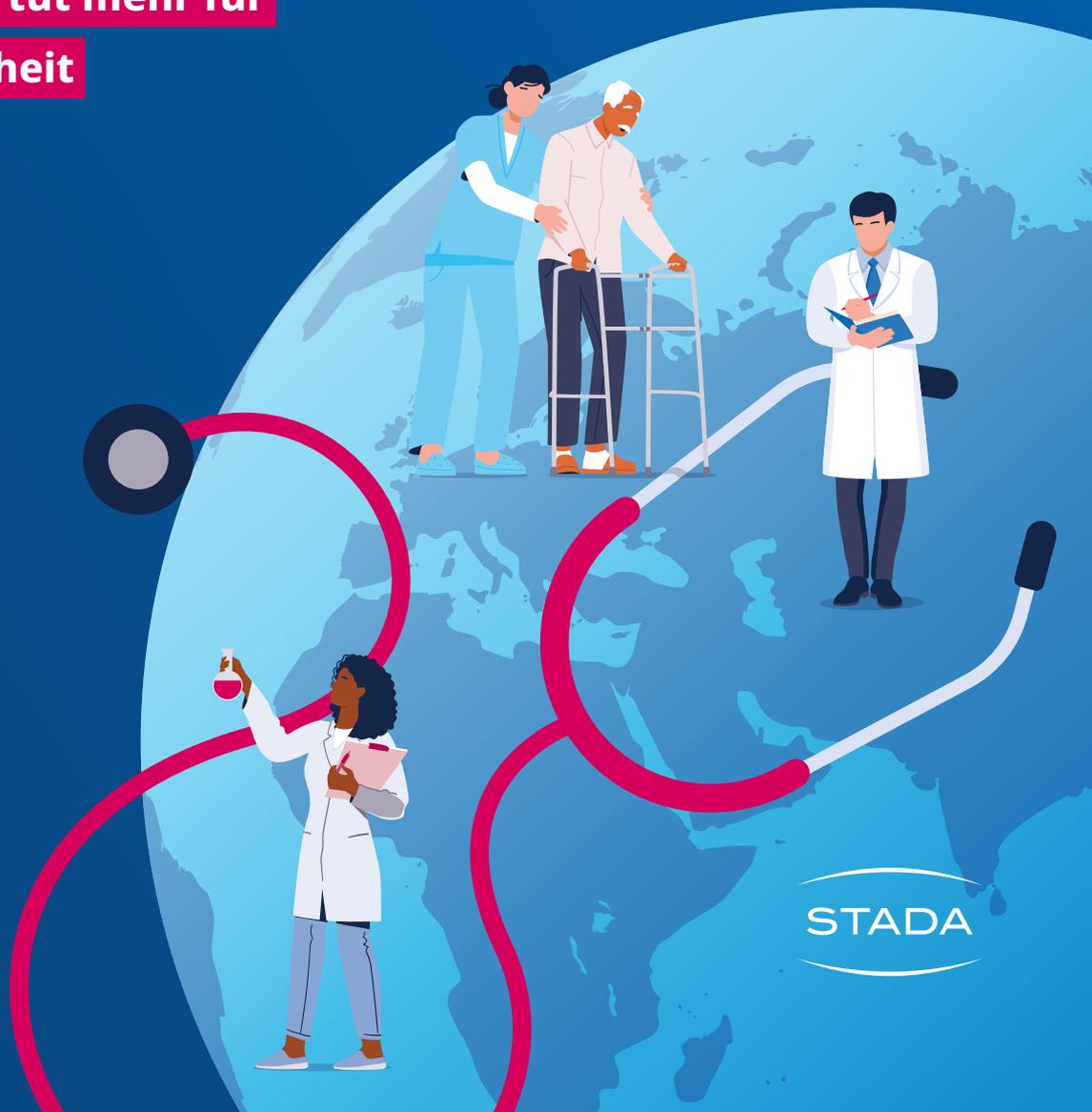


**STADA HEALTH
REPORT 2024**

Zufriedenheit mit Gesundheitssystemen sinkt weiter

**... und Europa tut mehr für
seine Gesundheit**



**46.000 Interviews
in 23 Ländern**

STADA

Europäer ergreifen Maßnahmen zum Schutz ihrer Gesundheit

Feedback zu bekommen und zu hören sind der Schlüssel für künftige Fortschritte – so auch im Gesundheitsbereich. Unter den vielen aufschlussreichen Erkenntnissen aus dem STADA Health Report 2024 ist eine besonders tiefgreifend: Die Zufriedenheit der Europäer mit ihrem nationalen Gesundheitssystem nimmt ab. In der Tat ist kaum jeder zweite Europäer mit den Gesundheitsangeboten glücklich. Vor fünf Jahren waren noch drei von vier Europäern mit dem Angebot zufrieden.

Die Gründe für diesen Rückgang sind vielfältig und unterscheiden sich in den 23 Ländern, die für den diesjährigen STADA Health Report, eine Studie, die in ihrem Umfang und ihrer Breite einzigartig ist, befragt wurden. Häufige Beschwerden der 46.000 Befragten umfassten Schwierigkeiten, einen Termin zu erhalten, eine unzureichende Versorgung und den Mangel an Vertrauen in die Gesundheitspolitiker.

Es gibt aber auch zuversichtlich stimmende Zeichen. Das Vertrauen in Personen, die in der Patientenversorgung arbeiten, bleibt stark. Ihre Ratschläge werden in der Flut von oftmals widersprüchlichen Informationen, die online und in Social Media verfügbar sind, hochgeschätzt. Aus den

wissenschaftlich gesicherten Daten geht hervor, dass die meisten Menschen in Europa – unabhängig von ihrem Alter, Geschlecht und den Verhältnissen, aus denen sie stammen – verstärkt Maßnahmen ergreifen, um für ihre eigene Gesundheit zu sorgen; sei es durch Nahrungsergänzungsmittel, mehr Bewegung usw. Zudem besteht ein wachsendes Bewusstsein, dass das physische und psychische Wohlbefinden gleich wichtig sind.

Als CEO eines Unternehmens, das sich dem Purpose „Caring for People’s Health as a Trusted Partner“ verschrieben hat, halte ich diesen Trend für sehr ermutigend. Ich lade alle Stakeholder – Unternehmen, die essenzielle Medikamente entwickeln, herstellen und vertreiben, Politiker und Aufsichtsbehörden, die den Rahmen für den Einsatz solcher Medikamente schaffen, Ärzte, die diese verschreiben, Krankenschwestern, die diese verabreichen, Apotheker, die diese abgeben, und Patienten, die von ihnen profitieren – ein, sich in die Debatte über die vielen Herausforderungen, aber auch über mögliche Lösungen einzubringen, die in der 10. Auflage des STADA Health Reports präsentiert werden. Durch den offenen Dialog, der auf empirischen Daten basiert, können wir zusammen ein widerstandsfähiges Gesundheitssystem für die kommenden Jahre aufbauen.

Peter Goldschmidt
CEO STADA Arzneimittel AG

Gemeinsam können wir durch offenen, faktenbasierten Austausch unsere Gesundheitssysteme zukunftsfähig machen.





23 Länder.
46.000 Befragte.



STADA Health Report 2024

Ursprung, Zielsetzung und Methodik

Unser Gesundheitssystem ist durch die Krisen der letzten Jahre immer wieder auf die Probe gestellt worden. So ist es nicht verwunderlich, dass die Zufriedenheit der Europäer mit ihrem Gesundheitssystem gesunken ist, insbesondere geprägt durch lange Wartezeiten, überlastete Ärzte und zunehmende Bürokratie.

Es mangelt an Prävention, einem der wichtigsten Hebel für die Gesundheit der Europäer. Dennoch sind die Europäer bereit, in ihre eigene Gesundheit zu investieren. Viele ändern ihren Lebensstil, treiben mehr Sport und ernähren sich gesünder.

Die Grundvoraussetzungen dafür, dass die Europäer Verantwortung für ihre eigene Gesundheit übernehmen, sind vorhanden, aber es fehlt noch an ausreichender Unterstützung durch das Gesundheitssystem. Wir wollten wissen, wo die Probleme liegen, um mögliche Lösungen zu finden: Wie beurteilen die Europäer den aktuellen Zustand ihrer Gesundheitssysteme? Steht dies im Zusammenhang mit ihrem allgemeinen Vertrauen in die Schulmedizin? Wie viel Vertrauen setzen sie in Gesundheitspolitiker, Ärzte und Apotheker? Die Antworten auf diese Fragen und vieles mehr finden Sie im STADA Health Report 2024.

Rückblick

Ursprünglich 2014 als nationale Studie zur Untersuchung der „Gesundheitskompetenz“ der deutschen Bevölkerung gestartet, ist der STADA Health Report kontinuierlich gewachsen und feiert nun sein 10-jähriges Jubiläum. In den vergangenen Jahren hat er sich zur größten und umfassendsten internationalen Studie der Branche entwickelt, die ein breites Spektrum an gesundheitsbezogenen Themen abdeckt. Seit seinem internationalen Start im Jahr 2019 untersucht der Report das Verhalten der europäischen Bevölkerung sowie ihre körperliche und psychische Gesundheit im Hinblick auf aktuelle Trends und Ereignisse, wobei Entwicklungen und Veränderungen im Zeitverlauf aufgezeigt werden. Gemäß dem STADA Purpose „Caring for People’s Health as a Trusted Partner“ deckt der diesjährige Health Report nicht nur unbequeme Wahrheiten und drängende Probleme auf, sondern untersucht auch mögliche Ursachen und Lösungen.

