Pamela Reif) holding a plate of food. The text below the image says "HALLO! Willkommen auf Heavenlynn Healthy. Klasse, dass du hier vorbeischaust um dir himmlische Inspiration für die Küche zu holen. Auf meinem Blog teile ich meine Leidenschaft für leckeres und gesundes..."

Pixabay; Screenshots: selfapy.de, YouTube Kanal Pamela Reif, heavenlynnhealthy.de, 06.04.23

Gesundheit & digitale Medien: Einflüsse

Gesundheit als
Thema in den
Medien

Gesundheit (bzw.
Krankheit) durch
Medien

Kommunikatoren
und Rezipienten
von Gesundheit
in den Medien

Gesundheit & digitale Medien: Ebenen und Einflüsse

Gesundheit als Thema in den Medien

Gesundheit (bzw. Krankheit) durch Medien

Kommunikatoren und Rezipienten von Gesundheit in den Medien

Gesundheitsrelevante Inhalte

Gesundheitsbezogene Inhalte

Gesundheit & digitale Medien: Einflüsse

Gesundheit als
Thema in den
Medien

Gesundheit (bzw. Krankheit) durch
Medien

Kommunikatoren
und Rezipienten
von Gesundheit
in den Medien

z.B. Motivation,
Inspiration,
Hilfestellungen/Support

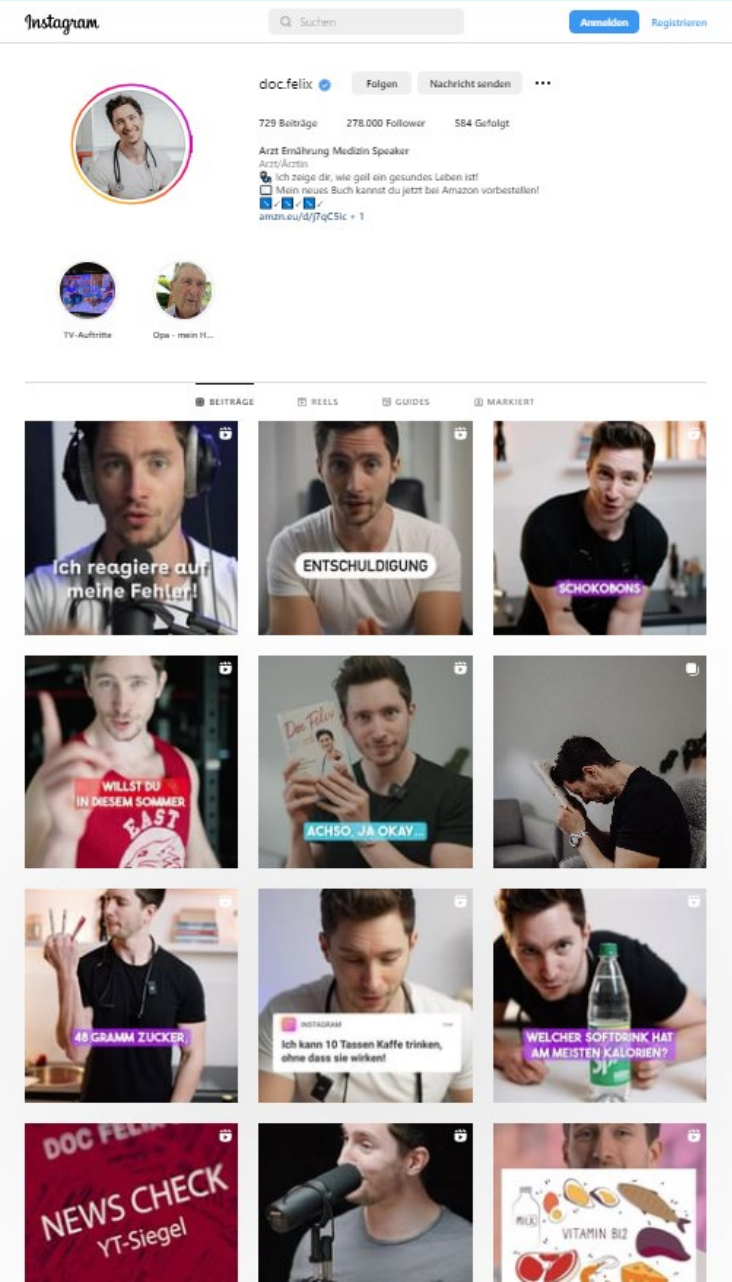
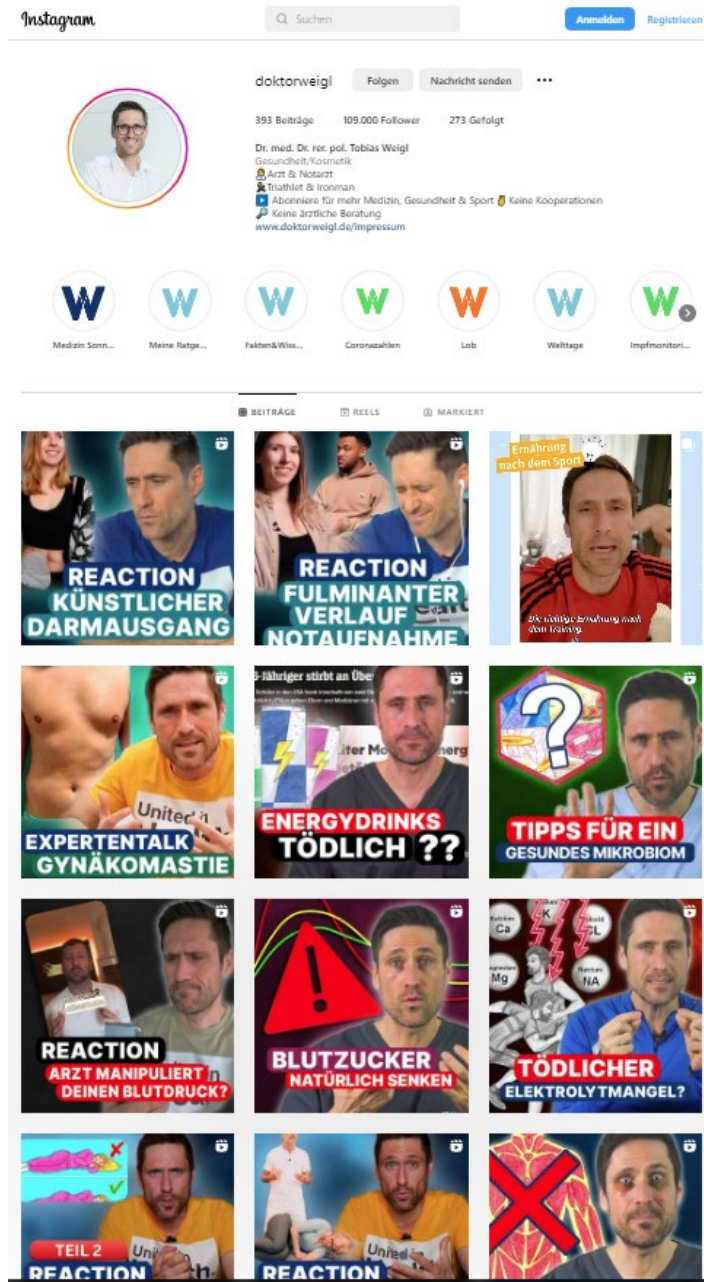
z.B. Suchtgefahr,
Bildschirmzeit,
psychische
Erkrankungen durch
soziale
Vergleichsprozesse

