

## Factsheet

# Fragebogen zur ernährungsbezogenen Gesundheitskompetenz

## Nutrition Health Literacy Scale

---

Robert Griebler, Denise Schütze  
August 2023

---

### Hintergrund

Die Nutrition Health Literacy Scale (NHLS) ist ein neu entwickeltes Instrument zur Messung der ernährungsbezogenen Gesundheitskompetenz (GK) bei Erwachsenen. Sie wurde in einem Projekt zur Kinder-GK entwickelt (Griebler et al. 2023a) und für Erwachsene angepasst sowie erweitert (Griebler et al. 2023b). Die Arbeiten wurden im Auftrag des Bundesministeriums für Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz (BMSGPK) durchgeführt und aus Mitteln der Agenda Gesundheitsförderung finanziert.

### Zugrunde liegende Definition ernährungsbezogener GK

Ernährungsbezogene GK („nutrition health literacy“) umfasst das Wissen, die Motivation und die Fähigkeiten von Individuen, Ernährungsinformationen zu finden, zu verstehen, zu beurteilen und im Alltag anzuwenden, um Ernährungsentscheidungen zu treffen, die zu mehr Gesundheit und Wohlbefinden beitragen (Griebler et al. 2023b). Dieses Verständnis folgt der allgemeinen Definition von GK, wie sie vom HLS-EU-Konsortium vorgelegt wurde (Sørensen et al. 2012). Verstanden als ein relationales Konzept, entsteht GK aus dem Zusammenspiel persönlicher Fähigkeiten mit der Verfügbarkeit, Verständlichkeit, Zugänglichkeit und Nutzbarkeit von Informationen und Angeboten (Parker 2009).

### Operationalisierung

Die NHLS erfasst mit zwölf Fragen selbsteingeschätzte Schwierigkeiten beim Finden, Verstehen, Beurteilen und Anwenden von Ernährungsinformationen mit jeweils drei Fragen pro Informationsverarbeitungsschritt. Die Schwierigkeiten werden auf einer fünfstufigen Likert-Skala („sehr schwierig“, „eher schwierig“, „weder noch“, „eher einfach“, „sehr einfach“) bewertet.

### Verfügbar in folgenden Sprachen:

Deutsch

# Beschreibung des Instruments

## Einleitende Frage und Items der NHLS

Es ist nicht immer einfach, verständliche, vertrauenswürdige und nützliche Informationen zum Thema Ernährung zu bekommen. Mit den folgenden Fragen möchten wir herausfinden, welche Herausforderungen im Umgang mit Informationen zum Thema gesunde Ernährung bestehen. Auf einer Skala von einfach bis schwierig: Wie einfach, würden Sie sagen, ist es für Sie ...

- NHL1 nützliche Informationen darüber zu finden oder zu bekommen, welche Lebensmittel gesund sind und welche Lebensmittel weniger gesund sind?
- NHL2 nützliche Informationen darüber zu finden oder zu bekommen, wovon Sie mehr und wovon Sie weniger essen und trinken sollten, um sich gesund zu ernähren?
- NHL3 herauszufinden, worauf Sie bei einer gesunden Ernährung achten sollten?
- NHL4 Informationen zu verstehen, warum manche Lebensmittel gesund sind und andere nicht?
- NHL5 Angaben zu den Inhaltsstoffen auf den Verpackungen von Lebensmitteln (Zutatenliste und Nährwerttabelle) zu verstehen?
- NHL6 Ernährungsempfehlungen zu verstehen, die sagen, wie oft, was und wie viel Sie essen und trinken sollten, um sich gesund zu ernähren?
- NHL7 einzuschätzen, ob Sie Werbungen für Lebensmittel vertrauen können?
- NHL8 zu beurteilen, ob Informationen zum Thema gesunde Ernährung richtig oder falsch sind?
- NHL9 einzuschätzen, wie vertrauenswürdig Informationen zum Thema gesunde Ernährung im Internet und in den sozialen Medien sind?
- NHL10 zu entscheiden, wovon Sie mehr oder weniger essen und trinken sollten, um sich gesund zu ernähren?
- NHL11 anderen verständlich zu erklären, worauf es bei einer gesunden Ernährung ankommt?
- NHL12 Empfehlungen für eine gesunde Ernährung zu befolgen?

**Antwortkategorien:** 1: „sehr schwierig“, 2: „eher schwierig“, 3: „weder noch“, 4: „eher einfach“, 5: „sehr einfach“, 999: keine Angabe

**Berechnung des Scores und der Subscores:** Der NHL-Score wird als additiver Summenscore (Summenwert) berechnet und auf 0 bis 100 skaliert. Zusätzlich können vier Subscores zu den Prozessschritten berechnet werden. Für den Summenscore und die Subscores gilt: je höher der Wert, desto höher auch die selbsteingeschätzte ernährungsbezogene GK.

