Health-Forecast-Studie: 60-74-Jährige am glücklichsten

In einer zweiten Studie zur Zukunft der Gesundheit, durchgeführt von der Krankenversicherung Sanitas, wurden im November 2020 und Januar 2021 schweizweit rund 2000 Personen zwischen 18 und 74 Jahren befragt. Am glücklichsten sind die über 60-Jährigen. Aber alle wollen mehr Sex.



Bildquelle: Screenshot Buchcover

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% der Befragten noch nie an eine Erotik-Party, würden es aber gerne einmal tun. Allerdings sind die Schweizerinnen und Schweizer nicht für alle Möglichkeiten offen. Insbesondere der Partnerwahl durch DNA-Matching (47%), Dating-Apps (34%), Virtual Reality Pornographie (31%) und Viagra für Frauen (27%) stehen viele skeptisch bis ablehnend gegenüber. Immerhin 5% sind aufgeschlossen gegenüber Sex mit künstlicher

Intelligenz (KI), 63% kennen dies aber nicht.

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

Corona-Pandemie hinterliess Spuren

30% aller Befragten denken seit Ausbruch der Corona-Pandemie seltener ans Sterben und den Tod als vorher. Fast genauso viele fürchten sich allerdings vor neuen Krankheiten und Pandemien. 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 weiss mehr über das Immunsystem Bescheid, dabei ist Google insbesondere bei den Jüngsten eine wichtiges Recherchetool. Auch nutzt ein Fünftel der jüngsten Befragten gesundheitliche 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.

Essen macht glücklich und schön

Mehr als die Hälfte (55%) der Befragten sagten, sie fühlten sich glücklich bis sehr glücklich, am glücklichsten sind die 60- bis 74-jährigen (62%). 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 nehmen deshalb gerne Vitamin C- und eisenhaltige Lebensmittel sowie Nüsse und Samen zu sich.

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.

Umwelteinflüsse

Drei Viertel der Befragten glaubt, dass die Umwelt einen starken Einfluss auf die Gesundheit hat und macht sich grosse bis sehr grosse Sorgen über eine Verschmutzung von Nahrungsmitteln und Trinkwasser, wobei dieser Anteil bei den Ältesten deutlich höher liegt als bei den Jüngsten (35 gegenüber 16%).

Buchveröffentlichung

Die Resultate flossen in ein 400-Seiten starkes 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» (ISBN: 978-3037631294) ist bereits im Handel erhältlich. (sda/he)