



Bevölkerungsbefragung  
Persönliches Gesundheitsmanagement



## Methode

- Untersuchungsdesign: Befragung von 1.000 Bundesbürgern ab 18 Jahren, bevölkerungsrepräsentativ
- Methode: Online-Befragung
- Die Ergebnisse sind auf ganze Zahlen gerundet.
- Befragungszeitraum: Juli 2015
- Durchführendes Marktforschungsinstitut: Toluna

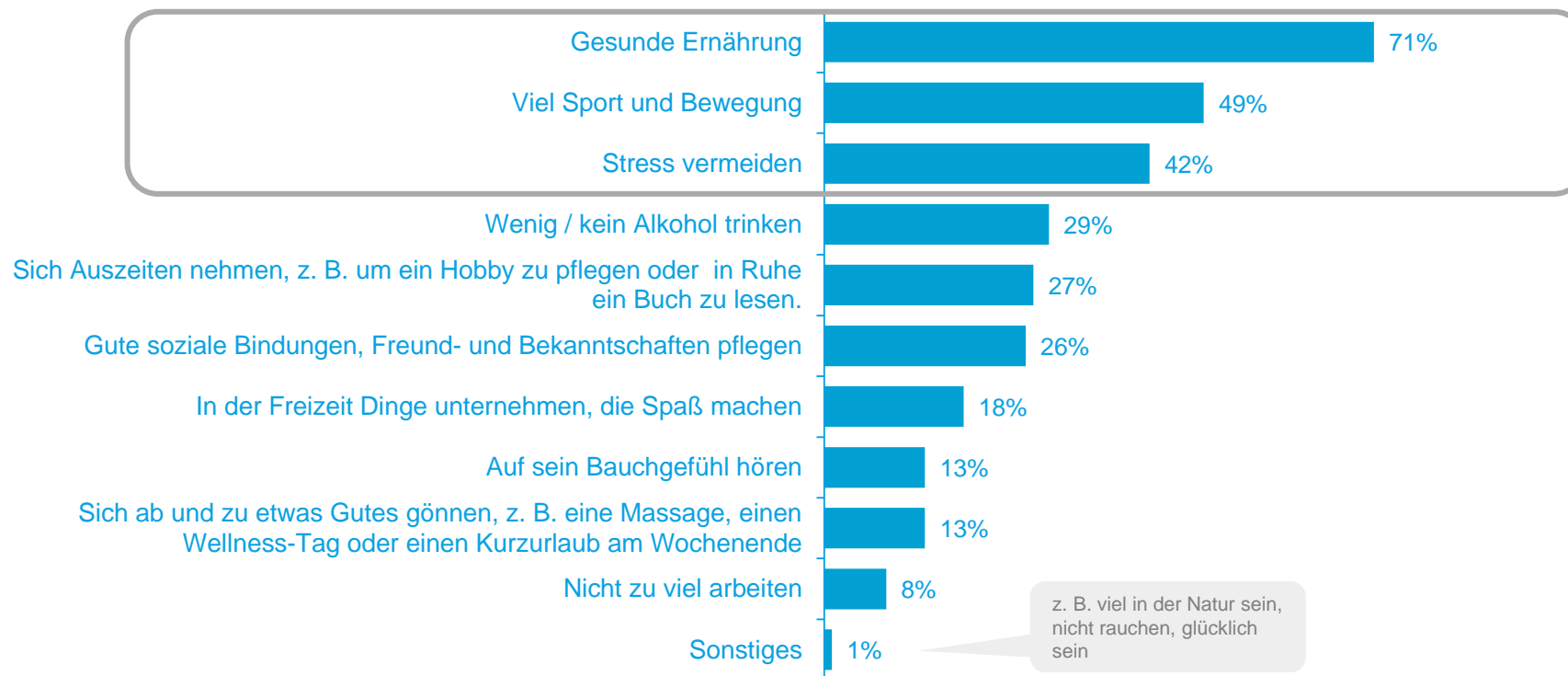
## Kernergebnisse der Befragung

Die Deutschen haben drei klare Favoriten, wenn es um die Zeichen einer gesunden Lebensführung geht: **Gesunde Ernährung, viel Sport und wenig Stress (Seite 4)**. Motivation für eine gesunde Lebensweise? Da sind die Deutschen eher pragmatisch: **Mehr als die Hälfte ist ohne fremde Hilfe motiviert, das eigene Leben gesund zu gestalten (Seite 5)**. Dafür hat rund jeder Dritte ein Vorbild, was in den meisten Fällen **der eigene Partner ist (Seite 6)**.

Das Thema Ernährung ist „in aller Munde“. Am Pranger stehen insbesondere **zuckerhaltige Produkte, die von 46 Prozent der Deutschen möglichst gemieden werden (Seite 7)**. Nach der eigenen Ernährung gefragt, **geben 69 Prozent der Deutschen zu, sich hin und wieder mal etwas Ungesundes zu gönnen, ansonsten aber auf gesunde Lebensmittel zu achten (Seite 8)**. Den Versuchungen des Naschens erliegen **überdurchschnittlich häufig die 30- bis 49-Jährigen (Seite 8)**.

Wenn es um die Wahrnehmung von Arztbesuchen geht, ist **am häufigsten die Frau in der Pflicht: In 38 Prozent der Fälle übernimmt sie die Verantwortung (Seite 9)**. Und wie werden die Termine organisiert? Da sind die Deutschen konservativ: **In sechs von zehn Haushalten wird dafür ein Kalender in Papierform verwendet (Seite 11)**. Wenn die Frage nach familiären Vorerkrankungen auftaucht, **müssen 42 Prozent der Deutschen passen (Seite 12)**. Wer hilft dann weiter? **In vier von zehn Fällen die eigene Mutter (Seite 13)**.

