Veröffentlicht auf Presseportal Schweiz - Presse und Medienmitteilungen (https://www.presseportal-schweiz.ch)

30.08. 2024

Fast die Hälfte der Schweizer*innen wollen mehr für ihre Gesundheitsprävention tun – 3 von 4 Schweizer*innen fühlen sich aktuell gesund oder sehr gesund

Von Contcept Commu…



Bild Rechte
zvg

(Zürich)(PPS) *Die Doetsch Grether-Studie von gfs.bern zeigt auch, dass fast die Hälfte der Schweizer*innen entweder täglich, mehrmals wöchentlich oder monatlich Vitamine, Mineralstoffe oder andere Nährstoffe zu sich nimmt.*

Rund 46 % der Schweizer Bevölkerung plant, in den nächsten zwei Jahren mehr für ihre Gesundheit zu tun. Das zeigt der erste Schweizer Präventionsmonitor von gfs.bern, im Auftrag von Doetsch Grether. Das präventive Verhalten der Schweizer*innen hängt vom individuellen Vorwissen, der Einstellung – und auch vom schlechten Gewissen ab.

"Gesundheit einfach erleben" – Unter diesem Motto feiert Doetsch Grether das 125-Jahre-Jubiläum. Aus diesem Anlass hat das Schweizer Unternehmen für Consumer Health den ersten Schweizer Präventionsmonitor* bei gfs.bern in Auftrag gegeben. Ziel der repräsentativen Studie* ist es besser zu verstehen, wie die Schweiz zur Gesundheitsvorsorge steht.

Aktuelle Gesundheits- und Lebensbalance

Die Ausgangslage zeigt sich positiv: Aktuell fühlen sich 3 von 4 Schweizer*innen gesund oder sehr gesund. Die Mehrheit ist zufrieden mit ihrem Leben und ihrer privaten und beruflichen Situation (7.8 auf einer Skala von 0 bis 10), mit ihrer Gesundheit (7.3) und auch damit, was sie zu ihrer Gesundheit beitragen (7.1).

Trends: Gesunde Ernährung, Wandern, Sport

Doch was genau Frau und Herr Schweizer aktiv für die Gesundheit tun? Die Eigenverantwortung steht im Vordergrund: An erster Stelle der präventiven Massnahmen steht die gesunde Ernährung, gefolgt von Wandern, noch vor Fitness-, Kraft- und Ausdauertraining und Wellness. In die Top 10 schaffen es auch Nahrungsergänzungsmittel (NEM) wie Magnesium, Vitamin D3 und B-Vitamine.

Knapp die Hälfte will mehr vorsorgen

Drei Viertel der Menschen in unserem Land empfinden Gesundheitsvorsorge als wichtig. Dabei gewichten Frauen das Thema höher als Männer. Der Haupt-Motivator für die Vorsorge ist die Vermeidung von Krankheiten. Wichtige Themen der Prävention sind für deutliche Mehrheiten auch die Arbeitsplatz-Gesundheit und -Sicherheit, und Vorsorgeuntersuchungen. Stressvorbeugung (85% sehr oder eher wichtig), psychische Gesundheit (84%) oder mentale Resilienz und Achtsamkeit (78%) zeigen, dass auch mentale Themen wichtige Aspekte der Prävention sind.

So erstaunt es auch nicht, dass rund 46 % der Befragten in den nächsten zwei Jahren ihre Anstrengungen intensivieren möchten. Weitere 48 % möchten ihr aktuelles Engagement beibehalten.

