

Regelmässiger Sex hat einen positiven Einfluss auf den Menschen. *bild: shutterstock*

Sex, Essen, Glück – das denken Schweizerinnen und Schweizer über die Gesundheit

Die zweite Studie zur Zukunft der Gesundheit in der Schweiz ist da. Das sind die interessantesten Punkte.

23.06.21, 16:00 23.06.21, 16:21

Thema Sex

Schweizerinnen und Schweizer hätten gerne doppelt so oft Sex. Wohl auch, weil eine knappe Mehrheit der Meinung ist, dass das Sexualleben das Wohlbefinden und die Gesundheit positiv beeinflusst. Dies geht aus der «Sanitas Health Forecast»-Studie hervor.

Im Durchschnitt haben Schweizerinnen und Schweizer 5.4 Mal Sex pro Monat – und alle hätten sie gerne mehr davon: Männer möchten es 10.8 Mal tun, Frauen 8.2 Mal. Fast die Hälfte der Männer hat Sex, um sich glücklicher zu fühlen, bei den Frauen ist es jede dritte.

Gemäss der Studie sind über zwei Drittel der Befragten der Meinung, dass das Sexualleben ihr mentales und emotionales Wohlbefinden beeinflusst, in der Westschweiz sind es gar 79 Prozent.

Wie oft hast du Sex?

- Täglich
- Wöchentlich
- Monatlich
- Jährlich
- Ich bin ein Magier oder eine Magierin.
- Ich will nur die Antworten sehen.

Abstimmen

Fast die Hälfte der Männer gab an, in Bezug auf Sexualität experimentierfreudig und offen zu sein, bei den Frauen war es knapp jede Vierte. So gingen 13 Prozent der Befragten noch nie an eine Erotik-Party, würden es aber gerne einmal tun.

Allerdings sind die Schweizerinnen und Schweizer nicht durchs Band offen für neue Trends. Insbesondere der Partnerwahl durch DNA-Matching (47 Prozent), Dating-Apps (34 Prozent), Virtual Reality Pornographie (31 Prozent) und Viagra für Frauen (27 Prozent) stehen viele skeptisch bis ablehnend gegenüber.

Immerhin fünf Prozent sind aufgeschlossen gegenüber Sex mit künstlicher Intelligenz (KI), 63 Prozent kennen das aber nicht.

Sex mit künstlicher Intelligenz?

- Geiler Scheiss!
- NOPE.
- WTF, wie geht das?
- Ich will nur die Antworten sehen.

Abstimmen

Pandemie und Gesundheit

Die Coronavirus-Pandemie schlägt sich natürlicherweise auf die Erfahrungen, Wünsche und Bedenken rund um die eigene Gesundheit nieder. Erstaunen mag, dass 30 Prozent aller Befragten seit Ausbruch der Pandemie seltener ans Sterben und den Tod denken als vorher. Fast genauso viele fürchten sich allerdings vor neuen Krankheiten und Pandemien.

Das Gesundheitsinteresse, -wissen und -bewusstsein nahmen in den vergangenen zwei Jahren zu. Etwas mehr als die Hälfte der Befragten achtet heute stärker auf die Gesundheit und wissen mehr darüber und ihr Immunsystem Bescheid.

Wenn Essen Angst macht – 14 sehr spezifische Food-Phobien



Wenn Essen Angst macht – 14 sehr spezifische Food-Phobien

1. Alektorophobia: Freilich sind alle hier aufgelisteten Phobien eher selten. Alektorophobia, etwa, ist die Angst vor Hühnern und Pouletfleisch.

quelle: chicken.ca / chicken.ca

Digitalisierung der Gesundheit

Unter diesen Umständen erscheint es wenig verwunderlich, dass Schweizerinnen und Schweizer stärker in Eigenregie etwas für ihre Gesundheit tun – und die Arztpraxis nicht mehr die einzige Anlaufstelle ist. «Dr. Google» ist insbesondere bei den Jüngsten eine wichtige Quelle.

Auch nutzt jeder und jede Fünfte der jüngsten Befragten gesundheitlichen Angebote über soziale Medien stark bis sehr stark. Trotzdem gaben vier von fünf an, weiterhin regelmässig eine Hausärztin zu konsultieren.

Fast zwei Drittel der Studienteilnehmenden stehen zudem einer digitalen Patientenakte aufgeschlossen bis befürwortend gegenüber.

So glücklich ist die Schweiz

Mehr als die Hälfte (55 Prozent) der Gewährsleute sagten, sie fühlten sich glücklich bis sehr glücklich, am glücklichsten sind die 60- bis 74-jährigen (62 Prozent).

Hierbei scheint die Ernährung eine wichtige Rolle zu spielen: Drei von vier Personen meinen, dass die Ernährung ihr Glücksempfinden und ihre emotionale Zufriedenheit beeinflusst. Noch mehr Menschen schreiben der Ernährung einen positiven Einfluss auf das Immunsystem und die Abwehrkräfte zu - und futtern deshalb gerne Vitamin C- und eisenhaltige Lebensmittel sowie Nüsse und Samen. Auch sogenannten Superfoods und veganer Ernährung stehen immer mehr Menschen aufgeschlossen gegenüber.

Körper und Schönheit

Um den eigenen Körper zu optimieren, sind viele Schweizerinnen und Schweizer bereit, ihre Ernährung umzustellen. Und sie lassen sich Schönheit, die der Ansicht vieler nach zufrieden und selbstsicher macht, etwas kosten – Männer fast gleich viel wie Frauen (rund 77 Franken pro Monat). In ihre Schönheit investieren Frauen pro Tag 28 Minuten, Männern 21 Minuten.

Einfluss der Umwelt

Zwar wurden die Trinkwasser- und Pestizidinitative sowie das CO2-Gesetz vom Stimmvolk letzthin bachab geschickt. Aber die Gesundheitsstudie zeigt, dass drei Viertel der Bevölkerung glaubt, dass die Umwelt einen starken Einfluss auf die Gesundheit hat. Am wichtigsten erachten die Befragten hierbei die Luftqualität (88 Prozent), gefolgt von der Wasserqualität (84 Prozent) und Pestiziden (77 Prozent).

Ein Viertel der Befragten macht sich denn auch grosse bis sehr grosse Sorgen vor einer Verschmutzung von Nahrungsmitteln und Trinkwasser, wobei dieser Anteil bei den Ältesten deutlich höher liegt als bei den Jüngsten (35 gegenüber 16 Prozent).

Methologie

Die zweite Studie zur Zukunft der Gesundheit, finanziert von der Krankenversicherung Sanitas, befragte im November 2020 und Januar 2021 rund 2000 Personen zwischen 18 und 74 Jahren aus allen Landesteilen.

Die Resultate flossen in das 400-Seiten starke Buch ein, für das dreissig unabhängige Journalistinnen und Journalisten zahlreiche Interviews, Reportagen, Zukunftsvisionen und Hintergrundtexte verfassten. Das Werk mit dem Titel «Health Forecast - Der neue Optimismus» kommt am 24. Juni in den Handel. (jaw/sda)