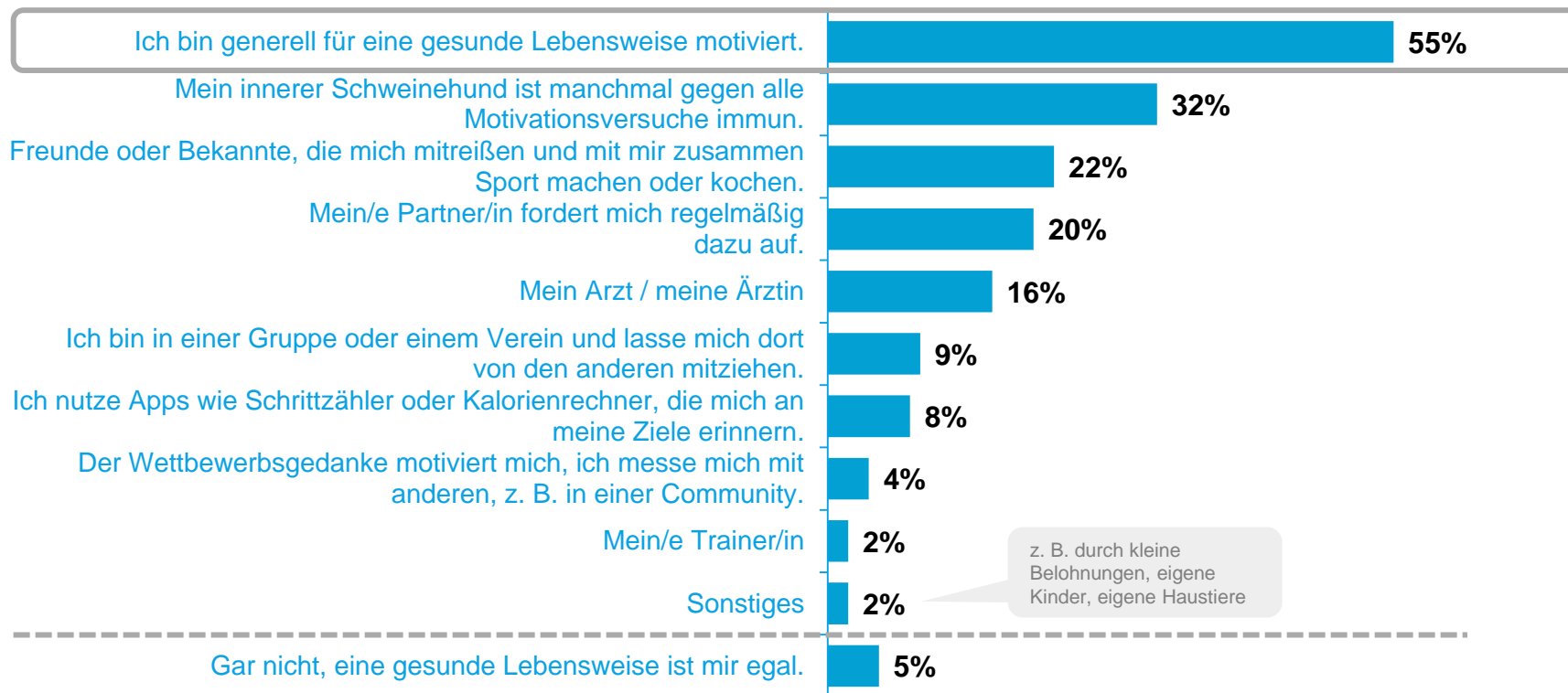
## Top-Signale für eine gesunde Lebensführung: gesunde Ernährung, viel Sport und wenig Stress.



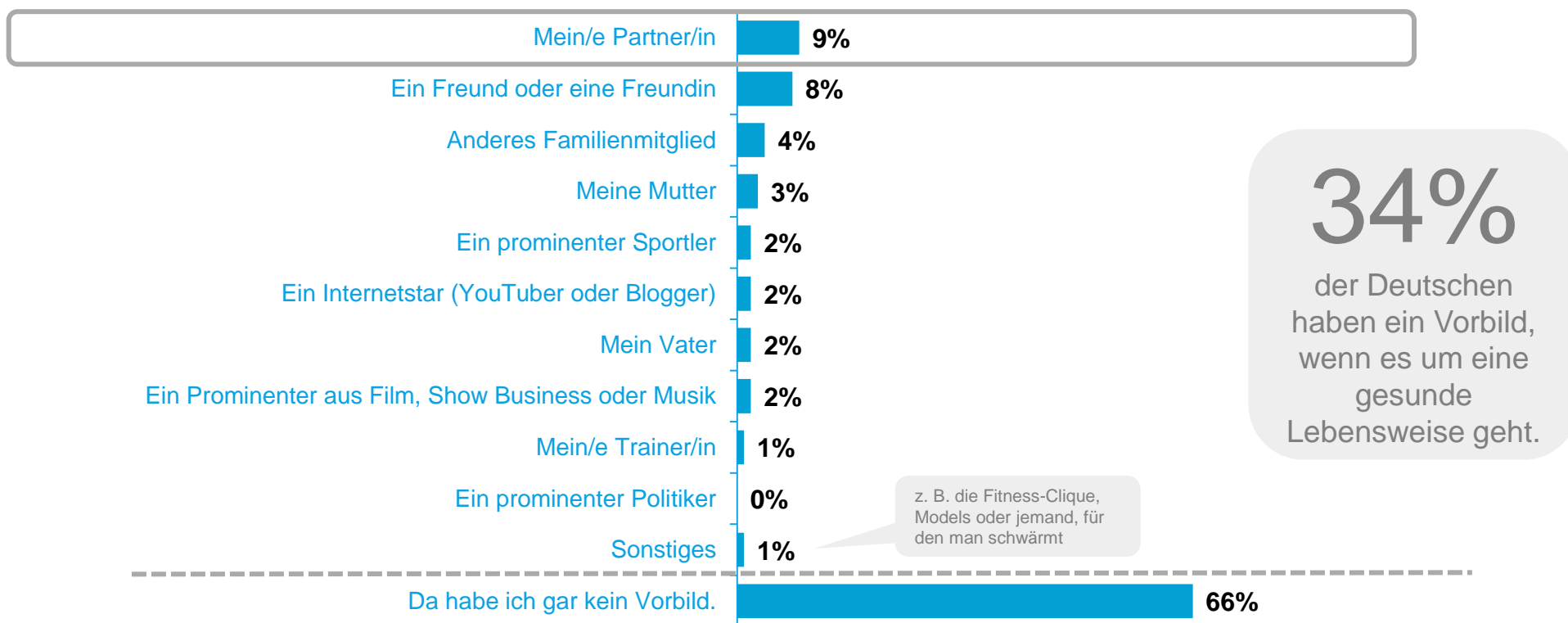
Basis: Alle Befragten, N = 1.000 (Mehrfachnennung).