Ein Drittel hat ein schlechtes Gewissen

Trotz der positiven Selbsteinschätzung gaben 31 % an, oft oder sehr oft ein schlechtes Gewissen zu haben, zu wenig zu tun. Handlungsbedarf sehen sie in den Kernbereichen körperliche Gesundheit, Bewegung und Zuckerreduktion. Dabei haben sich vier homogene Gruppen herauskristallisiert:

- Die Gelegenheitssportler*innen (39,1 %)
- Die Sportbegeisterten (20,6 %)

- Die reuigen Sportmuffel (15,9 %)
- Die unbekümmerten Sportmuffel (24,5 %)

Es ist naheliegend, dass vor allem die reuigen Sportmuffel ihr Engagement im Bereich Sport und körperliche Gesundheit und als zu tief einschätzen. Dieses Muster zeigt sich tendenziell auch bei Frauen, Personen jüngeren und mittleren Alters und alle, die abnehmen wollen. Auch in Bezug auf die Reduktion des Zuckerkonsums sind es ebenfalls die reuigen Sportmuffel sowie Männer und Personen jüngeren und mittleren Alters, die das Gefühl haben, zu wenig zu tun.

Wahrnehmung von Gesundheitsinformationen

In unserem Land ist das Bewusstsein für Gesundheitsvorsorge stark ausgeprägt. Rund zwei Drittel haben in den letzten 12 Monaten Neuigkeiten zum Thema wahrgenommen. Überwiegend positiv aufgenommen werden Themen zur Prävention, Selbstfürsorge, neue Behandlungen und Digitalisierung. Negativ wahrgenommen werden hingegen vor allem Themen wie Gesundheitskosten, Krankenkassenprämien und der Fachkräftemangel.

Information und Beratung Online und Offline

Knapp die Hälfte informiert sich aktiv zur Prävention. Hier sind es erneut mehr Frauen als Männer. Dabei informieren sich die Jüngeren (18-39 Jahre) hauptsächlich online, die 40- bis 64-Jährigen sowohl online wie offline (Medien). Bei den Älteren dominieren die Offline-Kanäle. Allein auf die Medien vertrauen die Menschen aber nicht. 75 % der Schweizer*innen schätzen Fachwissen und persönliche Beratung, davon setzen 36 % eher und ausschliesslich darauf. Fachberatung wird bei der Hausärzteschaft, durch eigene Recherchen, aber auch bei Apotheken und Fachpersonen wie Physiotherapeut*innen und anderen eingeholt.

Supplementierung mit 46 % weit verbreitet

Die Supplementierung mit Nahrungsergänzungsmitteln ist ebenfalls weit verbreitet und akzeptiert: Fast die Hälfte der Schweizer*innen nimmt entweder täglich, mehrmals wöchentlich oder monatlich Vitamine, Mineralstoffe oder andere Nährstoffe zu sich. Weitere 20 % nehmen sie nach Bedarf ein (z.B. in den Wintermonaten). Besonders beliebt sind Magnesium-Präparate, gefolgt von Vitamin D. Weiter verwendet werden Vitamin B oder B-Komplex, Kombinations-Präparate, Vitamin C, Omega 3 und Eisen. Die Hauptmotivation für die Einnahme: Die Menschen wollen ihre Gesundheit allgemein aufrechterhalten, ihr Immunsystem stärken oder Muskelkrämpfe vermeiden. Beim Kauf von Nahrungsergänzungsmittel vertraut man in unserem Land mit Abstand den Apotheken.

Fazit

Die Schweizer Bevölkerung tut bereits viel für die individuelle Gesundheitsvorsorge. Ausgewogene Ernährung, Bewegung und körperliche und geistige Selbstfürsorge gehören zu den Top 10 der präventiven Gesundheitstrends. Dennoch möchte fast die Hälfte der Einwohner*innen in Zukunft noch aktiver werden. Hier spielt sicher auch das schlechte Gewissen eine Rolle. Wie Prävention wahrgenommen wird und wie man sich präventiv verhält, hängt vom individuellen Vorwissen und der Einstellung ab. Politische Vorteile und Beitrag der Prävention zur Senkung der Gesundheitskosten sind hingegen in der Wahrnehmung kaum präsent.

4 Fragen an Valentino Cè, Präsident des Verwaltungsrats

“Nur wenig Männer kennen sich mit Prävention aus”

Was hat Sie dazu inspiriert, anlässlich des 125-jährigen Jubiläums von Doetsch Grether den ersten Schweizer Präventionsmonitor in Auftrag zu geben?