Stichprobe und Methodik 2024

Die länderübergreifende Umfrage 2024 wurde von Human8 mittels eines Online-Fragebogens von Februar bis März 2024 in den folgenden 23 Ländern durchgeführt: Belgien, Bulgarien, Dänemark, Deutschland, Finnland, Frankreich, Irland, Italien, Kasachstan, Niederlande, Österreich, Polen, Portugal, Rumänien, Schweden, Schweiz, Serbien, Slowakei, Spanien, Tschechische Republik, Ungarn, Vereinigtes Königreich und Usbekistan. Das Panel umfasste insgesamt 46.033 Personen mit rund 2.000 Befragten im Alter von 18 bis 99 Jahren in jedem Land. Wie immer ist die Umfrage repräsentativ in Bezug auf Alter, Geschlecht und Region.

Der Fragebogen umfasste mehr als 30 Fragen zu Themen wie Zufriedenheit mit dem nationalen Gesundheitssystem, Vertrauen in Ärzte und Apotheker, Gesundheitsprävention, psychische Gesundheit und mehr.

Geografisch gehören Kasachstan und Usbekistan zu Zentralasien. Aus Gründen der Lesbarkeit dieses Berichts werden beide Länder und die Ergebnisse ihrer jeweiligen Erhebungen zusammen mit den 21 teilnehmenden europäischen Staaten unter dem Begriff „Europa“ zusammengefasst.

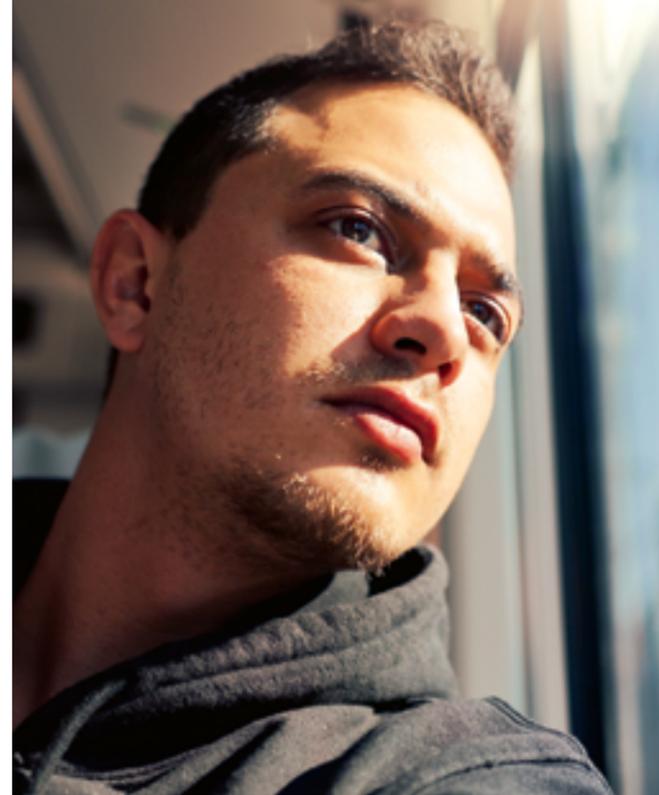
Gesundheitssystem & Schulmedizin

Kapitel 1

2024

Wie ist der Stand der Gesundheitssysteme in Europa?

Die Zufriedenheit mit den Gesundheitssystemen ist auf einem historischen Tiefpunkt angelangt. Die europäische Gesundheitslandschaft kämpft mit einem grundlegenden Problem. Gleichzeitig nimmt das Vertrauen in die Schulmedizin zu. Künstliche Intelligenz könnte Erleichterung bringen, wird aber mit Misstrauen betrachtet, wenn sie in der Welt der persönlichen Gesundheitsfürsorge eingesetzt wird. Die Angehörigen der Gesundheitsberufe spielen eine entscheidende Rolle, um das System zusammenzuhalten.



Eine bittere Pille zum Schlucken:

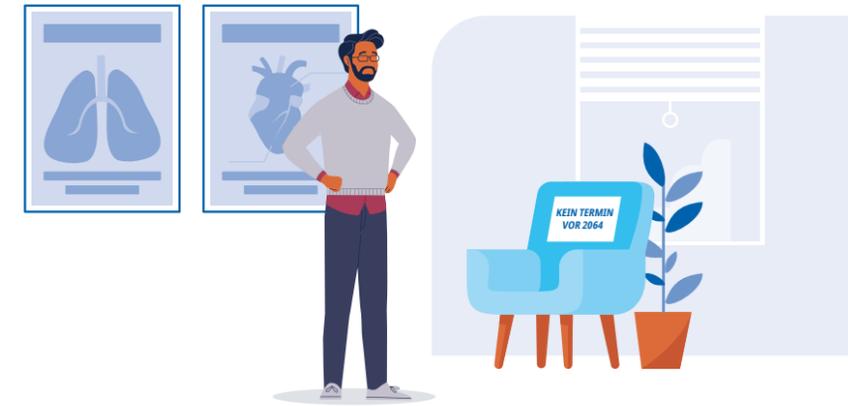
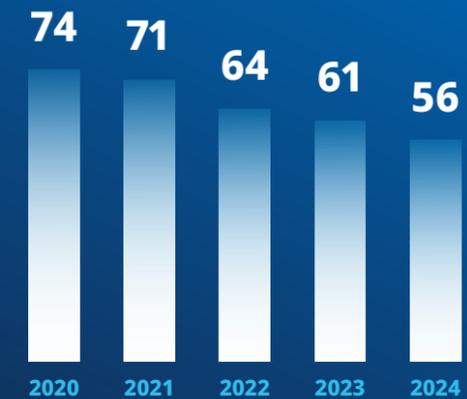
Zufriedenheit der Europäer mit den Gesundheitssystemen nimmt weiter ab

Trotz der herausragenden Fortschritte der modernen Medizin, der Gesundheitsversorgung und ihrer Widerstandsfähigkeit angesichts globaler Gesundheitskrisen brodelt unter der Oberfläche Verbitterung. Frustration über den Zugang zu Arztterminen, den Standard in den Gesundheitseinrichtungen, Personalmangel und ein allgemeines Misstrauen gegenüber denjenigen, die politische Entscheidungen über die Gesundheit treffen, hallt über den europäischen Kontinent.

Noch nie in der 10-jährigen Geschichte des STADA Health Reports haben sich die Europäer von ihren Gesundheitssystemen so im Stich gelassen gefühlt. Ihr Pessimismus wird jedoch von einem gegenläufigen Trend begleitet: einem deutlich wachsenden Vertrauen in die Schulmedizin. Dies ist ein interessanter Widerspruch und Weckruf zugleich, aber auch ein Ausdruck der Hoffnung für die Zukunft der gegenwärtigen Gesundheitslandschaft in Europa.

Zufriedenheit mit Gesundheitssystemen sinkt zum vierten Mal in Folge – auf einen alarmierenden Tiefstand.

Alle Angaben in %



Mangel an Terminen, schlechte Versorgungsstandards und Misstrauen sorgen für Unzufriedenheit

Insgesamt sind die Menschen in Ungarn am unzufriedensten mit ihrem Gesundheitssystem: 72 Prozent von ihnen finden es unzureichend, gefolgt von Kasachstan (67) und Serbien (65). In ganz Europa liegt der Hauptgrund für die Unzufriedenheit darin, einen Arzttermin zu bekommen (54). Besonders schwer scheint es in Ungarn (73) zu sein. Auf Platz zwei der Gründe für die Unzufriedenheit rangiert die Tatsache, dass man selbst oder jemand, den man kennt, eine unzureichende Versorgung erhalten hat (47), was am häufigsten in Schweden (63) angegeben wurde. Darüber hinaus gibt fast jeder zweite Europäer (46) an, generell kein Vertrauen in die für die Gesundheitspolitik Verantwortlichen zu haben, was in der Tschechischen Republik am häufigsten vorkommt (66). Weitere Gründe für die Unzufriedenheit mit den Gesundheitssystemen sind mangelnde Nachhaltigkeit (39), Privatisierung, die sich negativ auf die Gesundheitsdienste auswirkt (30), fehlender Zugang zu Präventionsdiensten und Mangel an medizinischem Personal in Krankenhäusern (jeweils 28). Obwohl sich 42 Prozent der Europäer vorstellen können, mehr für eine bessere Qualität der Gesundheitsversorgung zu zahlen, insbesondere in Usbekistan (75), ist dies keine mehrheitsfähige Option, vor allem weil jeder dritte Europäer angibt, dass er es sich nicht leisten kann, mehr für die Gesundheitsversorgung zu bezahlen.

Angehörige der Gesundheitsberufe und Verfügbarkeit von Arzneimitteln beruhigen die Europäer

Belgier (85), Schweizer (81) und Niederländer (77) sind nach wie vor am zufriedensten mit ihren >>

Seit 2021 verzeichnet der STADA Health Report einen kontinuierlichen Rückgang der Zufriedenheit mit den öffentlichen Gesundheitssystemen in Europa – und der Trend hält an. Im Jahr 2020, kurz vor Ausbruch der Pandemie, lag die Gesamtzufriedenheit bei 74 Prozent und sank 2021 auf 71 Prozent. Im Jahr 2022 lag sie nur noch bei 64 Prozent und fiel 2023 auf 61 Prozent. Heute sind nur noch 56 Prozent der Europäer mit dem Gesundheitssystem in ihrem Land zufrieden. Zwar bilden einige Erstteilnehmer das Schlusslicht, doch auch die durchschnittliche Zufriedenheit der Wiederholungsteilnehmer ist im Vergleich zu 2023 um durchschnittlich 3 Prozentpunkte gesunken. Am stärksten sank die Zufriedenheit im Vereinigten Königreich mit einem Verlust von 11 Prozentpunkten, wahrscheinlich durch den post-pandemischen Druck auf den Nationalen Gesundheitsservice befeuert. Neben dem Vereinigten Königreich verzeichneten Kasachstan (minus 10 Prozentpunkte) und Deutschland (minus 8 Prozentpunkte) besonders starke Rückgänge. In diesen drei Ländern wurden als Hauptgründe für die Unzufriedenheit Schwierigkeiten bei der Terminvergabe (Vereinigtes Königreich und Deutschland, 69 bzw. 68) und schlechte Versorgungsstandards (Kasachstan, 61) genannt.