Frage 1: Bitte nennen Sie uns die drei Dinge, die aus Ihrer Sicht hauptsächlich für eine gesunde Lebensführung stehen.

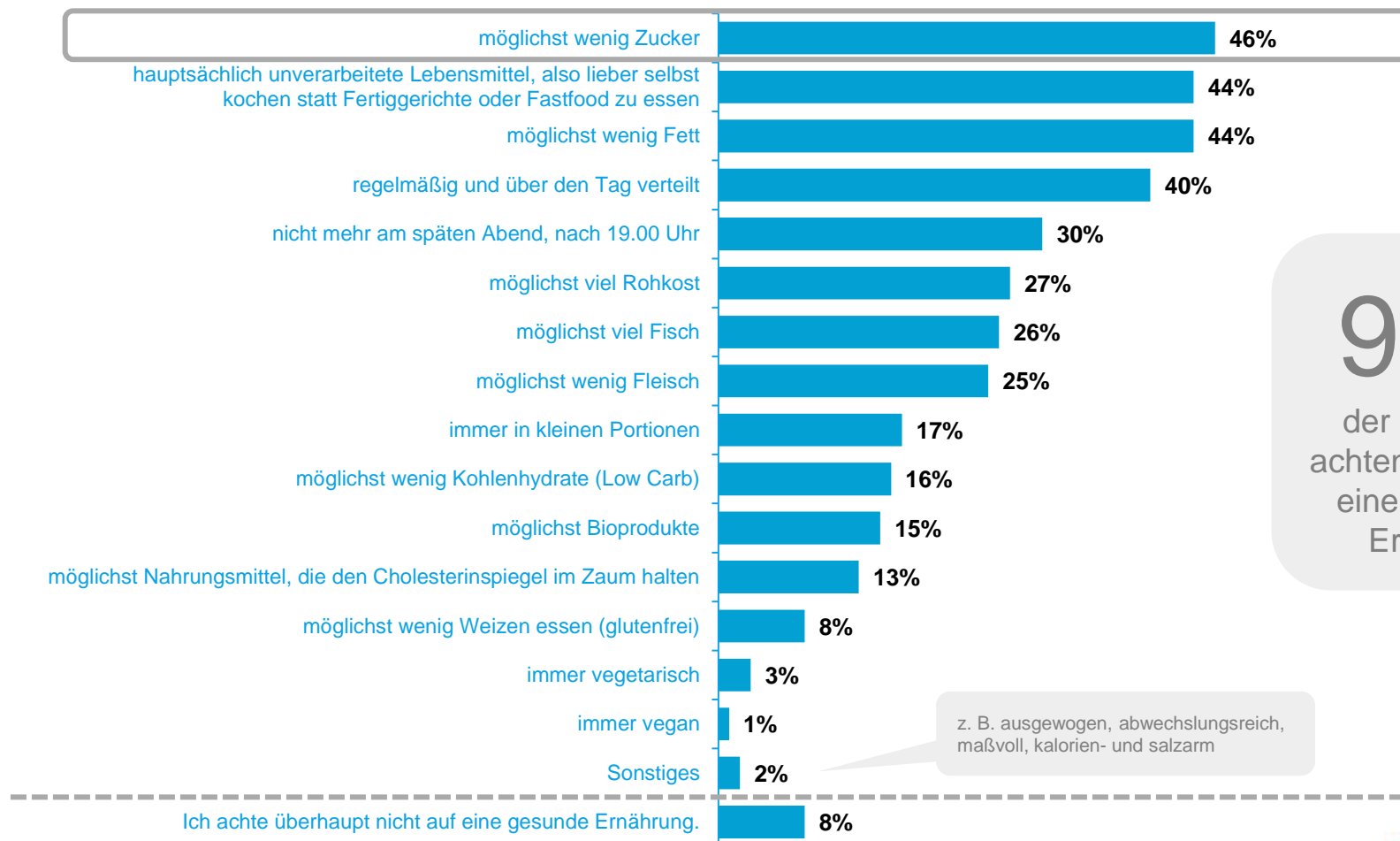
Keine Motivation „von außen“ nötig: Über die Hälfte der Deutschen ist generell zu einer gesunden Lebensweise motiviert.



Für den Partner nur das Beste: Auf Platz 1 der Vorbilder für eine gesunde Lebensweise steht der eigene Partner.