Gesundheit & digitale Medien: Einflüsse



Gesundheits- informationen in den sozialen Medien

„Medfluencer“



Screenshots Instagram Feed doktorweigl, doc.felix, 24.04.23

Community in sozialen Medien: Gegenseitiger Support

Screenshots TikTok-Post vom 26.11.2022, @lisaueb

Auf Katys Kommentar antworten
Kannst du mehr zu diesen Tabletten erzählen? :)

Ich nehme seit ich 15 bin Antidepressiva.

Lisa Übelsbacher · 2022-11-26
Antwort auf Katy | Das Leben ist/ bleibt nicht immer schei*e.
Versprochen. ❤️ #MentalHealth
weniger

Bundle of Joy - @Jartisto

Die Teilnahme an dieser Aktivität könnte dazu führen, dass du dich verletzt oder dass andere sich verletzen.

51,5K
262
1475
97

Ob du medis nimmst oder nicht, you can be so proud!!! Wie ich 14 war hätt ichs so gebraucht zu sehen dass andere auch Antidepressiva nehmen ❤️
2022-11-26 Antworten 486
Gefällt dem*der Creator*in

Lisa Übelsbacher · Ersteller
Yesss!! Es ist komplett okay, wenn man es alleine nicht mehr schafft! ❤️
2022-11-26 Antworten 155
1 Antwort anzeigen

Freu mich sehr für dich hab es auch schon paar mal probiert weniger zu nehmen/ auf zu hören hatt doch nicht funktioniert
2022-11-26 Antworten 13
Gefällt dem*der Creator*in

Ich krieg ab Montag wahrscheinlich welche und hab echt Schiss davor aber ohne gehts einfach nicht mehr. Danke dass du drüber sprichst ❤️
2022-11-26 Antworten

Mich freut es so so sehr das zu hören 🥰
2022-11-26 Antworten

muss man vorher in ne Klinik oder so oder geht man zu einem Psychiater und der verschreibt dann?
2022-11-26 Antworten

Daily steps and all-cause mortality: a meta-analysis of 15 international cohorts

Amanda E Paluch, Shivangi Bajpai, David R Bassett, Mercedes R Carnethon, Ulf Ekelund, Kelly R Evenson, Deborah A Galuska, Barbara J Jefferis, William E Kraus, I-Min Lee, Charles E Matthews, John D Omura, Alpa V Patel, Carl F Pieper, Erika Rees-Punia, Dhayana Dallmeier, Jochen Klenk, Peter H Whincup, Erin E Dooley, Kelley Pettee Gabriel, Priya Palta, Lisa A Pompeii, Ariel Chernofsky, Martin G Larson, Ramachandran S Vasan, Nicole Spartano, Marcel Ballin, Peter Nordström, Anna Nordström, Sigmund A Anderssen, Børge H Hansen, Jennifer A Cochrane, Terence Dwyer, Jing Wang, Luigi Ferrucci, Fangyu Liu, Jennifer Schrack, Jacek Urbanek, Pedro F Saint-Maurice, Naofumi Yamamoto, Yutaka Yoshitake, Robert L Newton Jr, Shengping Yang, Eric J Shiroma, Janet E Fulton, on behalf of The Steps for Health Collaborative

Summary

Background Although 10 000 steps per day is widely promoted to have health benefits, there is little evidence to support this recommendation. We aimed to determine the association between number of steps per day and stepping rate with all-cause mortality.



Lancet Public Health 2022;
7: e219–28

See [Comment](#) page e200

Department of Kinesiology and

Vielen Dank!

Fragen?