Expertise und Anreize stehen ganz oben auf der Liste der Europäer:

Was kann getan werden, um die Gesundheitssysteme in Europa zu verbessern?



Gesundheitssystemen – vor allem wegen der guten Beratung durch Ärzte oder Apotheker (jeweils 56) und der Möglichkeit, bei Bedarf Medikamente zu erhalten (64 Belgien, 63 Niederlande und Schweiz). Interessanterweise ist die gute Verfügbarkeit von Medikamenten auch der Hauptgrund für die Zufriedenheit mit dem deutschen Gesundheitssystem (66 gegenüber 56 im europäischen Durchschnitt), obwohl es bei bestimmten Produkten, insbesondere bei Medikamenten für Kinder, zu Lieferengpässen kommt. Weitere Zufriedenheitsfaktoren sind die Erschwinglichkeit von Medikamenten (43), die in Belgien besonders hoch bewertet wird (59), und der gute Zugang zu präventiven Gesundheitsdiensten (41), der von der tschechischen Bevölkerung besonders geschätzt wird (62). Im STADA Health Report 2023 gehörte die Tschechische Republik auch zu den Ländern mit der höchsten Zahl regelmäßiger Vorsorgeuntersuchungen.

Eine allgemeine Beobachtung: Die Zufriedenheit mit den Gesundheitssystemen könnte mit der regelmäßigen Selbstfürsorge zusammenhängen: Menschen, die regelmäßig Maßnahmen zur Selbstfürsorge ergreifen, sind eher mit dem Gesundheitssystem zufrieden (57) als diejenigen, die eigenen Angaben zufolge wenig für ihre eigene Gesundheit tun (47).

Fachwissen und Anreize sind in ganz Europa gefragt

Doch neben all der Unzufriedenheit haben die Europäer auch konkrete Vorstellungen, woran gearbeitet werden muss, um die Gesundheitssysteme in Zukunft zu verbessern. Fast jeder zweite Europäer (48) glaubt, dass es einen Unterschied machen würde, wenn gesundheitspolitische Entscheidungsträger einen gesundheitsbezogenen Hintergrund hätten – ein ziemlich vernünftiger Vorschlag, wenn man bedenkt, dass mangelndes Vertrauen in gesundheitspolitische Akteure ein Hauptgrund für die Unzufriedenheit ist. Die zweitwichtigste Maßnahme ist die Anhebung der Löhne in medizinischen Berufen. 47 Prozent der Befragten hoffen, dass dies mehr Menschen dazu motivieren könnte, eine Karriere im Gesundheitswesen zu verfolgen. 43 Prozent glauben auch, dass eine verstärkte Produktion von Arzneimitteln im eigenen Land helfen könnte, anstatt sich auf importierte Waren zu verlassen. Mehr als jeder dritte Europäer (35) würde es begrüßen, wenn der Aufgabenbereich der Apotheker ausgeweitet würde, um Kapazitäten bei den Ärzten freizumachen, und fast ebenso viele (31) würden es begrüßen, wenn alternative Karrierewege zum Arztberuf angeboten würden, um dem Mangel entgegenzuwirken. In ähnlicher Weise ist jeder fünfte Europäer der Ansicht, dass die Zugangsvoraussetzungen für medizinische Berufe gesenkt werden sollten, um die Zahl der Beschäftigten zu erhöhen.

Lösung 2

47%

fordern bessere Löhne für Menschen in medizinischen Berufen.

Lösung 1

48%

denken, dass gesundheitspolitische Entscheidungsträger einen gesundheitsbezogenen Hintergrund haben sollten.



Lösung 3

43%

wären beruhigt, wenn mehr Arzneimittel im eigenen Land hergestellt würden.

Aber: Obwohl die Europäer mit den Gesundheitssystemen unzufrieden sind, steigt ihr Vertrauen in die konventionelle Gesundheitsversorgung

Fast 7 von 10 Europäern (69) geben an, dass sie der Schulmedizin vollständig oder größtenteils vertrauen, während sie sich unabhängig im Internet informieren – ein Anstieg um 7 Prozentpunkte im Vergleich zu 2022. Männer (35) haben deutlich häufiger keine Vorbehalte gegenüber der Schulmedizin als Frauen (25). Betrachtet man die einzelnen Länder, so liegt Rückkehrer Finnland (84) an der Spitze in Sachen Vertrauen gefolgt von Spanien (82), das seit jeher zu den glühendsten Verfechtern der Schulmedizin gehört.

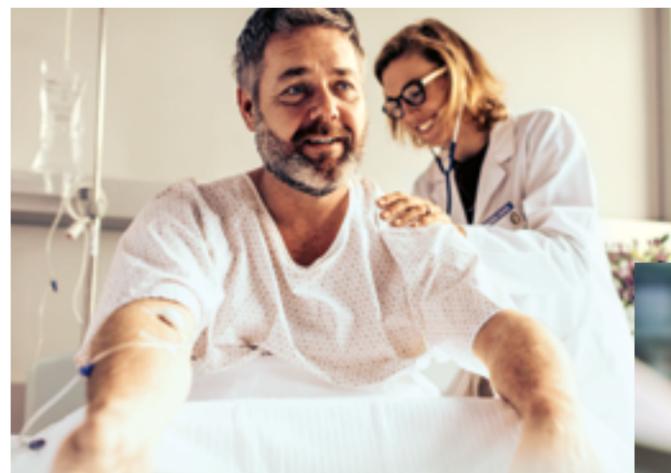
Die Hauptgründe für das hohe Vertrauen sind Angehörige der Heilberufe wie Ärzte und Apotheker: 48 Prozent schätzen ausdrücklich deren Rat und glauben, dass die Angehörigen der Gesundheitsberufe „wissen, was das Beste ist“. Besonders hoch schätzen die Menschen in Belgien und Irland die Meinung der Fachleute (56). Weitere 42 Prozent sagen, dass sie der Schulmedizin vertrauen, weil sie sich als wirksam erwiesen hat – vor allem in Finnland (57), dem Vereinigten Königreich (UK) und Irland (51). 41 Prozent gründen ihr Vertrauen auf die jahrzehntelange Forschung, die zu vielen Durchbrüchen in der Schulmedizin geführt hat, und weitere 39 Prozent fühlen sich durch hohe Qualitätsstandards, Regulierungsverfahren und Kontrollen beruhigt.



Es scheint, dass das Vertrauen in die Schulmedizin mit höherer Wahrscheinlichkeit zu Zufriedenheit mit der Gesundheitsversorgung führt: 59 Prozent der Menschen, die angeben, der Schulmedizin zu vertrauen, sind mit ihrem Gesundheitssystem zufrieden. Bei denjenigen, die Vorbehalte gegenüber der Schulmedizin haben, sind dies nur 28 Prozent. Dennoch reicht die Verbesserung des Vertrauens allein nicht aus, um die immer größer werdende Unzufriedenheit mit den Gesundheitssystemen auszugleichen. Die Wurzel des Problems scheinen Mängel im System zu sein und nicht die Medizin selbst.

In einigen Ländern überwiegt indessen die Skepsis

Die Menschen in Kasachstan sind am misstrauischsten gegenüber der Schulmedizin (23). Und Usbekistan scheint in dieser Frage zwiespalten zu sein: Hier ist der Anteil derjenigen am höchsten, die sagen, dass sie der Schulmedizin voll und ganz vertrauen (56), aber auch 22 Prozent, die das Gegenteil von sich behaupten. Auf dem gesamten Kontinent sind 44 Prozent der Befragten besorgt, dass die in der konventionellen Medizin Tätigen nur versuchen, Geld zu verdienen. Ebenso viele (43) sind frustriert darüber, dass sich die konventionelle Medizin auf die Behandlung von Symptomen konzentriert, anstatt die Ursachen zu bekämpfen. Dieser Standpunkt ist bei Frauen (46) stärker ausgeprägt als bei Männern (39). Etwas mehr als



jeder Dritte (35) ist der Meinung, dass die Pandemie die Grenzen der konventionellen Medizin aufgezeigt hat, eine Meinung, die am häufigsten von Menschen in Serbien (49) und Rumänien (48) geteilt wird. 17 Prozent waren von der Beratung durch den Hausarzt enttäuscht oder bevorzugten alternative Behandlungsmethoden, wobei letztere in der Schweiz (34) besonders beliebt sind. Für 16 Prozent war die negative Presse über die Schulmedizin abschreckend und 15 Prozent beklagen, dass konventionelle Arzneimittel oft nicht verfügbar oder knapp sind.

