

---

Presseinformation – Düsseldorf, 10. August 2010

---

## **Nur 14 Prozent der Deutschen leben rundum gesund Nationale Gesundheitsstrategie gefordert**

---

**Die DKV Deutsche Krankenversicherung und das Zentrum für Gesundheit der Deutschen Sporthochschule Köln haben heute in Berlin den DKV-Report „Wie gesund lebt Deutschland?“ vorgestellt. Darin wird das Gesundheitsverhalten der Deutschen in einer bisher nicht erreichten Tiefe untersucht. Die GfK Nürnberg fragte dafür bundesweit rund 2.500 Menschen nach ihren Alltagsgewohnheiten.**

Untersucht wurden die wichtigsten Aspekte für einen gesunden Lebensstil: die körperliche Aktivität der Menschen, die Qualität ihrer Ernährung, ihr Nikotin- und Alkoholkonsum und ihr Stressempfinden. Bei der Auswertung wurden jeweils gängige Benchmarks für die einzelnen Lebensstilbereiche verwendet, so etwa die Empfehlungen der WHO für ein Mindestmaß an körperlicher Aktivität und die Ernährungsempfehlungen der Deutschen Gesellschaft für Ernährung. Schwerpunkt der Erhebung war der Bereich Bewegung.

Nur 14 Prozent der Befragten erreichten die gesetzten Benchmarks in allen Bereichen – nur 14 Prozent der erwachsenen Deutschen leben also rundum gesund. Das heißt auch, dass die überwiegende Mehrheit der deutschen Bevölkerung nicht oder nur teilweise gesund lebt. Konkret: Über 40 Prozent erreichen nicht einmal die Mindestempfehlung an Bewegung, über 50 Prozent ernähren sich nicht ausgewogen, über 25 Prozent rauchen, über 18 Prozent trinken in ungesundem Maße Alkohol und über 50 Prozent empfinden ungesunden Stress. Eine Fülle vor allem chronischer Krankheiten haben ihre

Kontakt:

Sybille Schneider  
Tel. 0211/477-5187  
Fax 0211/477-3113  
sybille.schneider@ergo.de  
www.ergo.com

ERGO Versicherungsgruppe AG  
Pressestelle  
Victoriaplatz 2  
40198 Düsseldorf

Ursache zu großen Teilen in zu wenig Bewegung, ungesunder Ernährung und Übergewicht, das gilt besonders für Diabetes mellitus Typ II, Herz-Kreislauf-Krankheiten und Skelettbeschwerden.

### **Nationale Gesundheitsstrategie gefordert**

Günter Dibbern, Vorstandsvorsitzender der DKV, sieht sein Unternehmen mit in der Verantwortung. „Die Gesundheitsprogramme, die die DKV ihren Versicherten anbietet, helfen tausenden Menschen, gesünder zu leben. Gesellschaftlich gesehen sind sie aber nur ein Tropfen auf den heißen Stein. Gesundheitsförderung muss überall mitgedacht werden – in allen gesellschaftlichen Bereichen.“ Ähnlich äußert sich der wissenschaftliche Leiter der Studie, Prof. Ingo Froböse vom Zentrum für Gesundheit der Sporthochschule Köln. „Es geht nicht um Verbote, sondern um Anreize für mehr Bewegung und ein gesünderes Leben. Angefangen bei der Stadt- und Raumplanung über die Sozial- und Verkehrspolitik bis hin zu Schulen und Kindergärten – wir müssen unsere Welt so gestalten, dass wir in ihr gesund leben können und wollen.“

Dibbern und Froböse forderten eine nationale Gesundheitsstrategie für Deutschland. Dabei müssten alle Politikfelder vernetzt werden. Aus den vielen guten Projekten müssten endlich flächendeckende Maßnahmen entstehen. „Die Gesundheitsförderung ist ein Zukunftsthema und gehört ganz oben auf die politische Agenda“, erklärte Günter Dibbern. Er regte einen nationalen Gesundheitsrat an, der die Handelnden vernetzen und der Politik kraftvolle Impulse geben könne.