## Süß ist out: Fast jeder Zweite konsumiert möglichst wenig Zucker.



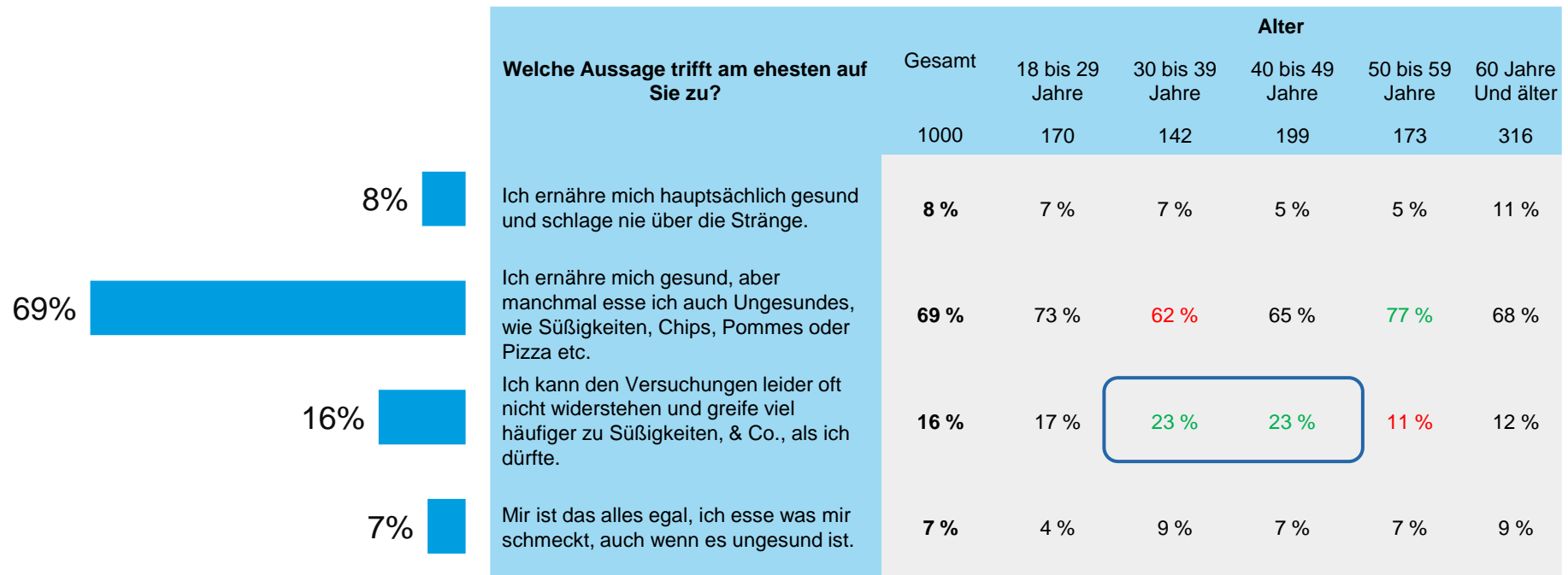
92%

der Deutschen achten auf Aspekte einer gesunden Ernährung.

z. B. ausgewogen, abwechslungsreich, maßvoll, kalorien- und salzarm

# Bevölkerungsbefragung Persönliches Gesundheitsmanagement

Hin und wieder ungesund: 69 Prozent der Deutschen achten auf Ihre Ernährung, gönnen sich aber manchmal eine Versuchung. Den 30- bis 49-Jährigen fällt Verzicht im Vergleich schwerer.



Basis: Alle Befragten, N = 1.000 (Einfachnennung).

Frage 5: Bitte geben Sie an, welche Aussage in Bezug auf eine gesunde Ernährung am ehesten auf Sie zutrifft.

■ Mind. 5 Prozentpunkte unter Gesamtdurchschnitt

■ Mind. 5 Prozentpunkte über Gesamtdurchschnitt



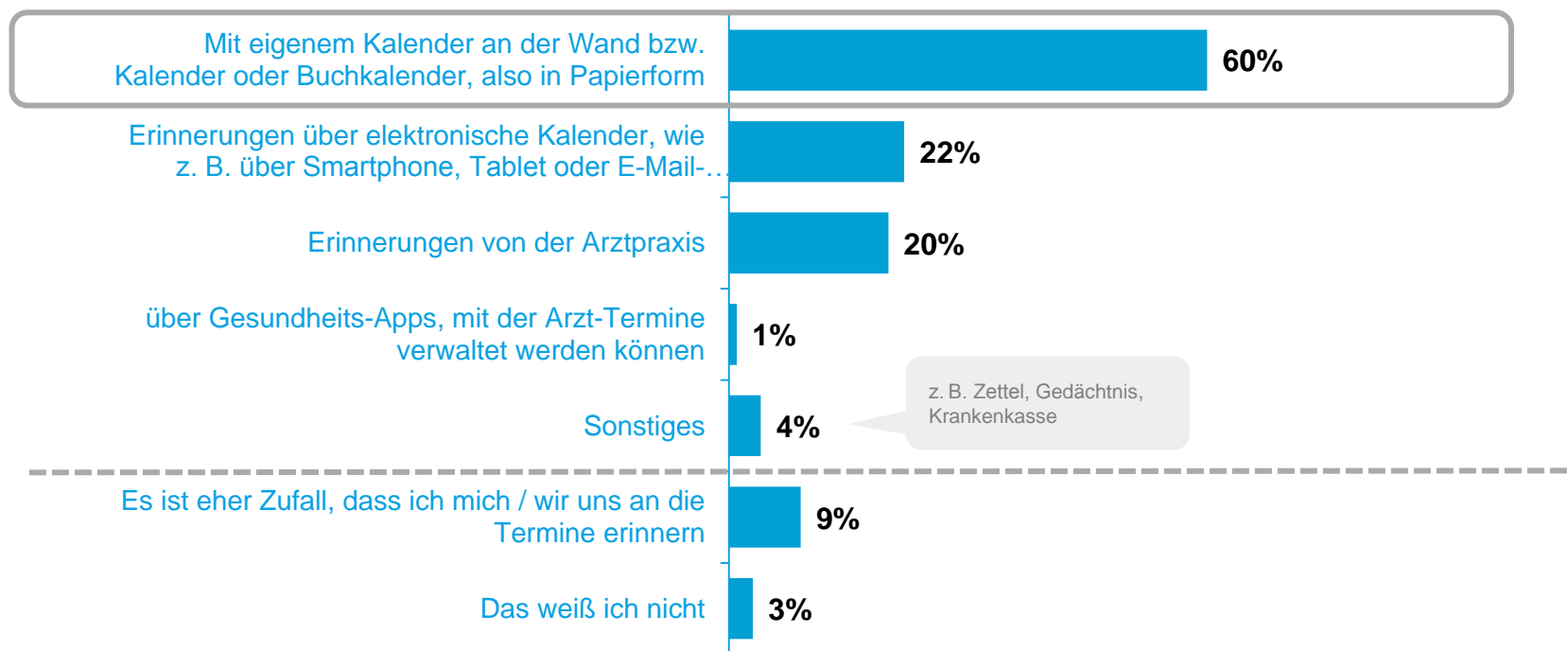
# Bevölkerungsbefragung Persönliches Gesundheitsmanagement