Das Vertrauen in die Schulmedizin bleibt stark – aber die Europäer sehen noch Raum für Verbesserungen

Um das Vertrauen weiter zu verbessern, sind 46 Prozent der Europäer der Meinung, dass die Schulmedizin sich stärker auf den einzelnen Patienten und dessen Bedürfnisse konzentrieren sollte. Insbesondere Spanien und Finnland sind die stärksten Verfechter dieses Ansatzes (59). Eine bessere Kommunikation zwischen Fachpersonal des Gesundheitswesens und Patienten während der Konsultation würde auch dazu beitragen, den Ruf der Schulmedizin insgesamt zu verbessern. In Portugal würde mehr als die Hälfte der Bevölkerung eine klarere, laienfreundlichere Kommunikation befürworten. Was die Leistungsfähigkeit betrifft, so wünschen sich 41 Prozent der Europäer mehr Durchbrüche in der konventionellen Medizin, insbesondere bei der Behandlung schwerer Krankheiten wie Krebs. Weitere 40 Prozent wünschen sich einen ganzheitlicheren Ansatz in der Medizin, der sowohl die körperliche als auch die geistige Gesundheit einbezieht. Um die Schulmedizin noch zugänglicher zu machen, wünschen sich 29 Prozent der Befragten Listen von Ärzten, die sich auf die Behandlung bestimmter Krankheiten spezialisiert haben, sowie einen leichteren Zugang zu Terminen, die sich mit beruflichen Verpflichtungen vereinbaren lassen (28). Auch umfassenderes Material, das Patienten hilft, sich über Krankheiten und Behandlungsmöglichkeiten zu informieren, sowie benutzerfreundlichere Medikamente (25) kann zu höherem Vertrauen führen.



denken, die Schulmedizin sollte sich stärker auf den individuellen Patientenfall konzentrieren.

Intelligenzen (7), Online-Werbung (11), sozialen Medien (12) oder Google-Suchergebnissen (11) bei der Entscheidung über den Kauf eines Medikaments deutlich weniger wichtig.

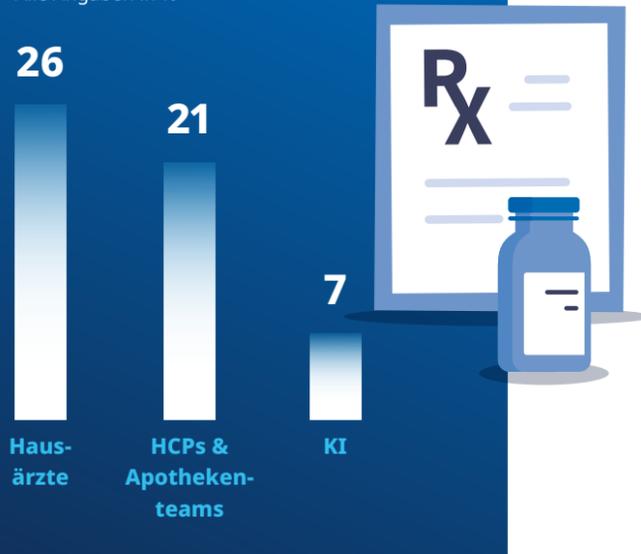
Wenn es um die Zukunft ihrer stationären Apotheken geht, wünschen sich 46 Prozent der Europäer mehr erschwingliche Behandlungsmöglichkeiten und Medikamente, insbesondere in Finnland (62) und der Tschechischen Republik (61). Etwa jeder Dritte (32) würde die Möglichkeit begrüßen, sich Rezepte oder andere Medikamente nach Hause liefern zu lassen, eine Idee, die besonders in Deutschland (42) beliebt ist. Ein weiteres Drittel (31) würde es begrüßen, wenn andere gesundheitsbezogene Dienstleistungen wie Seh- oder Hörtests mit den Apothekendiensten zusammengelegt würden. Ebenfalls 31 Prozent würden mehr Informationen über die Besonderheiten ihres Rezepts oder ihrer Medikamente in Bezug auf das Anwendungsgebiet oder die Darreichung begrüßen.

Künstliche Intelligenz: eine Wunderkiste

Inwieweit KI in den kommenden Jahren unser Leben beeinflussen wird – on- und offline – ist zwar schwer abzuschätzen, aber die meisten Europäer halten sie für ein insgesamt positives Instrument. Den positiven Einfluss auf die Gesellschaft sehen nicht nur die 47 Prozent, die sich mit KI auskennen, sondern auch die 15 Prozent, die nicht viel über KI wissen. Obwohl die KI dazu beiträgt, dass Informationen heutzutage leichter zugänglich und anpassbar sind, bevorzugen die meisten Europäer immer noch eine schnelle Google-Suche (62), Online-Artikel (35 Prozent) oder offizielle Websites von Gesundheitseinrichtungen (33), um gesundheitsbezogene Informationen zu erhalten. Ungeachtet ihres Popularitätsanstiegs in den letzten Jahren hat sich die KI noch nicht als Quelle für gesundheitsbezogene Informationen etabliert (8). 14 Prozent geben an, dass sie überhaupt keine Online-Quellen nutzen.

Hausärzte und Apothekenteams sind KI weit voraus, wenn es um Empfehlungen in Gesundheitsfragen geht.

Alle Angaben in %



Inmitten schwindender Zufriedenheit: Angehörige der Gesundheitsberufe dienen als Bollwerk des Vertrauens in die Medizin

Angehörige der Gesundheitsberufe wie Hausärzte und Apotheker sind auch die wichtigsten Informationsquellen, wenn es um den Kauf von rezeptfreien Medikamenten und Nahrungsergänzungsmitteln geht. Hausärzte sind die vertrauenswürdigsten Quellen für Empfehlungen (63), dicht gefolgt von Apothekern (54) und anderen Angehörigen der Gesundheitsberufe (49). Vor allem in Irland und Finnland ist die Wahrscheinlichkeit hoch, dass die Menschen der Meinung ihres Hausarztes und ihres Apothekers vertrauen (72/71 bzw. 70/65). Betrachtet man die Altersgruppen, so vertrauen Europäer über 55 Jahren am ehesten der Empfehlung ihres Hausarztes, während die 18- bis 34-Jährigen eher auf Berichte aus erster Hand von Freunden oder der Familie vertrauen. Und: Hausärzte (26), Apotheker und andere Angehörige der Gesundheitsberufe (jeweils 21) sind nicht nur die vertrauenswürdigsten, sondern auch die einflussreichsten Kräfte beim Kauf von Medikamenten. Im Vergleich dazu sind Empfehlungen von künstlichen



Die Zurückhaltung gegenüber KI im Gesundheitsbereich könnte auf eine allgemeine Skepsis hindeuten

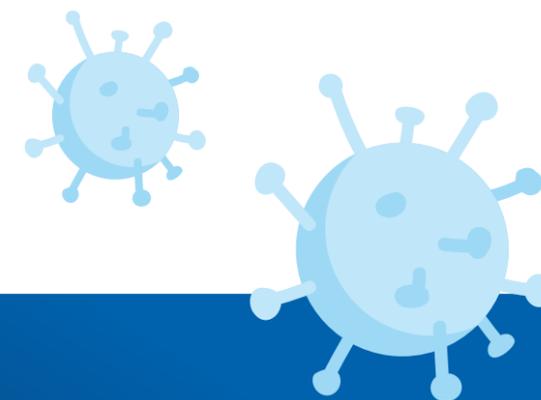
Der Einsatz von KI in der persönlichen Gesundheitsfürsorge, sei es beim Vereinbaren von Terminen, beim Erhalt einer Diagnose oder dem Informiert werden über den Genesungsverlauf, löst bei der Mehrheit der Europäer Unbehagen aus – bei Frauen mehr als bei Männern. Dennoch ist die KI ein interessanter Ansatz, da sie den Praxen potenziell helfen könnte, die Terminvergabe, Diagnosestellungen und Behandlungsempfehlungen effizienter zu gestalten, was für die Patienten von großem Nutzen sein könnte.

Die Liste der Bedenken in Bezug auf den Einsatz von KI in der Gesundheitsversorgung ist lang

64 Prozent der Europäer machen sich Sorgen über möglichen Missbrauch, vor allem in Usbekistan (81). 57 Prozent haben Vorbehalte hinsichtlich der Datensicherheit hauptsächlich in Irland und Kasachstan (jeweils 68). Der mögliche Verlust menschlicher Interaktion durch den Einzug der KI in den Gesundheitssektor beunruhigt 59 Prozent der Europäer, gerade in Irland (72) und im Vereinigten Königreich (69), ebenso wie die voraussichtlichen Auswirkungen auf die im Gesundheitswesen tätigen Personen. 56 Prozent der Europäer befürchten, dass die Technologie menschliche Akteure im Gesundheitssektor ersetzen könnte – auch hier sind die Menschen in Irland (71) und dem Vereinigten Königreich (66) am meisten besorgt. 42 Prozent sehen die informierte Zustimmung, Autonomie sowie die Möglichkeit, eine Behandlung abzulehnen, in Gefahr. Die Europäer sind auch besorgt über mögliche Probleme mit kulturellen Vorurteilen (34) und einen allgemeinen Kontrollverlust (53). Bemerkenswerterweise gibt es in Usbekistan sowohl die höchste Anzahl an Menschen, die sich sowohl Sorgen als auch keine Sorgen über die möglichen Auswirkungen der Einführung von KI auf die persönliche Gesundheitsversorgung machen. Auch wenn die KI sicherlich weiterhin in verschiedenen Bereichen der Ausübung von Gesundheitsberufen zum Einsatz kommen wird, sind sich die europäischen Bürger darüber im Klaren, dass sie eine

30%

der Europäer gehen davon aus, dass in den nächsten 10 Jahren die meisten Krebsarten nicht mehr tödlich verlaufen –



verglichen mit nur

20%,

die an die Entdeckung eines Heilmittels für Erkältung oder Grippe glauben.



Ergänzung und kein Ersatz für die persönliche Interaktion mit qualifizierten Fachkräften sein sollte. Und alle Schritte zur Nutzung dieser neuen Technologie müssen transparent gehandhabt werden, um Sicherheitsbedenken zu zerstreuen.