### **Sorgenkinder sind die jungen Erwachsenen**

Auffällig ist die große Zunahme des Gesundheitsbewusstseins mit dem Alter, was besonders bei der Ernährung und beim Rauch- und Stressverhalten zu Buche schlägt. Unter den über 65-Jährigen lebt jeder Fünfte rundum gesund. Die Kehrseite der Medaille ist ein relativ ungesundes Verhalten bei den jungen Erwachsenen, die besonders bei der Ernährung und beim Konsum von Nikotin und Alkohol schlecht abschneiden. Bei den unter 30-Jährigen leben dementsprechend nur sieben Prozent rundum gesund. „Wir müssen bei der Gesundheitsförderung stärker auf die Jugendlichen und jungen Erwachsenen blicken“, erklärte Froböse. „Ich halte es daher für unzumutbar, dass der Sportunterricht an den Schulen, gerade an den Berufsschulen, so vernachlässigt wird.“

## Mecklenburger leben am gesündesten

Die meisten wirklich rundum gesund lebenden Menschen wohnen in Mecklenburg-Vorpommern. Hier erreicht fast jeder fünfte die Benchmarks in allen fünf Gesundheitsbereichen. Mecklenburg-Vorpommern wird dicht gefolgt von Niedersachsen mit Bremen. Dann folgen die Freistaaten Sachsen und Bayern. Am unteren Ende der Skala finden sich Rheinland-Pfalz mit dem Saarland, Brandenburg und Sachsen-Anhalt. In diesen Ländern erreicht nicht einmal jeder Zehnte alle Benchmarks. Damit hat sich der übliche Vorsprung der südlichen Bundesländer Baden-Württemberg und Bayern nicht bestätigt. Diese Länder rangieren eher im Mittelfeld. Beim Anteil der rundum gesund lebenden Menschen liegt Bayern an Platz 4 und Baden-Württemberg an Platz 11. Dagegen finden sich die Sieger des Ländervergleichs in allen Bereichen in den nördlichen und östlichen Bundesländern.

Ausführlichere Ergebnisse und Themenfotos finden Sie unter [www.dkv.com/presseinfo](http://www.dkv.com/presseinfo)

---

ERGO Pressestelle, Sybille Schneider  
Tel. 0211/477-5187

---

### Über die DKV

Die DKV ist europäischer Marktführer in der privaten Krankenversicherung und seit über 80 Jahren mit bedarfsgerechten und innovativen Produkten Vorreiter der Branche. Das Unternehmen Gesundheit!<sup>®</sup> bietet Kranken- und Pflegeversicherungsschutz, Gesundheits-service und medizinische Versorgung aus einer Hand. Über vier Millionen Kunden in Deutschland vertrauen der DKV, die 2009 Beitragseinnahmen in Höhe von 3,8 Mrd. Euro erzielte. International ist die Marke DKV in Belgien, Großbritannien, Italien, Luxemburg, Spanien und Schweden vertreten.

Die DKV ist der Spezialist für Krankenversicherung der ERGO Versicherungsgruppe und gehört damit zu Munich Re, einem der weltweit führenden Rückversicherer und Risikoträger.

Mehr unter [www.dkv.com](http://www.dkv.com)

---

### Disclaimer

Diese Pressemitteilung enthält in die Zukunft gerichtete Aussagen, die auf derzeitigen Annahmen und Prognosen der Unternehmensleitung der DKV beruhen. Bekannte und unbekannt Risiken, Ungewissheiten und andere Faktoren können dazu führen, dass die tatsächliche Entwicklung, insbesondere die Ergebnisse, die Finanzlage und die Geschäfte unserer Gesellschaft wesentlich von den hier gemachten zukunftsgerichteten Aussagen abweichen. Die Gesellschaft übernimmt keine Verpflichtung, diese zukunftsgerichteten Aussagen zu aktualisieren oder sie an zukünftige Ereignisse oder Entwicklungen anzupassen.

---