In Paarhaushalten übernehmen Frauen eigenen Angaben zufolge noch häufiger die Terminorganisation als in Familien. Männer wie Frauen erkennen die Verantwortlichkeit des anderen aber nicht an.

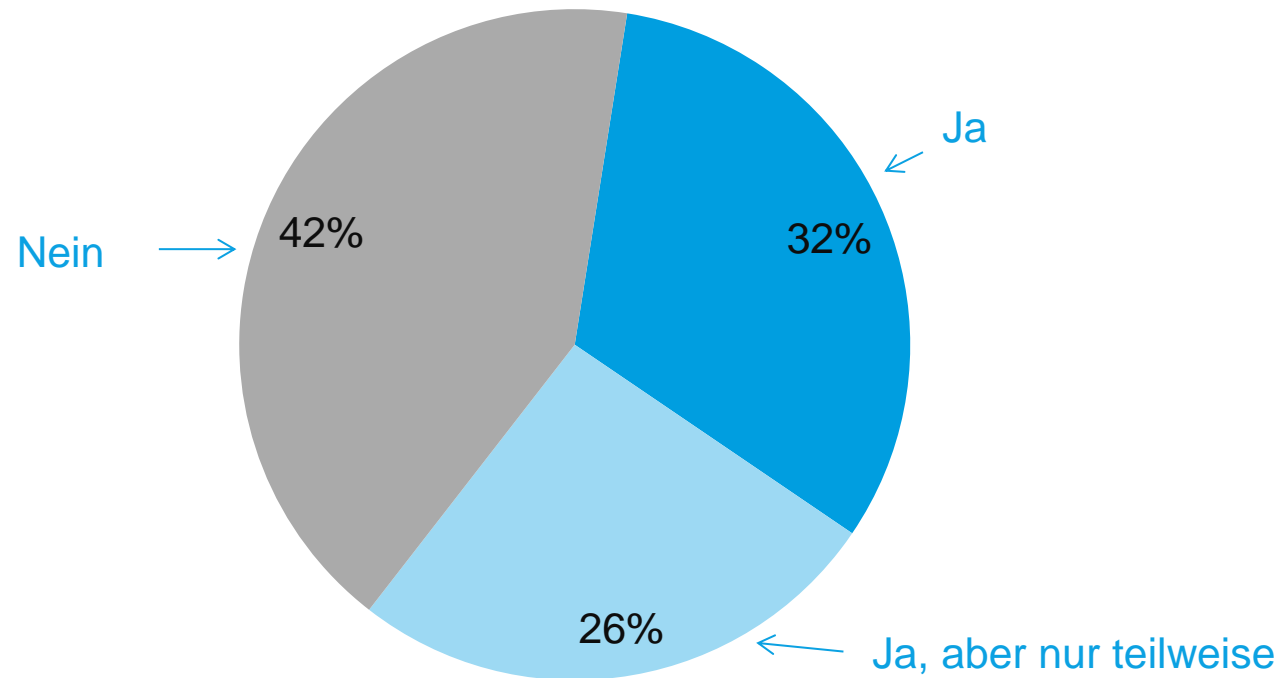
Wer kümmert sich um die Wahrnehmung von Arztbesuchen?	Gesamt	Haushaltsgröße		
		1 Person	2 Personen	3 und mehr Personen
	986	170	142	199
Das mache ich (Frauen)	<b>38 %</b>	38 %	39 %	37 %
Das mache ich (Männer)	<b>31 %</b>	32 %	29 %	33 %
Jeder kümmert sich selbst um die eigenen Termine	<b>15 %</b>	6 %	20 %	15 %
Bin Single, darum kümmere ich mich selbst	<b>8 %</b>	21 %	3 %	2 %
Das macht meine Frau/Freundin	<b>4 %</b>	0 %	5 %	6 %
Das macht mein Mann/Freund	<b>1 %</b>	0 %	2 %	0 %
Darum kümmert sich meine Mutter	<b>1 %</b>	1 %	1 %	3 %
Darum kümmert sich mein Vater	<b>0 %</b>	0 %	0 %	1 %
Sonstige	<b>0 %</b>	1 %	0 %	1 %
Niemand, die Termine hat keiner im Blick	<b>2 %</b>	1 %	2 %	2 %