Von diesen digitalen Lösungen für die Gesundheitsfürsorge sind Europäer überzeugt

Elektronische Rezepte (59) werden am meisten in der Tschechischen Republik (78) geschätzt, wo sie seit 2018 verpflichtend sind sowie in Finnland (77), welches sie ebenfalls seit einiger Zeit einsetzt. Die digitalisierte Patientenakte würden 54 Prozent begrüßen, ebenso wie mehr virtuelle Konsultationen mit Ärzten oder Apothekern (48) – insbesondere in Bulgarien (59) und Portugal (58) – sowie Gesundheits-Apps auf Rezept (40) und elektronische Beipackzettel (38).

Die Europäer sehen die Zukunft der Medizin eher optimistisch, was ihren Glauben in die Schulmedizin weiter stärkt

Die einhelligste Meinung wird von 46 Prozent der Europäer geteilt: Innerhalb der nächsten zehn Jahre werden wir mehr Impfstoffe gegen häufige Krankheiten entwickelt haben. Portugal, Spanien, Finnland und Schweden (57) sind in dieser Hinsicht am optimistischsten. In Ungarn (53), Österreich (51) und Deutschland (50) glauben die Menschen, dass Roboter bei der Durchführung medizinischer Verfahren wie Operationen eine wichtige Rolle spielen werden (41 europäischer Durchschnitt). Mit allen Vor- und Nachteilen sehen 38 Prozent in der KI ein kommendes zentrales Werkzeug für die Diagnose der meisten Krankheiten – vor allem in Rumänien (46), wo die Vorbehalte gegen diese Technologie derzeit groß sind.

Andere Prognosen gehen davon aus, dass die meisten Krebsarten nicht mehr tödlich verlaufen werden (30), dass medizinische Experten und Ärzte aus der ganzen Welt für eine virtuelle Diagnose konsultiert werden (29), dass Ersatzorgane aus Zellen, die unserem eigenen Körper entnommen wurden, gezüchtet werden (26) und dass individuell zusammengestellte Nahrungsergänzungsmittel eingenommen werden, die auf die persönlichen Bedürfnisse zugeschnitten sind (24).

Erstaunlich: Die Europäer halten alle oben genannten Szenarien für plausibler als die Entdeckung eines Heilmittels gegen Erkältung oder Grippe durch die Wissenschaft – nur 1 von 5 Europäern hält dies für eine wahrscheinliche Realität.

Wie geht es Europa ...

körperlich?

54% 

der Europäer schätzen ihre körperliche Gesundheit als „gut“ oder „sehr gut“ ein. Es scheint eine Verbindung zwischen körperlicher und mentaler Gesundheit zu geben, da 70 Prozent derer, die sich guter mentaler Gesundheit erfreuen, auch körperlich in guter Verfassung sind. Diese Korrelation schrumpft jedoch unter jenen, die über schlechte mentale Gesundheit klagen, auf nur 17 Prozent.

Wie gut oder schlecht ist deine körperliche Gesundheit allgemein?



Alle Angaben in %
Exemplarische Auswahl von Länderergebnissen



mental?

65% 

der Europäer bewerten ihre mentale Gesundheit als „gut“ oder „sehr gut“. Männer (69 Prozent) schätzen ihre mentale Gesundheit deutlich besser ein als Frauen (61 Prozent)

Wie würdest du deine mentale Gesundheit allgemein bewerten?



mit seinen Gesundheitssystemen?

56% 

sind zufrieden mit dem Gesundheitssystem in ihrem Land – der niedrigste Wert der vergangenen fünf Jahre. Im Jahr 2020 lag er noch bei 74 Prozent und hat sich seitdem stetig verschlechtert.

Wie zufrieden bist du insgesamt mit dem Gesundheitssystem in deinem Land?



Mentale Gesundheit & Altern

Kapitel 2

2024

Wie ist es um die psychische Gesundheit in Europa bestellt?

Obwohl wir mehr denn je vernetzt sind, fühlt sich die Mehrheit der Europäer einsam. Und während die junge Generation insgesamt am glücklichsten ist, hat sie am meisten mit dieser Einsamkeits-epidemie zu kämpfen.

Vielleicht nicht die besten Voraussetzungen für das Älterwerden, über das die Europäer im Allgemeinen geteilter Meinung zu sein scheinen.

Mentale Gesundheit & Altern

Analyse

52%

der Europäer fühlen sich immer, oft oder gelegentlich einsam.



Willkommen in der Isolation

Login

Die verlorene Generation:

Der Preis, den die jüngere Generation dafür zahlt, immer online zu sein

Vernetzter denn je – aber dennoch allein? In unserer „Immer-Online-Kultur“ wird darüber debattiert, wie sich diese 24-Stunden-Beanspruchung auf unsere geistige und körperliche Gesundheit auswirkt. Auf der positiven Seite: Der STADA Health Report 2024 legt nahe, dass die psychische Gesundheit der Europäer im Vergleich zu den Daten früherer Jahre recht stabil ist.

Auf der negativen Seite zeichnet sich jedoch ein alarmierender Trend ab: Obwohl die jungen Europäer insgesamt glücklicher sind als andere Gruppen, haben sie deutlich mehr mit ihrer psychischen Gesundheit zu kämpfen. Die Gründe dafür sind vielfältig – und nur teilweise selbst verschuldet.

Zwei von drei Europäern (67) bezeichnen sich selbst als „ziemlich“ oder „sehr glücklich“. Etwa ein Viertel (26) befinden sich irgendwo in der Mitte und schwankt zwischen „weder glücklich noch unglücklich“, und 7 Prozent sind (sehr) unglücklich – oberflächlich betrachtet also nicht allzu besorgniserregend. Aber während man erwarten könnte, dass in den skandinavischen Ländern die glücklichsten Menschen in Europa leben, wie die kürzlich für den World Happiness Report 2024^[1] erhobenen Daten zeigen, zeichnet der STADA Health Report ein anderes Bild. Während die Menschen in Finnland (65), Dänemark (67) und Schweden (63) über ein durchschnittliches oder sogar leicht unterdurchschnittliches Maß an individuellem Glückseligkeit berichten, werden sie von Usbekistan (87), den Niederlanden (80), Irland (77), Frankreich (74), dem Vereinigten Königreich und der Schweiz (jeweils 73) übertrumpft. Ein gemeinsamer Trend zieht sich jedoch wie ein roter Faden durch die Ergebnisse des STADA Health Reports 2024: Generell nimmt das Glückseligkeit mit dem Alter ab. Bei den 18- bis 34-jährigen Europäern sind 72 Prozent „ziemlich“ oder „sehr glücklich“, bei den Best-Agern sind es 67 Prozent und bei den über 55-Jährigen 65 Prozent.

Aber ist das subjektive Glücksniveau eine Voraussetzung für eine gute psychische Gesundheit? Macht Glück uns gesund?

Europäer schätzen ihre psychische Gesundheit zunehmend schlechter ein

Während die Werte für eine gute psychische Gesundheit von 2022 bis 2023 um 10 Prozentpunkte auf 67 Prozent stiegen, schätzen heute 65 Prozent der Europäer ihr psychisches Wohlbefinden als „gut“ oder „sehr gut“ ein. Osteuropäische Länder scheinen ein zwiespältiges Verhältnis zur psychischen Gesundheit zu haben: Länder wie Rumänien (85) und Bulgarien (80) berichten eine gute psychische Gesundheit, während Nationen wie Ungarn (48) und die Tschechische Republik (53) berichten, eine vergleichsweise schlechtere psychische Gesundheit zu haben. Männer (69) bewerten ihre psychische Gesundheit deutlich positiver als Frauen (61). Betrachtet man die Unterschiede zwischen den Generationen, so liegen die Europäer über 55 Jahren mit 70 Prozent an der Spitze, gefolgt von den Best Agern (64) und den jungen Europäern (59). Offensichtlich gehört zu einer guten psychischen Gesundheit mehr als „nur“ Glück. >>



2 von 3

Europäern bezeichnen sich selbst als „ziemlich“ oder „sehr glücklich“.

[1] Helliwell, J. F., Layard, R., Sachs, J. D., De Neve, J.-E., Aknin, L. B., & Wang, S. (Eds.). (2024). World Happiness Report 2024. University of Oxford: Wellbeing Research Centre.

Mentale Gesundheit & Altern

Lösungsansätze

Was kann getan werden, um die Einsamkeit zu verringern?

Eine in Europa häufig diskutierte Lösung:

Lösung

46%

Fast 1 von 2 Europäern fordert eine bessere Work-Life-Balance.



Europa in einer Pandemie der Einsamkeit?

Im Jahr 2023 erklärte die WHO die Einsamkeit zu einem „globalen Problem für die öffentliche Gesundheit“, setzte ihre möglichen gesundheitlichen Auswirkungen mit denen des starken Rauchens gleich und betonte, dass „soziale Isolation weder Alter noch Grenzen kennt“. Tatsächlich sagt etwas mehr als die Hälfte – 52 Prozent – der Europäer, dass sie sich fast immer, oft oder gelegentlich einsam fühlen. Und obwohl man annehmen könnte, dass ältere Menschen besonders von Einsamkeitsgefühlen betroffen sind, ist das Gegenteil der Fall.