SPSS-Syntax:

```
COMPUTE score_nhl = (MEAN (nhl1, nhl2, nhl3, nhl4, nhl5, nhl6, nhl7, nhl8, nhl9, nhl10, nhl11, nhl12) -1) *25.
```

```
COMPUTE score_nhl_access = (MEAN (nhl1, nhl2, nhl3) -1) *25.
```

```
COMPUTE score_nhl_understand = (MEAN (nhl4, nhl5, nhl6) -1) *25.
```

```
COMPUTE score_nhl_appraise = (MEAN (nhl7, nhl8, nhl9) -1) *25.
```

```
COMPUTE score_nhl_apply = (MEAN (nhl10, nhl11, nhl12) -1) *25.
```

**Interpretation der Scores:** Der Fragebogen erfasst die selbsteingeschätzten Schwierigkeiten im Umgang mit Informationen über gesunde Ernährung. Diese können auf geringe persönliche Kompetenz im Umgang mit Gesundheitsinformationen und/oder auf ein schwieriges Informationsumfeld (z. B. in Bezug auf Verfügbarkeit, Verständlichkeit, Benutzerfreundlichkeit etc.) zurückzuführen sein.

## Psychometrische Eigenschaften

- » **Datengrundlage:** Ernährungskompetenz-Befragung 2021, repräsentative Onlinebefragung, n = 2.993 (Griebler et al. 2023b)
- » **interne Konsistenz:** Die NHLS und ihre Subskalen liegen mit Cronbachs-Alpha-Werten > 0,7 über dem Grenzwert von 0,7.
- » **Inhaltsvalidität:** Der Fragebogen deckt alle vier Prozessdimensionen des Sørensen-Modells ab und wurde mit Expertinnen aus dem Ernährungsbereich validiert.
- » **faktorielle Validität:** Die NHLS zeigt im Rahmen einer konfirmatorischen Faktorenanalyse – in Form eines hierarchischen Modells – einen ausgezeichneten „data-model fit“, d. h. eine gute Passung an die Daten (Tabelle 1).
- » **Zusammenhänge:** Es wurden Zusammenhänge mit soziodemografischen Variablen (Geschlecht, Alter und Bildung) festgestellt (Griebler et al. 2023b).

Tabelle 1:  
Psychometrische Eigenschaften der Nutrition Health Literacy Scale

Hierarchisches Vier-Faktoren-Modell	Wert	Grenzwerte
Cronbachs Alpha: Gesamtscore	0,91	≥ 0,7
Cronbachs Alpha: Subscores	0,71-0,87	≥ 0,7
Range Faktorladungen Items	0,54-0,86	≥ 0,5
Range Faktorladungen Subscores	0,78-1,00	≥ 0,5
Comparative Fit Index (CFI)	1,00	≥ 0,95
Tucker-Lewis Index (TLI)	1,00	≥ 0,95
Goodness of Fit Index	1,00	≥ 0,95
Adjusted Goodness of Fit Index	0,99	≥ 0,90
Root Mean Square Error of Approximation (RMSEA)	0,05	≤ 0,06
Root Mean Square Error of Approximation (RMSEA) p-Value	0,15	> 0,05
Standardized Root Mean Square Residual (SRMR)	0,03	≤ 0,08

Quelle: BMSGPK – Ernährungskompetenz-Befragung 2021; Berechnung und Darstellung: GÖG

## Verwendung des Instruments

Die NHLS wurde von der Gesundheit Österreich GmbH (GÖG) entwickelt. Sie kann von Dritten zu Forschungszwecken kostenlos genutzt werden, setzt jedoch eine vertragliche Vereinbarung zwischen dem:der Nutzer:in und der GÖG voraus.

### Bei Fragen wenden Sie sich bitte an:

Robert Griebler  
Gesundheit Österreich GmbH (GÖG)  
Stubenring 6  
AT-1010 Wien  
[robert.griebler@goeg.at](mailto:robert.griebler@goeg.at)

## Literatur

- Griebler, Robert; Zoller, Claudia; Leuprecht, Eva; Schütze, Denise; Sahling, Friederike; Ecker, Sandra; Heiss, Raffael (2023a): Geko-T – Gesundheitskompetenz von 9- bis 13-jährigen Kindern in Tirol. Ergebnisbericht. Gesundheit Österreich und Center for Social and Health Innovation (MCI), Wien/Innsbruck
- Griebler, R.; Schütze, D.; Link, T.; Schindler, K. (2023b): Ernährungskompetenz in Österreich. Ergebnisbericht. Gesundheit Österreich, Wien
- Parker, R. M. (2009): Measuring Health Literacy: What? So what? Now what? In: Measures of health literacy. Hg. v. Hernandez, Lyla M. Institute of Medicine of the National Academies, Washington, D.C. S. 91–98
- Sørensen, K.; Van den Broucke, S.; Fullam, J.; Doyle, G.; Pelikan, J.; Slonska, Z.; Brand, H.; (HLS-EU) Consortium Health Literacy Project European (2012): Health literacy and public health: a systematic review and integration of definitions and models. In: BMC public health 12/80

---

Zitiervorschlag: GÖG (2023): Fragebogen zur ernährungsbezogenen Gesundheitskompetenz von Erwachsenen (Nutrition Health Literacy Scale). Gesundheit Österreich, Wien

---