Schweizerinnen und Schweizer sind Gesundheitsoptimisten

Wir leben in gesundheitlich höchst bewegten und herausfordernden Zeiten. Covid-19 hat das körperliche und geistige Wohl ins Zentrum unseres Lebens gerückt. Doch wie blickt die Schweiz in die gesundheitliche Zukunft? Eine neue Studie bringt Licht ins Dunkle.

16.08.2021 / 05:45 / von: mma



Die meisten Schweizerinnen und Schweizer blicken optimistisch in Zukunft bezüglich der Gesundhei Glücklich macht sie vor allem Zeit im Freien. (Symbolbild: Pixabay.com/Rahul Pareek)

1 / 2

Corona-Pandemie, Impfungen, Klimawandel, technologischer Fortschritt: Wir leben in gesundheitlich herausfordernden Zeiten. Doch wie sieht die Gesundheit der Zukunft aus? Die neue «Sanitas Health Forecast»-Studie liefert Antworten auf diese Frage.

Bei der Studie handelt es sich um eine repräsentative und landesweite Befragung zur Gesundheit der Zukunft, erklärt der stellvertretender Redaktionsleiter des «Sanitas Health Forecast», Oliver Schmuki, gegenüber RADIO TOP. Ziel ist es herauszufinden, was die Schweizer Bevölkerung heute und morgen bezüglich ihrer Gesundheit bewegt. Sie wird dieses Jahr zum zweiten Mal veröffentlicht.

Schweiz zeigt sich optimistisch

Doch wie sehen nun die Schweizerinnen und Schweizer ihre gesundheitliche Zukunft? Gemäss der Studie ziemlich optimistisch. Schweizweit sind 42 Prozent der Befragten optimistisch bis sehr optimistisch eingestellt, was die Entwicklung unserer Gesundheit in den nächsten zwei Jahren betrifft, bloss 14 Prozent schauen eher pessimistisch in die Zukunft.

Anders sieht es bei der Weiterentwicklung der psychischen Widerstandsfähigkeit aus. Optimistisch bis sehr optimistisch zeigen sich hier laut Studie 31 Prozent. Pessimistisch bei dieser Frage blicken 28 Prozent in die Zukunft.

Wie wirken sich Social Media und das Internet auf die psychische Widerstandsfähigkeit aus? Oliver Schmuki liefert Antworten:

00:00 / 00:41

Zeit im Freien macht glücklich

Dieser Optimismus zahle sich aus. Denn dadurch könne nicht nur die Resilienz, also die Widerstandskräfte, gefördert werden, sondern auch das Glück. Gemäss der «Sanitas Health Forecast»-Studie fühlen sich 55 Prozent aller Schweizerinnen und Schweizer zurzeit glücklich, wobei sich die älteste Befragungsgruppe der 60- bis 74-Jährigen am glücklichsten fühlt: 62 Prozent von ihnen geben an, glücklich zu sein. Besonders glücklich machen gemäss der Umfrage Zeit im Freien, Zeit mit Freunden und schlafen.

Oliver Schmuki erklärt, warum Zeit in der Natur wichtig ist:

00:00 / 00:00

Weiter hat die Studie ergeben, dass Herr und Frau Schweizer mehr auf ihre Gesundheit achten, als früher. 53 Prozent gaben an, heute vermehrt auf die eigene Gesundheit zu achten als noch vor zwei Jahren. Ausserdem schätzen ebenfalls 53 Prozent aller Schweizerinnen und Schweizer, dass ihr Gesundheitswissen grösser ist als vor zwei Jahren. Diese Erkenntnisse zeugen gemäss der Studie von einer gesundheitlichen Eigenverantwortung und einem Willen, die eigene Gesundheit selbst in die Hände zu nehmen.

Was die Pandemie sonst noch angestossen hat – Oliver Schmuki erklärt:

00:00 / 00:00