

#17 - Dezember 2020

**HEALTH****GESUNDHEIT UND  
LEBEN IN CORONA-  
ZEITEN**

**Gesundheit war immer schon ein wichtiges Thema für die Deutschen. In unserer Markt-Media-Studie best for planning 2020 gaben 70% aller Befragten an, dass es ihnen sehr wichtig sei, etwas für ihre Gesundheit zu tun – und diese Befragung fand noch vor Ausbruch der Corona-Pandemie statt. Das Virus hat das Thema allerdings noch stärker in den Mittelpunkt gerückt und unseren Umgang mit der eigenen Gesundheit beeinflusst. Wir tragen Masken, halten Abstand und kümmern uns um gesundheitliche Vorsorge. Doch auch die Art, wie die Deutschen Informationen beziehen, hat sich mit Ausbruch des Corona-Virus verändert.**

**81%**

**der Befragten meinen,  
es sei sehr wichtig  
etwas für seine  
Gesundheit zu tun**

**GESUNDHEIT ALS HÖCHSTES GUT**

Gesundheitsvorsorge ist wichtig, darüber sind sich die Deutschen einig. 70% aller Befragten haben in b4p 2020 angegeben, es sei ihnen sehr wichtig, etwas für ihre Gesundheit zu tun. Corona hat das Thema aber noch mal stärker in den Mittelpunkt gerückt – und das bereits vor Ausbruch der zweiten Welle. Deutlich über 80% der Befragten halten Gesundheitsfürsorge für wichtig, sowohl Anfang September zum Zeitpunkt der größten Lockerungen als auch im November zum beginnenden zweiten Lockdown-Light. Gesundheit ist also quer über alle Altersgruppen ein kostbareres Gut geworden.

Wirklich gesund fühlt sich dabei primär die junge Zielgruppe: 79% von ihnen geben an, gesund zu sein, während die über 50-Jährigen nur zu 42% diese Empfindung teilen. Ein Viertel aller Menschen leidet außerdem an einer Corona-Risiko-Erkrankung. Starke Sorgen um ihre Gesundheit machen sich allerdings nur wenige Menschen: 12% der Gesamtbevölkerung; bei den Älteren liegt der Prozentanteil nur leicht höher.

## BEWUSSTER SCHUTZ DER EIGENEN GESUNDHEIT

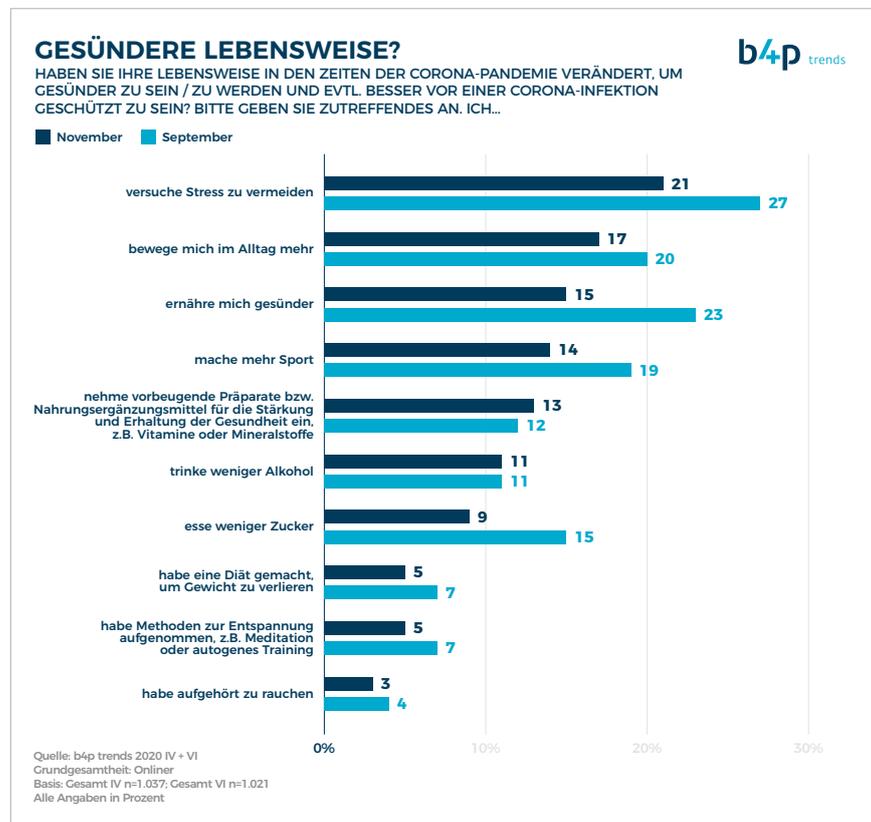
Trotzdem tun viele Menschen aktiv etwas für ihre Gesundheit. Dabei sind die Maßnahmen sehr vielfältig und reichen von dem Verzicht auf Zigaretten und Zucker bis zu Meditation und generell mehr Bewegung. Quer durch alle Altersgruppen wird vor allem auf die Vermeidung von Stress geachtet, während gesunde Ernährung, Alkoholverzicht und Sport eher Maßnahmen der jüngeren Zielgruppen sind.