Von den Europäern über 55 Jahren geben 41 Prozent an, dass sie sich einsam fühlen, deutlich weniger als die fast 2 von 3 (63) in der Altersklasse zwischen 18 und 35 Jahren. Die Mehrheit der Menschen, die angeben, „viel“ (64) oder „ziemlich viel“ (53) Zeit mit sozialen Medien zu verbringen, ist deutlich häufiger von Einsamkeitsgefühlen betroffen als diejenigen, die ihre Bildschirmzeit begrenzen (43). Menschen, die viel Zeit am Bildschirm verbringen, neigen auch zu stärkeren Einsamkeitsgefühlen (44) als diejenigen, die weniger Zeit online verbringen (26) – und es ist wahrscheinlich keine Überraschung, dass Europäer unter 34 Jahren viel häufiger stundenlang auf ihr Gerät schauen (41) als Best Ager (22) und Menschen über 55 Jahren (13). Was die Selbstwahrnehmung angeht, haben die jungen Europäer noch einen weiten Weg vor sich: Nur 20 Prozent von ihnen führen ihre Einsamkeitsgefühle auf die lange Zeit zurück, die sie in sozialen Medien oder mit Computerspielen verbringen. Für sie ist die Arbeit (27) der dringlichste Grund für Einsamkeit, gefolgt von Telearbeit (15), Kinderbetreuungspflichten (15), dem Verlust geliebter Menschen (14) oder einem Umzug aus beruflichen Gründen (14).

Auf Länderebene fühlen sich die Menschen in Polen (61), Finnland und Schweden (je 59), der Slowakei (58) sowie Italien und Kasachstan (je 57) am einsamsten. In ganz Europa werden die Arbeit, nicht ausreichend Freizeit (23), der Verlust von Partnern, Familienmitgliedern oder Freunden (17) und schlechte Gesundheit oder Mobilitätsprobleme (14) am häufigsten als Ursachen für Einsamkeit genannt. Frauen (57) fühlen sich deutlich einsamer

als Männer (46) und geben doppelt so häufig Kinderbetreuungspflichten (16) als Grund für Einsamkeit an wie ihre männlichen Altersgenossen (8).

Die gute Nachricht: Im Großen und Ganzen bezeichnen 63 Prozent der Europäer ihre Einsamkeit, wie häufig sie auch sein mag, als „nicht schwerwiegend“. Insgesamt fühlen sich Menschen, die mit ihrem Aussehen zufrieden sind und über eine gute geistige und körperliche Gesundheit verfügen, seltener einsam.

Dennoch birgt Einsamkeit ernste mögliche Langzeitfolgen: Neben den offensichtlicheren Folgen wie Depressionen und Angstzuständen erhöht sie auch das Risiko für Schlaganfälle, Herzkrankheiten, Typ-2-Diabetes, Sucht und Demenz. Um der Einsamkeitsepidemie entgegenzuwirken, fordert fast jeder zweite Europäer (46) eine bessere Vereinbarkeit von Beruf und Privatleben, insbesondere in Serbien (59) und Portugal (58). Weitere 43 Prozent geben an, dass eine bessere wirtschaftliche Situation, die Einsamkeit lindern könne. Auch hier ist Serbien Spitzenreiter (63). Zu den weiteren Vorschlägen gehören eine bessere Verfügbarkeit und ein besserer Zugang zu Freizeitaktivitäten (35) und drei von zehn (30) sind der Meinung, dass sie es selbst in der Hand haben, weniger Zeit online zu verbringen. Darüber hinaus sind 28 Prozent der Meinung, dass es mehr spezifische Unterstützung für die ältere Bevölkerung geben sollte. 27 Prozent wünschen sich einen besseren Zugang zu Therapien. Besonders in Spanien (44), Polen (41) und Finnland (40) scheint ein besseres Therapieangebot dringend notwendig zu sein.

Unausgeglichene Work-Life-Balance und mangelnde Therapie führen zu Erschöpfung: 60 Prozent der Europäer geben an, dass sie bereits unter Burnout gelitten oder zumindest vorübergehend ein solches Gefühl erlebt haben. Im Jahr 2022, als sich der Health Report das letzte Mal mit diesem Thema befasste, galt dies für 59 Prozent der Europäer. Jetzt berichten die Menschen in Dänemark (73), Serbien (72), Irland (71) und Kasachstan (68) am häufigsten über Burnout-Gefühle. Es mag >>



überraschen, dass die Europäer, die sich am besten mit Burnout auskennen, diejenigen sind, die am kürzesten arbeiten und studieren: Menschen im Alter zwischen 18 und 34 Jahren (69). Darüber hinaus sind diejenigen, die viel Zeit in sozialen Medien verbringen (68 gegenüber 53, die wenig Zeit online verbringen), eher von Burnout betroffen, ebenso haben Frauen ein deutlich höheres Burnout-Risiko (65) als Männer (54).

Altern als großes Problem – vor allem für jüngere Menschen

Die jungen Europäer neigen nicht nur allgemein dazu, sich Sorgen über ihren Gemütszustand zu machen, sondern sie machen sich auch Gedanken darüber, was die Zukunft bringen könnte: 46 Prozent von ihnen generell besorgt über die Aussicht auf das Älterwerden und alles, was damit einhergeht. Auf europäischer Ebene geben 43 Prozent an, dass sie sich Sorgen wegen des Älterwerdens machen, während 44 Prozent sich keine Sorgen machen und weitere 13 Prozent sich unsicher sind. In Polen (53), dem Vereinigten Königreich (51) und Irland (50) sind die Ängste vor dem Älterwerden am größten – im Gegensatz zu den Niederlanden (31), der Schweiz (32) und Serbien (33).

Bei der Frage, warum sich die Menschen in einigen Ländern nicht um das Altern kümmern, scheint die Akzeptanz eine entscheidende Rolle zu spielen. 79 Prozent derjenigen, die sich wegen des Alterns keine Sorgen machen, bezeichnen es als einen „natürlichen Teil des Lebens“ – diese Gelassenheit legen insbesondere die Finnen an den Tag (87). Für 48 Prozent derjenigen, die sich keine Gedanken über das Altern machen, ist eine gewisse Gleichgültigkeit gegenüber unveränderlichen Dingen ein Trost, insbesondere in Ungarn und der Tschechischen Republik (59). Andere Gründe sind die Vorfreude auf den Ruhestand und die Zeit, die man für sich selbst hat oder mit seinen Lieben verbringen kann (16), was die Menschen in Österreich (33), Deutschland (27), Schweden (26) und der Schweiz (24) sehnlichst erwarten. Die Religion und der Glaube, dass es mehr als dieses irdische Leben gibt, ist für 16 Prozent der Europäer eine Quelle des Trostes, vor allem in Österreich, der Schweiz, Irland, Slowenien und Ungarn (je 20). Menschen, die glücklich sind (40 vs. 59 unglücklich), mit ihrem Aussehen zufrieden sind (37 vs. 54 unzufrieden) und eine gute psychische Gesundheit haben (38 vs. 58 schlechte psychische Gesundheit), machen sich weniger Sorgen wegen des Älterwerdens.

Europas größte Ängste vor dem Älterwerden

Alle Angaben in %



Am meisten Sorgen bereitet den Europäern der mögliche altersbedingte körperliche Verfall (68), der vor allem die Menschen in Finnland (79) und Ungarn (77) beunruhigt. Die zweitwichtigste Sorge sind Krankheiten wie Parkinson, Alzheimer und Demenz, die erst spät auftreten – 6 von 10 Europäern finden sie beunruhigend, vor allem die Portugiesen (75), direkt gefolgt von der Vorstellung, anderen zur Last zu fallen (59), ebenfalls eine große Sorge der Portugiesen (74) und Spanier (73). Etwas mehr als jeder Zweite (55) hat Angst vor chronischen Krankheiten wie Krebs und Herzproblemen, vor allem in Portugal (68), der Tschechischen Republik (65) sowie in Serbien und Schweden (je 63). Interessanterweise beunruhigt eine Verschlechterung des körperlichen Aussehens die Europäer – wenn auch nur geringfügig – mehr oder fast genauso stark (43) wie der Verlust von Freunden und Familie (42). Nur 1 von 3 Europäern macht sich Sorgen, im Alter aufgrund von Isolation einsam zu werden.

Gentests – ein sinnvoller Blick in die Zukunft?

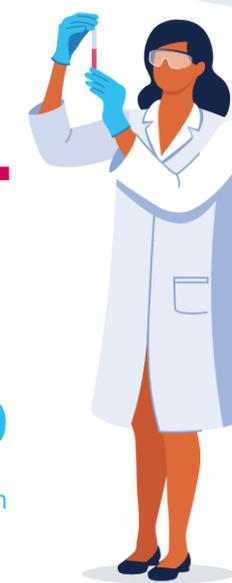
Einige dieser Befürchtungen mögen zwar berechtigt sein, doch gibt es heute Methoden, die helfen können, dass einige der oben genannten Szenarien nicht eintreten werden. Gentests beispielsweise können helfen, individuelle Veranlagungen für bestimmte Krankheiten zu erkennen und – dank rechtzeitiger Intervention – diese zu verhindern oder zu behandeln, bevor sie sich manifestieren.

Generell würden 77 Prozent der Europäer einem solchen Test zustimmen, wenn ihr Hausarzt ihn empfiehlt – ein Rückgang um 4 Prozentpunkte im Vergleich zu 2023. Von denjenigen, die sich einem Gentest unterziehen würden, fühlen sich 16 Prozent unwohl bei dem Gedanken, ihre genetischen Informationen untersuchen zu lassen.

Die Portugiesen, die sich viele Gedanken darüber machen, was im Alter passieren könnte, stehen Gentests am offensten gegenüber: 9 von 10 geben an, dass sie einem solchen Test zustimmen würden. Auch in Polen (84), Serbien und Irland (82) haben die Menschen wenig Bedenken gegenüber solchen neuzeitlichen Techniken. Etwa 1 von 10 Europäern steht Gentests skeptisch gegenüber und würde es vorziehen, nichts von möglichen zukünftigen Gesundheitsproblemen zu wissen (13), wobei die größte Skepsis aus der Schweiz (22) und den Niederlanden (21) kommt.