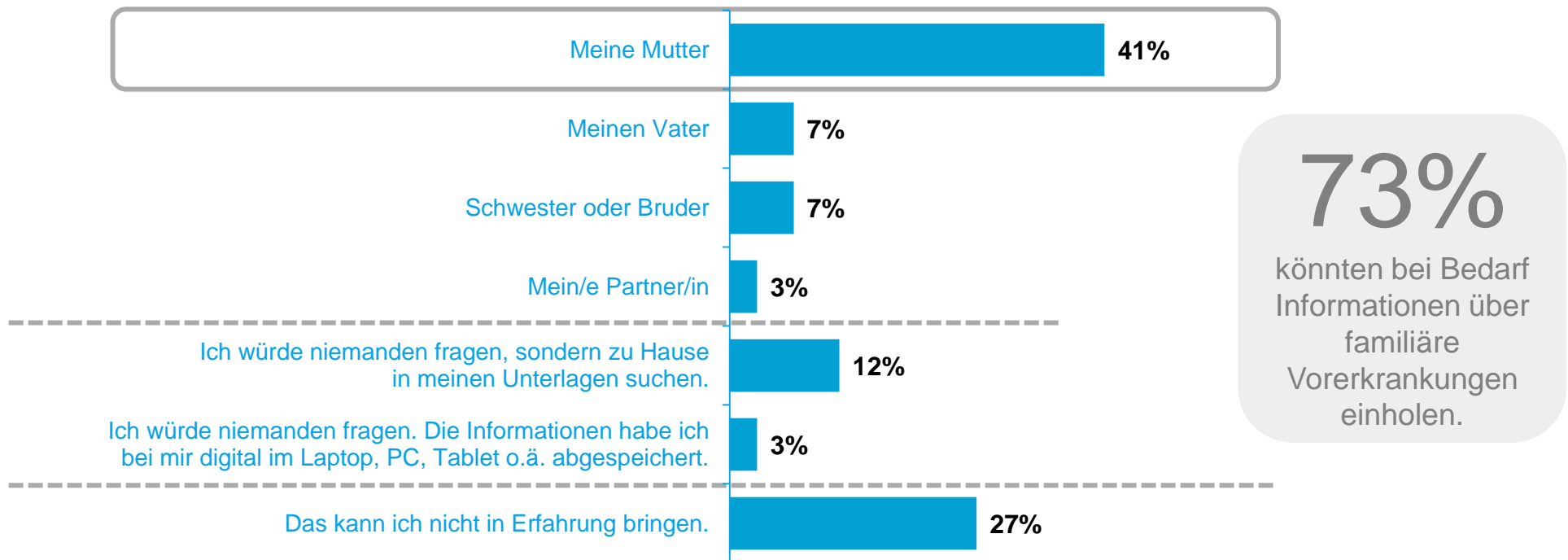
## Analog ist nicht tot: Sechs von zehn Deutschen nutzen einen Papierkalender zur Organisation der Arzttermine.



Da muss ich passen: 42 Prozent der Deutschen können ad hoc nichts über familiäre Vorerkrankungen sagen.

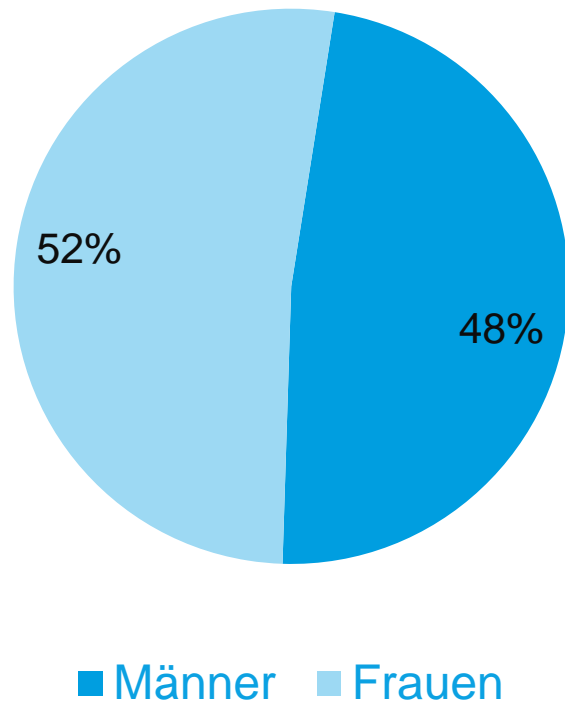


Mütter wissen alles: wenn erforderlich, würden 41 Prozent zuerst die eigene Mutter nach familiären Vorerkrankungen fragen.