# 74%

der Befragten meinen, mit einer gesunden Ernährung und Lebensweise Krankheiten vorbeugen zu können

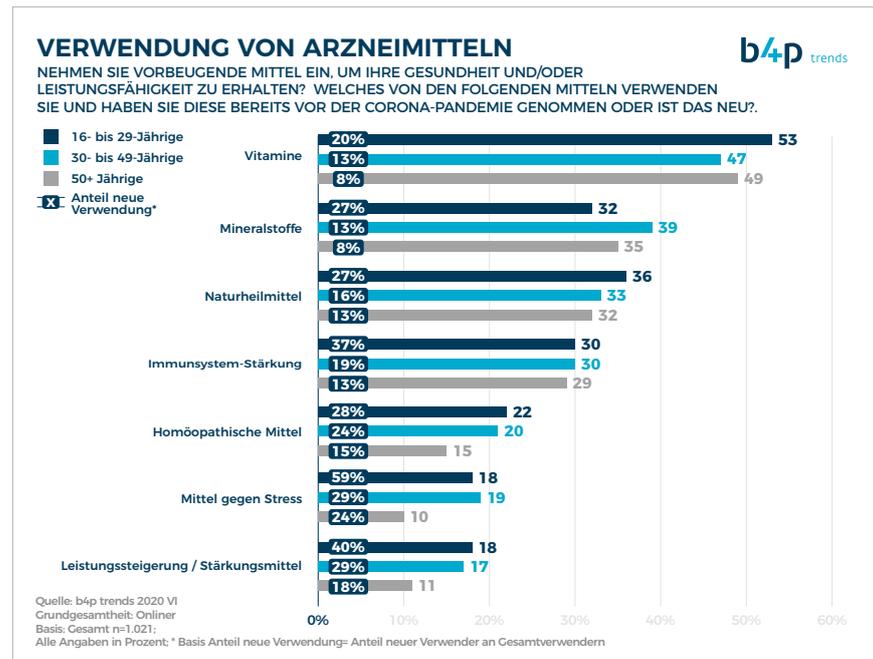
74% der Deutschen sind der Meinung, mit einer generell gesunden Ernährung und Lebensweise Krankheiten vorbeugen zu können. So verändern auch in der Corona-Pandemie einige Menschen ihre Lebensweise hin zum gesunden Lebensstil. Die häufigsten Veränderungen der Lebensweise in gesundheitlicher Hinsicht haben allerdings direkt mit Corona zu tun: Maske tragen, Sicherheitsabstand einhalten und Kontakte vermeiden.



## GESUNDHEIT DURCH VORBEUGUNG UND NAHRUNGSERGÄNZUNGSMITTEL

Fast die Hälfte der Deutschen sind der Meinung, mit vorbeugenden Präparaten ihr Immunsystem vor Infektionen schützen zu können und nehmen regelmäßig Vitamin-Präparate ein. 26% verwenden außerdem Naturheilmittel zur Unterstützung des Immunsystems und etwa ein Drittel bedient sich zusätzlicher Mineralstoffe. Nahrungsergänzungsmittel, Vitamine und Mineralstoffe zur Vorbeugung sind in allen Altersgruppen weit verbreitet.

Auffällig ist, dass gerade die Jüngeren sich zunehmend mit Möglichkeiten auseinandersetzen, um Stress zu minimieren und ihre Fitness zu maximieren. Gesundheit wird im diesem Falle nicht nur als Abwesenheit einer Krankheit angesehen, sondern als Stärke und Voraussetzung für gute Leistungen. Insbesondere die 16 bis 29-Jährigen nutzen immer mehr sowohl neue als auch bekannte Präparate. Dieser Produktmarkt zeigt ein großes Wachstumspotenzial. Hier gibt es also große Möglichkeiten für Pharmahersteller, den Menschen bei der Bewältigung der Krise unter die Arme zu greifen.



**45%**  
der Befragten interessieren sich speziell für Themen, die sich mit der Vorbeugung von Krankheiten beschäftigen.