77%

der Europäer würden einem Gentest zustimmen, wenn ihr Hausarzt ihn empfiehlt.



Self-Care & Aussehen

Kapitel 3

2024

Welche Herausforderungen prägen die Einstellung der Europäer zur Gesundheit?

Trotz Berichten über eine gute körperliche Gesundheit haben die Europäer, insbesondere die Frauen, mit Problemen der Selbstwahrnehmung zu kämpfen. Dennoch gibt es einen Trend hin zu einer selbstbestimmten Verbesserung der Gesundheit, einschließlich körperlicher Aktivitäten, gesunder Ernährung und psychischer Gesundheitsprävention, was möglicherweise durch die wachsende Unzufriedenheit mit den Gesundheitssystemen angestoßen wird.

Ein Drahtseilakt:

Europa gefangen zwischen Gesundheitsaktivismus und Unsicherheit

Angesichts wachsender Spannungen nehmen die Europäer die Sorge um ihre Gesundheit selbst in die Hand. Doch der Weg zum Wohlbefinden ist holprig: Ein hohes Maß an selbstberichteter körperlicher Gesundheit geht einher mit einer hohen Zahl von Europäern, die sich als übergewichtig bezeichnen. Erhebliche Teile der Bevölkerung investieren oder interessieren sich für Produkte und Verfahren zur Verbesserung des Aussehens, was die komplexe Beziehung zwischen Körperbild und Selbstvertrauen unterstreicht. Körperliches und geistiges Wohlbefinden sind eng mit Glück verbunden und müssen sorgsam betrachtet werden – Frauen sind besonders gefährdet, dabei auf der Strecke zu bleiben.



Etwas mehr als die Hälfte der Europäer (54) gibt an, körperlich gesund zu sein. Die Menschen in Usbekistan (71), Österreich (68), Rumänien (67) und der Schweiz (66) fühlen sich in einem besonders guten Zustand. Etwas mehr als ein Drittel der Europäer (35) bezeichnet ihre körperliche Gesundheit als „mittelmäßig“ und 11 Prozent als „schlecht“ – allen voran die Menschen in Schweden und Ungarn (je 22) sowie in der Tschechischen Republik (18). Es scheint einen klaren Zusammenhang zwischen der wahrgenommenen körperlichen und geistigen Gesundheit und dem allgemeinen Glücksgefühl zu geben: Diejenigen, die von einer schlechten geistigen Gesundheit und einem unterdurchschnittlichen Glücksgefühl berichten, bewerten ihre körperliche Gesundheit deutlich schlechter als diejenigen mit einer guten geistigen Gesundheit (70 gegenüber 17) und einem höheren Glücksgefühl (68 gegenüber 17).

Mehrheit der Europäer hat einen „ungesunden“ BMI

Der Body-Mass-Index (BMI), der einen numerischen Wert berechnet, indem er das Körpergewicht einer Person zu ihrer Körpergröße in Beziehung setzt, ist zwar umstritten, wird aber nach wie vor als gängiges Instrument zur Bewertung des Körperfettanteils verwendet. Im Vergleich zu der knappen Mehrheit der Europäer, die sich selbst als körperlich gesund einschätzen, bezeichnen nur 40 Prozent ihren BMI als „gesund“. Menschen in Usbekistan (52), Italien (48) und Frankreich (46) fallen besonders häufig in diesen Bereich. Frauen (45) geben häufiger einen gesunden BMI an als Männer (34). Etwas mehr als ein Drittel (35) der Europäer würde nach ihrem BMI als übergewichtig gelten, und weitere 17 Prozent fallen in die Kategorie „fettleibig“ mit einem BMI von 31 und mehr.

1 von 5 Europäern ist mit seinem Aussehen unzufrieden

Berücksichtigt man die körperliche Gesundheit und den BMI, so ist etwa ein Drittel der Europäer (29) weder zufrieden noch unzufrieden mit ihrem Aussehen, während ungefähr die Hälfte der Europäer (49) zufrieden mit ihrer körperlichen Erscheinung ist. Die Menschen in Usbekistan (78) und in den Niederlanden (67) sind am selbstbewusstesten, was ihr Aussehen angeht. Die Mehrheit derjenigen, die sich mit ihrem Aussehen wohl fühlen, sagen, dass sie sich einfach so akzeptieren, wie sie sind (63). Andere sind entweder der Meinung, dass sie mit gutem Aussehen gesegnet sind (23), oder sind stolz auf ihren Körperbau (23). 16 Prozent geben an, dass externe Bestätigung in Form von Komplimenten ihnen hilft, sich gut zu fühlen, und 15 Prozent sagen, dass sie hart für ihren Körper gearbeitet haben. Mehr als 1 von 4 Europäern (28) gibt außerdem an, dass die Zufriedenheit mit dem eigenen Aussehen mit dem Alter zugenommen hat.

Übergewicht und Selbstvergleiche machen unglücklich

Etwa 1 von 5 Europäern (21) gibt an, mit seinem Körper unzufrieden zu sein. In Rumänien (35), Kasachstan und Irland (jeweils 31) sind die Menschen am wenigsten mit ihrem Aussehen zufrieden. Auch Frauen (46) sind im Vergleich zu Männern (53) seltener zufrieden mit ihrem Aussehen. Die

häufigsten Gründe, warum Menschen mit dem Selbstvertrauen in ihr Aussehen kämpfen, sind Übergewicht (49) und die Tatsache, dass sie andere Menschen einfach attraktiver finden als sich selbst (23). Es scheint ein generelles Ungleichgewicht zwischen Männern und Frauen in Bezug auf Selbstwahrnehmung und Zufriedenheit zu geben: Obwohl sie im Durchschnitt einen gesünderen BMI als Männer haben, geben Frauen (55) deutlich häufiger als Männer (40) an, dass sie sich selbst als übergewichtig empfinden und deshalb mit ihrem Körper unzufrieden sind. Frauen im Alter von 18 bis 34 Jahren sind besonders hart zu sich selbst: 51 Prozent von ihnen glauben, dass sie übergewichtig sind, und 38 Prozent vergleichen sich regelmäßig mit anderen, z. B. in den sozialen Medien. Im Vergleich dazu machen sich nur 28 Prozent der Männer in dieser Altersgruppe Sorgen um ihr Gewicht, und 21 Prozent fühlen sich durch die Art und Weise, wie andere sich online präsentieren, unter Druck gesetzt.

NEM ist für viele Europäer die wichtigste Investition zur Unterstützung des Erscheinungsbildes

Angesichts der Tatsache, dass fast die Hälfte der europäischen Bevölkerung mit ihrem Aussehen unzufrieden ist und erhebliche Unsicherheiten in Bezug auf ihr Körperbild verspürt, stellt sich die Frage, was den Europäern ihr Aussehen im wahrsten Sinne des Wortes wert ist. Die wichtigste Investition in das Aussehen sind derzeit Vitamine und Mineralstoffe (NEM), für die 37 Prozent bzw. 18 Prozent der Europäer etwas oder eine beträchtliche Summe ausgeben. Allgemeine Gesundheitsprodukte sind die am zweithäufigsten genannten Ausgaben: 54 Prozent kaufen sie, um ihr Aussehen zu verbessern. Kosmetische Produkte wie Make-up, Feuchtigkeitscremes und dergleichen werden von 52 Prozent der Europäer insgesamt gekauft, darunter 71 Prozent der Frauen. Mitgliedschaften in Fitnessstudios oder Sportvereinen und die dazugehörige Ausrüstung werden von europäischen Männern (29) und Frauen (26) fast gleich häufig genannt.

Geschlechtsspezifische Unterschiede in der Offenheit gegenüber Körpermodifikationen

Während nur 2 Prozent der Europäer derzeit Geld für plastische Chirurgie ausgeben, hat ein erheblicher Anteil von ihnen zumindest mit dem Gedanken gespielt, größere und invasivere Maßnahmen zur Verbesserung ihres Aussehens zu ergreifen.

1 von 5
Europäern ist mit seinem Körper unzufrieden.



Vergleicht man die 8 Prozent der Europäer, die sich einer ästhetischen Zahnbehandlung unterzogen haben – dem begehrtesten kosmetischen Eingriff auf dem gesamten Kontinent – mit den 58 Prozent, die eine solche Behandlung in Erwägung ziehen würden, wenn sie kostenlos wäre, so wird deutlich, dass die Kosten ein starker Hemmfaktor sind. 38 Prozent der Europäer würden auch eine Laser-Haarentfernung in Betracht ziehen, ein Interesse, das besonders in Slowenien (48) besteht. Knapp jeder vierte Europäer (23) kann sich vorstellen, sich einer Gewichtsreduktion oder allgemeiner plastischer Chirurgie zu unterziehen, wobei die Österreicher (37) für letztere am offensten sind.

Während mehr Männer eine Haartransplantation in Erwägung ziehen würden (23 gegenüber 16), liegen die Frauen bei allen anderen Arten der Körperveränderung vorn: 61 Prozent der Frauen würden sich einer ästhetischen Zahnbehandlung unterziehen (55 Männer), 52 Prozent würden eine Laser-Haarentfernung in Betracht ziehen (24 Männer), 30 Prozent sind offen für plastische Chirurgie (15 Männer). Außerdem würden 29 Prozent der Frauen eine Operation zur Gewichtsreduzierung in Betracht ziehen (17 Männer), und 28 Prozent könnten sich vorstellen, Botox oder Filler zu verwenden (10 Männer).

