



# Pressemitteilung

Köln, 3. April 2019

## AXA Präventionsreport 2019: Hälfte der Deutschen fühlt sich nur mittelmäßig gesund

- Fast zwei Drittel fehlt die Motivation, mehr für die eigene Gesundheit zu tun
- Wer Kinder hat, ist häufig nicht aktiv genug
- Frauen zeigen mehr Durchhaltevermögen
- Intensivere Begleitung durch Krankenversicherungen gefordert
- Staat soll Prävention durch steuerliche Förderung unterstützen

Sich fit zu halten, gesund zu ernähren und im stressigen Alltag zwischen Job und Privatleben ausreichend zu entspannen – das sind Ziele, die sich viele Deutsche vor allem zu Beginn des Jahres vornehmen. All diese guten Vorsätze wirken sich auch positiv auf die gesundheitliche Prävention aus. Aber natürlich nur, wenn man auch über eine längere Zeit durchhält. Wie schätzen die Deutschen ihren Gesundheitszustand im Allgemeinen ein? Was tun sie, um gesund zu bleiben oder gesünder zu werden? Und vor allem: Wie steht es um das Durchhaltevermögen, wenn es um Gesundheitsprävention geht? Der aktuelle AXA Präventionsreport 2019, eine groß angelegte Umfrage von AXA in Zusammenarbeit mit dem Institut forsa, spiegelt die Einschätzungen und Erwartungen der Bundesbürger.

Nur wenige Jahre ist es her, dass die Deutschen in Umfragen ein überwiegend positives Bild von ihrer eigenen Gesundheit zeichneten.<sup>1</sup> Im aktuellen AXA Präventionsreport hingegen bezeichnet fast die Hälfte aller Befragten, nämlich 48 Prozent, ihren aktuellen Gesundheitszustand als eher mittelmäßig oder schlechter.<sup>2</sup> Vor allem Befragte aus Bremen und Berlin schätzen ihren Gesundheitszustand als mittelmäßig ein. Gleichzeitig zeigt sich aber auch Einsicht und der Wunsch nach Verbesserung:

Immerhin 53 Prozent derjenigen, die ihren Gesundheitszustand als eher mittelmäßig einschätzen, sind der Meinung, dass sie mehr für ihre Gesundheit tun müssten. Doch selbst die Befragten, die den Gesundheitszustand mit „gut“ bewerten, wollen mehr tun: 42 Prozent sind der Meinung, dass sie mehr für ihre Gesundheit tun müssten.

<sup>1</sup> Robert Koch-Institut (Hrsg.) Daten und Fakten: Ergebnisse der Studie Gesundheit in Deutschland aktuell 2012. Beiträge zur Gesundheitsberichterstattung des Bundes. RKI, Berlin, 2014.

<sup>2</sup> AXA Präventionsreport 2019, Stichprobe: 3.021 Bundesbürger ab 18 Jahren, Erhebungszeitraum 14.01.2019 bis 28.01.2019, Institut: forsa Politik- und Sozialforschung GmbH.

## Guter Vorsatz ja! Durchhaltevermögen nein?

Hätte, könnte, würde, sollte – dass Gesundheitsprävention wichtig ist und sich positiv auf die Lebensqualität auswirkt ist unumstritten, und eigentlich kann man immer mehr für sich und seine Gesundheit tun. Dieser Meinung sind 58 Prozent der Befragten: Sie geben zu, mehr für ihre Gesundheit tun zu müssen. Dies zeigt sich erstaunlicherweise besonders in der verhältnismäßig jungen Gruppe der 30- bis 44-Jährigen: 68 Prozent sind der Meinung, mehr für Ihre Gesundheit tun zu müssen. Gleicher Meinung sind viele der Eltern: 69 Prozent der Personen mit Kindern im Haushalt meinen, sie würden zu wenig für ihre Gesundheit tun, bei Personen ohne Kinder im Haushalt sind es nur noch 55 Prozent.