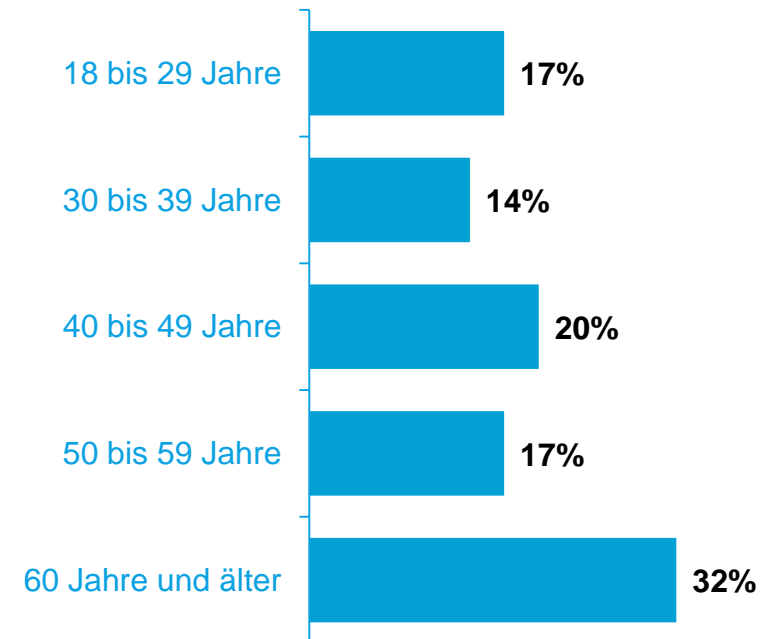


## Statistik

- Geschlecht

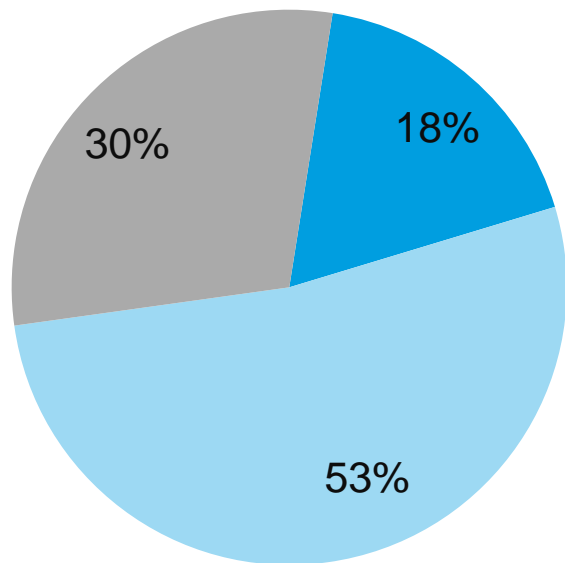


- Alter



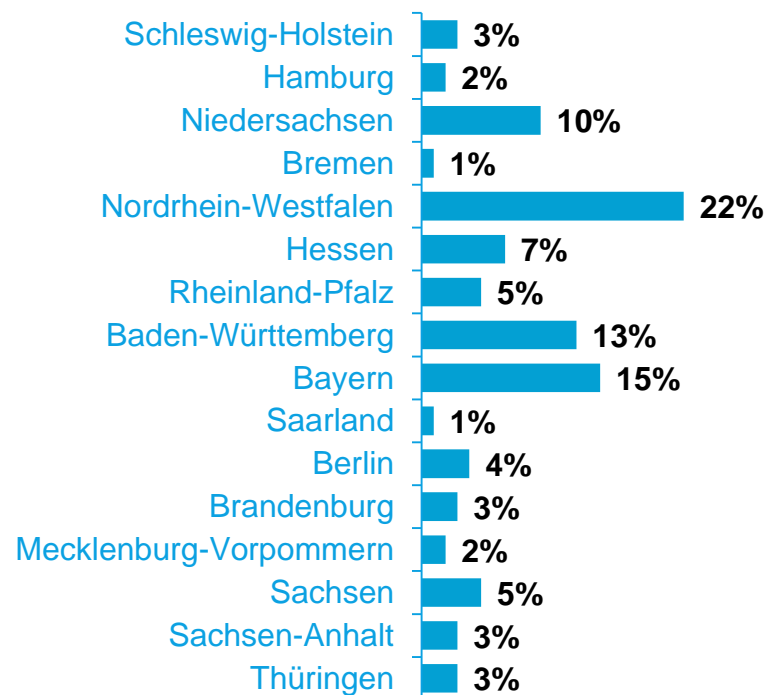
## Statistik

- Wohngegend



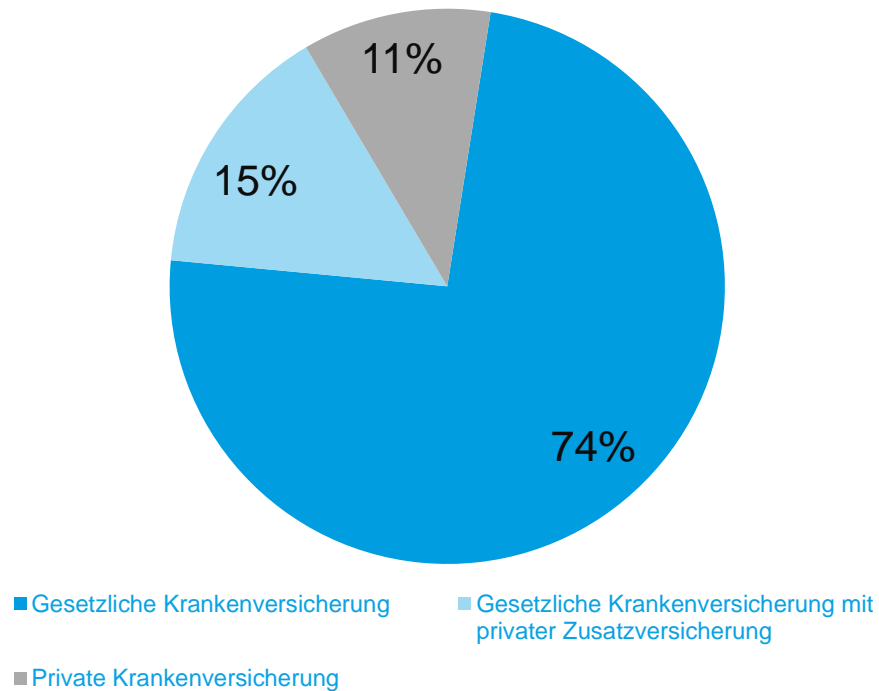
■ Innenstadt ■ Stadt/Stadtrand ■ Dorf/ländliches Gebiet