## INFORMATIONEN ZU GESUNDHEIT IN CORONA-ZEITEN

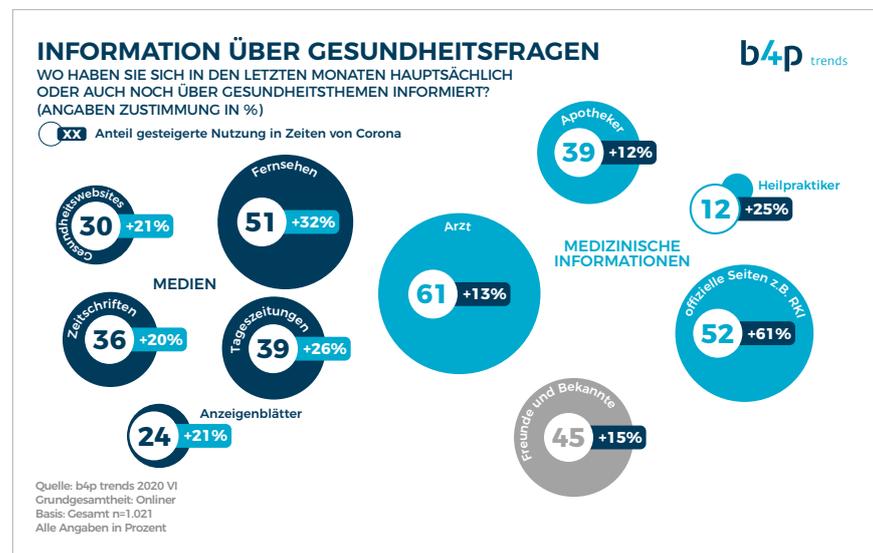
Corona hat dazu geführt, dass viele Menschen sich generell mehr und häufiger über Gesundheitsthemen informieren. 27% gaben zusätzlich an, seit der Pandemie auch andere Medien als sonst zu nutzen. Hier sind vor allem offizielle Websites wie die des Robert Koch-Instituts hinzugekommen. Eine zunehmende Rolle spielt übrigens auch Prävention: 45% aller Befragten interessieren sich speziell für Themen, die sich mit der Vorbeugung vor Krankheiten beschäftigen.

Allerdings gibt es auch die Gegenbewegung: Knapp die Hälfte der Deutschen kann das Thema nicht mehr hören und informierte sich zuletzt weniger als vorher – selbst angesichts des zweiten Lockdowns. Diese Haltung ist speziell bei Jüngeren häufiger zu finden. Der Informations-Overload zu Beginn des Corona-Ausbruchs hallt hier eventuell noch nach.

Unabhängig von der Häufigkeit der Informationsbeschaffung legen 72% aller Menschen jetzt jedoch größeren Wert auf die Vertrauenswürdigkeit

von Informationen über Gesundheitsthemen. Medizinische Autoritäten wie Ärzte, Apotheker und das Robert Koch-Institut stehen hoch im Kurs. 61% der Menschen haben deshalb in den letzten Monaten einen Arzt zu ihrer Gesundheit befragt, 13% von diesen häufiger als früher. Neben Vertrauen ist aber auch die Tagesaktualität ein wichtiger Faktor für die Wahl der Informationsquelle. Kein Wunder also, dass Fernsehnachrichten (50%) und Tageszeitungen (39%) besonders oft genutzt werden.

Doch auch Zeitschriften sind vielen Menschen noch genauso wichtig – auch sie verzeichnen einen Zuwachs bezüglich der Nutzung von Gesundheitsinformationen und beweisen damit, dass auch klassische Medien immer noch ein hohes Ansehen und Vertrauen in der Bevölkerung genießen.



## CORONA UND ARZTBESUCHE: NEUE DIGITALE MÖGLICHKEITEN

Unzählige Deutsche gehen regelmäßig zum Arzt, sei es wegen akuter Beschwerden oder zu Vorsorgeuntersuchungen. Doch spätestens seit der Corona-Pandemie ist ein längerer Aufenthalt im Wartezimmer, umgeben von potenziell kranken Menschen für viele keine Option mehr. 28% der Befragten haben deswegen Arztbesuche vermieden, während 13% gezielt zu anderen Zeiten in die Arztpraxis gegangen sind, um Wartezeiten und Ansteckungsgefahren zu vermeiden. Möglichkeiten einer telefonischen Beratung oder sogar eine Videosprechstunde haben aber mit 7% und 3% nur wenige häufiger als früher genutzt.

Tatsächlich ist die Möglichkeit einer Videosprechstunde mehr als der Hälfte aller Befragten aber durchaus bekannt und zwei Drittel könnten sich auch vorstellen, zukünftig eine solche Videosprechstunde wahrzunehmen.

## FAZIT

Obwohl Gesundheit den Deutschen immer schon wichtig war, hat die Corona-Pandemie das Thema noch einmal zusätzlich in den Mittelpunkt gerückt. Ein Großteil der Bevölkerung versucht sich zur Vorbeugung von Krankheiten möglichst gesund zu ernähren und generell einen gesunden Lebenswandel zu führen. Dazu gehört unter anderem auch die Einnahme von Präparaten zur Gesundheitsvorsorge, die gerade bei der jungen Zielgruppe sehr verbreitet ist und noch zunimmt. Für medizinische Informationen vertrauen die Menschen außerdem primär Experten wie Ärzten, medizinischen Institutionen wie dem Robert Koch-Institut sowie Fernsehnachrichten, Tageszeitungen und Zeitschriften. Videosprechstunden oder andere Angebote der Telemedizin werden allerdings häufig noch nicht wahrgenommen.

Basis: n=1.037 Personen (Welle 4), n=1.021 Personen (Welle 6), repräsentativ für die deutsche Online-Gesamtbevölkerung. Gewichtet nach Alter, Geschlecht (gekreuzt), Bildung laut b4p 2019 II und bb4p 2020 (Onliner in den letzten 3 Monaten), Befragungszeitraum: Welle 4: 01.09. - 04.09.20 / Welle 6: 03.11. - 09.11.20