Immerhin zwei Drittel der Befragten haben laut eigenen Angaben den guten Vorsatz auch in die Tat umgesetzt – dann aber nur kurz durchgehalten. Ein ernüchterndes Ergebnis vor dem Hintergrund, dass Gesundheitsprävention nur auf langfristige Sicht wirksam ist. Doch woran hapert es? Die Mehrheit der Deutschen (63 Prozent) verliert leider zu schnell die Motivation. Dies betrifft insbesondere unter 30-Jährige (76 Prozent) und ausgerechnet diejenigen, die meinen mehr für ihre Gesundheit tun zu müssen (79 Prozent). Die Ergebnisse zeigen, dass Männer häufiger die Motivation verlieren (69 Prozent) als Frauen (59 Prozent).

## Macht uns Technik gesünder?

Nur wenige Befragte nutzen aktuell oder haben schon einmal technische Angebote, z. B. Apps für das Smartphone, genutzt, um ihr Gesundheitsverhalten zu beobachten. Am häufigsten werden aktuell Fitness- bzw. Sport-Apps sowie ein Fitness-Armband bzw. Fitness-Tracker (jeweils 17 Prozent) genutzt. Eine Schlaf-App bzw. einen Schlaf-Tracker nutzen derzeit 9 Prozent, Ernährungs-Apps 7 Prozent.

Nur wenige Befragte nutzen aktuell Apps mit Entspannungsmethoden, wie beispielsweise Meditation oder Achtsamkeitsübungen (4 Prozent) bzw. Apps zur Suchtmittelprävention, z. B. zur Rauchentwöhnung oder Alkoholkonsum (1 Prozent).

## Bundesbürger möchten unterstützt werden und begrüßen steuerliche Förderung

Der AXA Präventionsreport zeigt, dass sich die Deutschen zwar einerseits der Relevanz von Gesundheitsprävention bewusst und eigentlich auch motiviert sind, aktiv etwas für ihre Gesundheit zu tun. Andererseits wird deutlich, dass ein großer Teil der Bevölkerung mehr Unterstützung und Begleitung benötigt, um gesund und fit zu bleiben. Die Befragung zeigt, dass die Motivation zum Beispiel durch finanzielle Verhaltensbonifikationen gesteigert werden könnte. Hier sind aber nicht nur die Krankenversicherungen gefragt: Denn 70 Prozent der Deutschen sind der Ansicht, dass Steuervorteile für sehr viele oder zumindest einige Menschen einen Anreiz bieten würden, sich gesundheitsbewusst zu verhalten und mehr präventiv für ihre Gesundheit zu tun.

---

### AXA in Deutschland

Der AXA Konzern zählt mit Beitragseinnahmen von 10,9 Mrd. Euro (2017) und 9.087 Mitarbeitern zu den führenden Versicherungs- und Finanzdienstleistungsgruppen in Deutschland. Das Unternehmen bietet ganzheitliche Lösungen in den Bereichen private und betriebliche Vorsorge, Krankenversicherungen, Schaden- und Unfallversicherungen sowie Vermögensmanagement an. Alles Denken und Handeln des Unternehmens geht vom Kunden und seinen Bedürfnissen aus. Die AXA Deutschland ist Teil der AXA Gruppe, einem der weltweit führenden Versicherungsunternehmen und Vermögensmanager mit 165.000 Mitarbeitern und Vermittlern sowie 105 Millionen Kunden in 64 Ländern. Im Geschäftsjahr 2017 erzielte die AXA Gruppe einen Umsatz von 98,5 Mrd. Euro und ein operatives Ergebnis (Underlying Earnings) von 6,0 Mrd. Euro

### Weitere Informationen für die Presse:

Hendrik THEESFELD  
Tel.: 0 22 1 / 1 48 – 2 35 87  
E-Mail: [hendrik.theesfeld@axa.de](mailto:hendrik.theesfeld@axa.de)





---

nach Steuern. Das verwaltete Vermögen (Assets under Management) der AXA Gruppe hatte Ende 2017 ein Volumen von 1,439 Billionen Euro.

---