- Bundesland

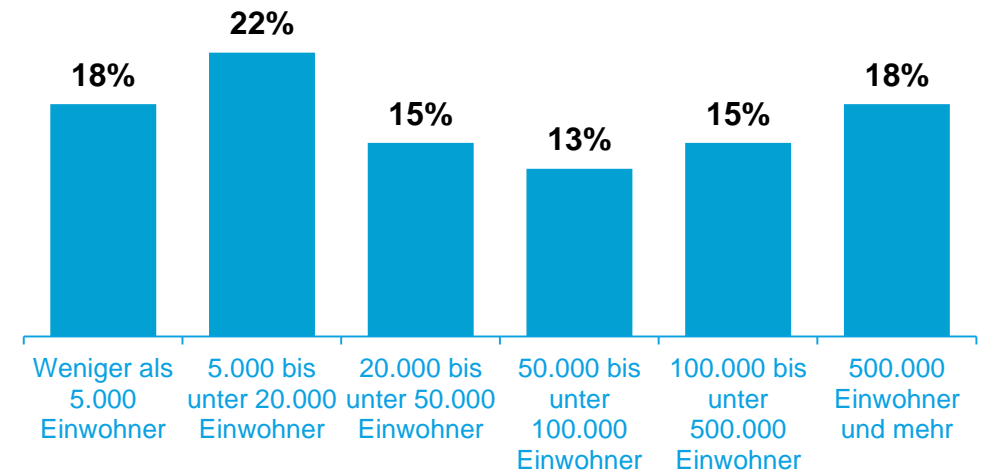


## Statistik

- Krankenversicherung

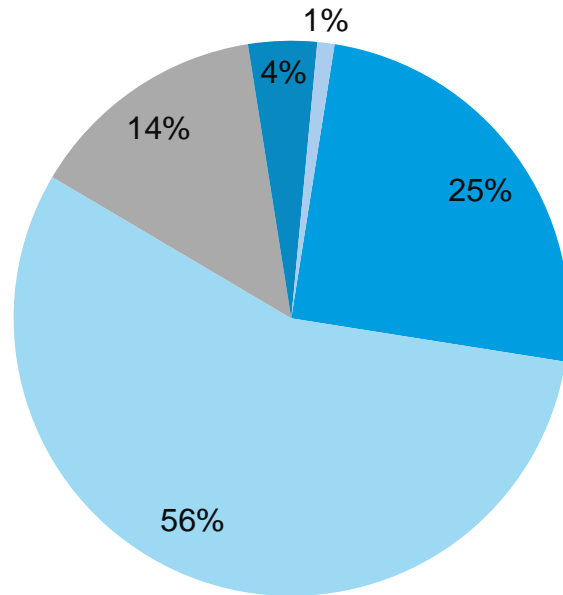


- Einwohnerzahl Wohnort



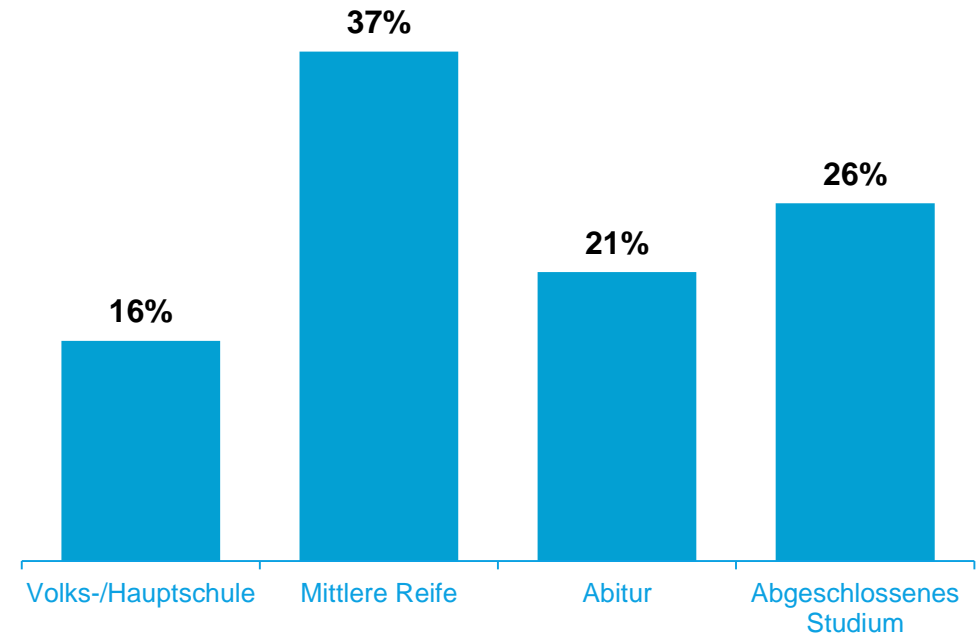
## Statistik

### • Familienstand



■ Ledig ■ Verheiratet / eheähnliche Gemeinschaft ■ Geschieden ■ Verwitwet ■ Keine Angabe

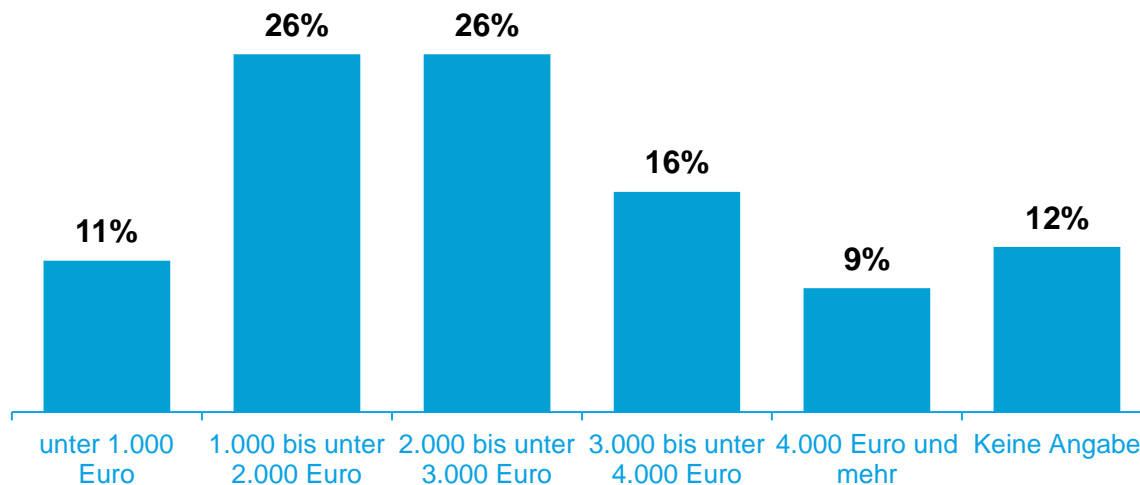
### • Bildungsabschluss





## Statistik

- Haushaltsnettoeinkommen





Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!

## Kontakt

IKK classic  
Melanie Gestefeld  
Referentin Unternehmenskommunikation  
Ludwig-Erhard-Allee 7  
40227 Düsseldorf

Tel. 0211 7702-193  
Fax 0211 7702-267  
Mobil 0151 11709929  
[melanie.gestefeld@ikk-classic.de](mailto:melanie.gestefeld@ikk-classic.de)  
[www.ikk-classic.de](http://www.ikk-classic.de)