



Spa/Lifestyle

Sanitas Health Forecast zeigt Gesundheitstrends

📅 June 18, 2020 👤 grenzpartner.ch 💬 0 Comments

Fit, gesund, schön: So wollen wir sein. Gesundheit ist ein Mega-Trend. Was dahintersteckt, wollte eine Umfrage ergründen.

Vegane Restaurants und Fitness-Apps boomen: Gesundheit ist ein Megatrend. Es geht nicht nur darum, möglichst nicht zum Arzt zu müssen und vital zu altern. Sondern auch darum, dabei gut auszusehen. Doch was ist den Schweizern besonders wichtig? Und was nehmen sie auf sich, um fit und schön zu sein? Diesen Fragen ging die Krankenkasse Sanitas auf den Grund und befragte 2000 Menschen in der Schweiz zum Wert der Gesundheit. BLICK zeigt die zehn interessantesten Antworten.

Eidgenössischer Mittelweg

Gesundheit ist uns wichtig – aber übertreiben wollen wir es auch nicht. 50 Prozent der Befragten bezeichnen sich als Gesundheitspragmatiker, weitere 37 Prozent sind «interessiert» am Thema. Ihr Leben nach der Gesundheit ausrichten würden aber nur zehn Prozent – und drei Prozent bezeichnen sich gar als «Gesundheitsmuffel».

Männer wollen älter werden

Das durchschnittliche Wunschalter aller Befragten ist 98,2 Jahre. Ganz schön ehrgeizig! Und eine Überraschung: Männer, die eine niedrigere Lebenserwartung haben als Frauen, würden gern älter werden als das weibliche Geschlecht – nämlich 104,5 Jahre. Frauen hingegen sind bescheiden: Sie wünschen sich «nur» ein Alter von 92,2 Jahren. Kosten darf das längere Leben aber nichts. Auf die Frage, wie viel Geld ihnen ein zusätzliches Jahr wert sei, wollten 73 Prozent gar nicht antworten, und 8,6 Prozent 0 Franken ausgeben. Mehr als 10'000 Franken pro Jahr würden nur sieben Prozent bezahlen.

Die Jungen sind besonders gestresst

Stress ist ein Gesundheitsrisiko. Und er ist vor allem bei Jungen ein Thema. 35 Prozent der 18- bis 29-jährigen fühlen sich häufig oder sehr häufig gestresst. Mit dem Alter nimmt die Wahrnehmung von Stress ab – am entspanntesten sind die 60- bis 74-jährigen. Die grosse Frage: Werden auch die Jungen später etwas lockerer? Oder fordert die schnelllebige Zeit, der Junge mehr ausgesetzt sind, ihren Tribut? Denn die Umfrage zeigt auch: Es ist zu viel Arbeit, die den Jungen zusetzt.

Männer fürchten sich vor Herzinfarkt

Schweizer Männer haben es – zumindest aus eigener Sicht – nicht leicht: Sie finden, dass sie das Geld nach Hause bringen müssen, um die Familie zu versorgen. Und wollen gleichzeitig gute Väter und Partner sein. Bei dem Druck haben sie – kein Wunder – am meisten Angst vor einem Herzinfarkt und Prostata-Erkrankungen. Weiter hinten folgen Erektionsstörungen – und Haarausfall.

Männer sorgen besser vor

Wie gut sorgen wir dafür, gesund zu bleiben und Krankheiten rechtzeitig zu erkennen? Bei dieser Frage lässt sich ein Wandel feststellen: Die traditionell eher als Vorsorge-Muffel bekannten Männer haben die Frauen überholt. Knapp jeder dritte Mann – 31 Prozent – gab in der Studie an, regelmässig zu Routine-Kontrollen zum Arzt zu gehen. Bei den Frauen tun das nur 26 Prozent.

Je jünger, desto vegi

Für 64 Prozent der Schweizerinnen und Schweizer bedeutet Gesundheit, sich gut zu ernähren. Ein Trend ist dabei unübersehbar: der Verzicht auf Fleisch. Je jünger die Befragten, desto offener sind sie für vegetarische und vegane Ernährungsweise. Mehr als zwei Drittel der unter 30-Jährigen sind offen dafür. Doch die Suche nach dem richtigen Essen geht weiter: 25 Prozent aller Befragten können sich vorstellen, Blut- oder DNA-Tests machen zu lassen, um herauszufinden, welche Nahrungsergänzungsmittel für sie optimal sind.

Wir kreisen um unseren Bauch

Gesundheit ist nur die halbe Miete – wir wollen auch schön sein. Und hier gibt es eine klare geschlechterübergreifende Problemzone: den Bauch. Wenn sie einen Körperteil verändern könnten, würden 52 Prozent der Frauen und Männer sich den Ranzen aussuchen. Bei den Frauen folgen Beine und Po, bei den Männern die Brust.

Frauen würden sich unters Messer legen

Joggen, Fitness, Ernährung – wir tun was, um gut auszusehen. Und wenn das immer noch nicht reicht? Dann sind die Schweizer Frauen bereit, sich unters Messer zu legen. 19 Prozent der unter 30-Jährigen würden sich einer Schönheits-OP unterziehen. Mit dem Alter nimmt die Bereitschaft ab. Und Botox-Spritzen kommen weniger gut an.

Der Roboter, mein Pfleger

Roboter bauen heute nicht nur Autos, sondern ernten auch Früchte und machen Botengänge. Und es laufen die ersten Pilotversuche mit Pflege-Robotern. Doch wären die Schweizer bereit, sich von einem Care-Roboter pflegen zu lassen? Eher nicht. Von den über 60-Jährigen haben diese Frage nur 28 Prozent mit Ja beantwortet. Und selbst unter den unter 30-Jährigen wären heute nur 41 Prozent dazu bereit. Auch anderen digitalen Gesundheitshelfern sind Schweizerinnen und Schweizer eher abgeneigt. Die Implantation eines Chips, der Vitalfunktionen überwacht und so etwa Rettungsdiensten eine Hilfe im Notfall wäre, können sich 69 Prozent nicht vorstellen.

Wir vertrauen den Göttern in Weiss

Wem glauben wir, wenn es um unsere Gesundheit geht? Ganz klar den Fachleuten. Nicht nur dann, wenn es um uns persönlich geht. Sondern auch bei der Frage nach dem grossen Ganzen. Um die 60 Prozent meinen, dass Ärzte, Forscher und Apotheker ihre Verantwortung im Gesundheitswesen wahrnehmen. Kassen, Pharma und Politik kommen deutlich schlechter weg.