Wir arbeiten seit jeher an diesem Thema und wir wollten das Jubiläum nutzen, um Prävention ins Bewusstsein von Herrn und Frau Schweizer zu rufen. Es gibt noch so viel zu tun in diesem Bereich. GFS belegt unsere Vermutung: Ich war überrascht, wie wenig die Männer sich mit dem Thema Prävention auskennen und dass Prävention und Vorsorge in weiten Kreisen der Bevölkerung kein Thema sind - obwohl wir alle wissen, dass immer mehr Menschen an vermeidbaren Zivilisationskrankheiten leiden.

Welche Erkenntnisse daraus haben Sie besonders überrascht/gefreut?

Erfreulich ist, dass unsere Partner, die Apotheken und Drogerien eine wichtige Rolle in der Prävention spielen - das haben wir vermutet aber wir denken, dass diese Rolle nicht genug betont werden kann. Wir fühlen uns auch mit unserem Fokus auf "Gesundheit einfach erleben" bestärkt: Unsere Produkte zielen darauf ab, Menschen zu unterstützen, die sich gesund halten wollen.

Laut der Studie will knapp die Hälfte der Schweizer Bevölkerung noch mehr für ihre Gesundheit tun. Wie wird Doetsch Grether dieses Bedürfnis nach mehr Prävention unterstützen?

Wir setzen uns für die Prävention in der Bevölkerung mit drei Instrumenten ein: Aufklärungsarbeit, Ausbildung und Nahrungsmittelergänzung. Die GFS Studie ist ein Instrument der Aufklärung, in unsere Produkte fliessen neuste Erkenntnissen aus der Wissenschaft ein, diese helfen uns bei der Entwicklung hochwertiger Nahrungsergänzungsmittel. Ausserdem organisieren wir Schulungen und geben so unser Knowhow an Apotheken und Drogerien weiter, das ermöglicht eine professionelle Beratung der Kundinnen und Kunden.

Gibt es eventuell schon konkret angedachte Massnahmen/Innovationen von Doetsch Grether, gemäss ihrer Purpose «Gesundheit einfach erleben»?

Alles, was wir bei Doetsch Grether täglich machen, dient dem Ziel, das Wohlbefinden und die Gesundheit vieler Menschen zu erhalten. Dazu braucht es starke Marken, viel positive Energie und Begeisterung und hohe Wertschätzung innerhalb des Teams, sowie das tägliche Engagement für unsere Kundinnen und Kunden. Auch in Zukunft wollen wir Innovationen finden und Bewährtes erhalten.

Über die Organisation:

Über die Doetsch Grether AG
Doetsch Grether ist ein im Herzen von Basel ansässiges, traditionsreiches und mittelgrosses Unternehmen in Familienbesitz. Es zählt zu den Top 10 Schweizer Unternehmen im Bereich Consumer Health Care und ist spezialisiert auf Marketing und Vertrieb von bekannten Marken in den Bereichen Pharma, OTC und Consumer Care.

Anlässlich ihres 125 Jahr-Jubiläums hat Doetsch Grether den Schweizer Präventionsmonitor bei gfs.bern initiiert und unterstreicht damit ihr Engagement für die Gesundheitsvorsorge der Schweizerinnen und Schweizer. Vor 125 Jahren als Apotheke in Basel gegründet, verbindet Doetsch Grether starke Werte mit einem modernen Management und gehört heute zu den führenden Schweizer Consumer Health Unternehmen. Mit dem Purpose “Gesundheit einfach erleben” möchte das Unternehmen, dass alle Menschen ihre Gesundheit bewusst und eigenverantwortlich stärken können.

Pressekontakt:

PR Agentur

Contcept Communication Hardturmstrasse 76, 8005 Zürich
Barbara Ryter | | +41 43 501 33 06
barbara.ryter @ contcept.ch
www.contcept.ch

Kategorie
Medizin & Gesundheit

Source URL: *https://www.presseportal-schweiz.ch/pressemeldungen/fast-die-haelfte-der-schweizerinnen-wollen-mehr-fuer-ihre-gesundheitspraevention*