Es scheint, dass trotz aller Bemühungen, unrealistische Schönheitsideale zu überwinden, der Druck auf Frauen, sich an bestimmte Schönheits- und Aussehensideale zu halten, ob selbst auferlegt oder von außen, nach wie vor groß ist.

Selbstverwirklichung übertrumpft sozialen Druck

Die Motivation für Körpermodifikationen wird jedoch hauptsächlich durch individuelle Interessen bestimmt und nicht durch den Wunsch, anderen zu gefallen: 45 Prozent der Europäer geben an, dass sie sich einem Eingriff unterziehen würden, um sich in ihrem Körper wohler zu fühlen, und 41 Prozent sind überzeugt, dass solche Eingriffe ihr Selbstvertrauen stärken könnten. Weitere 28 Prozent würden sich behandeln lassen, um die Auswirkungen des Alterns rückgängig zu machen, während 25 Prozent davon überzeugt sind, dass sie sich dadurch mehr „als sich selbst“ fühlen würden. Nur 10 Prozent würden sich einer Körperveränderung unterziehen, um gesellschaftlich mehr akzeptierter zu werden, und 8 Prozent, um ihren Partner glücklich zu machen.

Die allgemeine Einstellung zum Thema körperliches Aussehen, Selbstvertrauen und sozialer

Self-Care & Aussehen
Lösungsansätze

Was kann getan werden, um den Europäern zu einem gesünderen Leben zu verhelfen?

Die Europäer ergreifen bereits Maßnahmen zur Verbesserung ihres Wohlbefindens. Zu den drei wichtigsten Wünschen für weitere Unterstützung gehören Ratschläge dazu, wie sie ihren Zucker- und Fettkonsum reduzieren können, monatlich ein schul- oder arbeitsfreier Tag für Self-Care, und Rabatte von ihrer Krankenversicherung.

Einfluss ist widersprüchlich. 77 Prozent der Europäer stimmen zu, dass die Gesellschaft und die Medien zu viel Wert auf das Aussehen legen, und 71 Prozent glauben, dass die Gesellschaft noch einen weiten Weg vor sich hat, wenn es darum geht, verschiedene Arten von Schönheit zu akzeptieren. 59 Prozent stimmen auch zu, dass der Status einer Person durch ihr Aussehen bestimmt wird, und 56 Prozent fordern strengere Vorschriften und mehr Transparenz bei den Filtern, die in den sozialen Medien verwendet werden. 54 Prozent sind sogar der Meinung, dass plastische Chirurgie nur in extremen Fällen und nicht zur Erreichung eines bestimmten Schönheitsideals eingesetzt werden sollte. Obwohl die Europäer den gesellschaftlichen Schönheitszwang durchschauen, sind 36 Prozent sicher, dass sich ihre psychische Gesundheit deutlich verbessern würde, wenn sie mit ihrem Aussehen zufriedener wären.

Lösung 1

81%
regelmäßige körperliche Bewegung



Lösung 2

49%
ausgewogene Ernährung

Lösung 3

31%
soziale Beziehungen

Europäer nehmen ihre Gesundheit selbst in die Hand

Angesichts der Unzufriedenheit mit den Gesundheitssystemen, der psychischen Probleme und des geringen Körperbewusstseins fühlen sich die Europäer dennoch motiviert, ihre Gesundheit selbst in die Hand zu nehmen. 89 Prozent der Europäer gehen derzeit Aktivitäten nach, die ihr allgemeines Wohlbefinden fördern. Körperliche Bewegung ist die beliebteste Angewohnheit: 1 von 2 Europäern bewegt sich regelmäßig. Die aktivsten Europäer finden sich in Finnland (66), Spanien (62) und Italien (60). Es liegt zwar auf der Hand, dass die Mehrheit derjenigen, die Sport treiben, dies tut, um sich körperlich besser zu fühlen (87), aber auch die Verbesserung der geistigen Gesundheit ist für 60 Prozent ein starker Motivationsfaktor – und zwar für Frauen (63) mehr als für Männer (57).

Der STADA Health Report 2023 hat bereits einen Mangel an Gesundheitsvorsorge in Europa aufgezeigt. Das gilt auch noch heute, denn nur 33 Prozent der Europäer betrachten solche Vorsorgetermine als Teil ihrer persönlichen Gesundheitsroutine. Am ehesten nehmen die Menschen in der Tschechischen Republik (56), Deutschland und der Slowakei (je 48) die Vorsorgeuntersuchungen wahr.

Gesunde Ernährung wird wegen der körperlichen und geistigen Vorteile geschätzt

Die zweitbeliebteste Gewohnheit ist eine gesunde Ernährung, die 49 Prozent der Europäer angeben. Neben Italien (67) sind die Niederlande und Spanien (je 68) nach eigenen Angaben die Vorreiter in Sachen ausgewogener Ernährung. Und die Vorteile sind unschwer zu erkennen: 83 Prozent geben an, dass sie sich gesund ernähren, um sich körperlich besser zu fühlen. 50 Prozent sagen, dass gutes Essen sogar gut für ihre geistige Gesundheit ist. Vitamine und Nahrungsergänzungsmittel werden von 32 Prozent der Europäer eingenommen, am beliebtesten in der Tschechischen Republik (51), der Slowakei (50) und Polen (44).

Soziale Beziehungen stärken die psychische Widerstandsfähigkeit

Regelmäßig mit Freunden verbrachte Zeit ist für jeden dritten Europäer (31) ein wichtiger Stimmungsaufheller. 79 Prozent von ihnen geben an, dass gemeinsame Aktivitäten ihr psychisches Wohlbefinden deutlich verbessern. Insgesamt nehmen Frauen häufiger an Aktivitäten teil, die ausdrücklich auf das psychische Wohlbefinden abzielen (42) als Männer (36), suchen häufiger nach stressreduzierenden Aktivitäten wie Meditation (21 gegenüber 15) und legen mehr Wert auf Zeit mit Familie und Freunden (34 gegenüber 28 Männern).

Forderung nach gezielten Maßnahmen zur Förderung gesunder Entscheidungen

Es ist zwar lobenswert, dass die Europäer Zeit, Geld und Mühe investieren, um sich um sich selbst zu kümmern, aber zusätzliche Unterstützung von außen könnte das Puzzle auf dem Weg zu einer besseren Gesundheit in der Zukunft vervollständigen. Um ihr Wohlbefinden weiter zu verbessern, nannten 65 Prozent der Europäer unter den drei wichtigsten Vorschlägen für externe Maßnahmen: „Ratschläge zur Verbesserung der Ernährung, um die Aufnahme von Zucker, Fett usw. zu reduzieren“, was bedeutet, dass es den Verbrauchern leichter fallen sollte, von Anfang an gesunde Entscheidungen zu treffen. 61 Prozent der Befragten würden es sehr begrüßen, wenn sie jeden Monat einen Tag von der Arbeit oder der Schule freigestellt würden, um sich selbst zu pflegen.

Etwas mehr als die Hälfte der Europäer (51) würde gerne Rabatte auf ihre Krankenversicherung erhalten, und ebenso viele würden dies auch für andere Aktivitäten, die zum Wohlbefinden beitragen, wie die Mitgliedschaft im Fitnessstudio begrüßen. Bonusprogramme oder Anreize von Krankenversicherungen, die es teilweise bereits gibt, gehören für 43 Prozent zu den drei wichtigsten Maßnahmen.

Autor

STADA Arzneimittel AG
Stadastraße 2-18
61118 Bad Vilbel
Telefon: +49 (0) 61 01/6 03-0
E-mail: info@stada.de
Internetseite: www.stada.com

Herausgeber

STADA Arzneimittel AG

Verantwortlich im Sinne des Presserechts
Frank Staud

Projektleitung und Redaktion

STADA Arzneimittel AG, Bad Vilbel
Marktforschung: Human8
Layout/Gestaltung: komm.passion GmbH
Druck: Pinsker Druck und Medien GmbH

Bildquellen

© Guido Mieth – gettyimages.de; © N Felix/peopleimages.com – stock.adobe.com;
© Jacob Lund – stock.adobe.com; © Liubov Levytska – stock.adobe.com;
© Hector – stock.adobe.com; © Rawpixel.com – stock.adobe.com;
© Comeback Images – stock.adobe.com; © ViDi Studio – stock.adobe.com;
© Joshua Resnick – stock.adobe.com; © Brastock Images – stock.adobe.com;
© Andrei Minsk – shutterstock.com; © Rvector – shutterstock.com;
© Nadya_Art – shutterstock.com; © Buravleva stock – shutterstock.com;
© Irina Strelnikova – shutterstock.com; © The img – shutterstock.com;
© bsd studio – shutterstock.com; © Auroracreative Std – shutterstock.com;
© Lemono – shutterstock.com

Copyright

© 2024 by STADA Arzneimittel AG
Aktuelle Informationen zum STADA-Konzern finden Sie im Internet unter www.stada.com.

Rechtliche Hinweise

Die Verbreitung – auch auszugsweise – ist nur unter Angabe der Quelle und des Copyrights gestattet.

Diese Publikation ist urheberrechtlich geschützt. Jede Vervielfältigung ist ausdrücklich untersagt, es sei denn, es liegt eine schriftliche Genehmigung der STADA Arzneimittel AG vor. Ausgenommen hiervon ist die Vervielfältigung für den ausschließlich privaten Gebrauch.

Belegexemplare können angefordert werden bei:

STADA Arzneimittel AG
Medienarbeit
Telefon: +49 (0) 61 01/6 03-597
E-mail: press@stada.de

STADA Arzneimittel AG
Stadastraße 2-18, 61118 Bad Vilbel

