

## Presse Information

Wien, am 13. Juni 2023

### Allianz Gesundheitsbarometer 2023:

### Starkes Gesundheitsbewusstsein bei Österreichs Jugend

- Jüngere Generation zeigt großes Interesse am Thema Vorsorge und Gesundheitsversicherungen
- Gesundheitszustand und Lebenszufriedenheit der Österreicher:innen stehen unter Druck – das Thema mentale Gesundheit ist kein Tabu mehr
- Sport und Bewegung genießen nach wie vor hohe Beliebtheit
- Ausbau digitaler Medizin als Stärkung des Gesundheitssystems

„Das Bewusstsein, auf das eigene Wohlergehen und jenes anderer zu achten, ist in den letzten Jahren gestiegen. Durch den genaueren Blick auf das Leben erhalten allerdings auch Widrigkeiten mehr Gewicht. Die letzten Jahre waren geprägt durch unterschiedliche Krisen und Herausforderungen, auf die sich die Menschen in Österreich einstellen mussten. Da ist der Wunsch nach einer zukunftssicheren Gesundheitsversorgung groß“, so Allianz Vorstand Christoph Marek zum aktuellen Allianz-Gesundheitsbarometer. Bereits in der vergangenen Befragung im Herbst 2020, bei der die Covid-Pandemie im Mittelpunkt stand, haben sich erhebliche Auswirkungen auf das Gesundheitsempfinden der Österreicher:innen abgezeichnet. Waren es 2020 allerdings noch 72 Prozent, so sind es heute nur noch 63 Prozent der Befragten, die von größeren gesundheitlichen Problemen weitgehend verschont geblieben sind.

#### Mentale Gesundheit rückt in den Mittelpunkt

Insbesondere das Bewusstsein, auf die eigene psychische Gesundheit zu achten und entsprechende Versicherungsangebote anzunehmen, hat in den letzten Jahren stark zugenommen – insbesondere bei der jüngeren Generation. Jeder zweite Abschluss einer Gesundheitsversicherung der Allianz Österreich stammt aus der Altersgruppe der 0-18-Jährigen.

Generell ist auch der Wunsch nach ausgewogener Work-Life-Balance gestiegen, das Thema Burnout stellt kein Tabu mehr dar. Von mentalen Belastungen fühlen sich drei Viertel betroffen, in der Generation der 14- bis 29-Jährigen sogar 88 Prozent. Besonders oft genannt wird dabei Energiemangel, Antriebs- und Lustlosigkeit, gerade bei den jungen Menschen finden sich häufig aber auch Zukunftsorgen (40 Prozent) und -ängste (18 Prozent). Vor diesem Hintergrund erklärt sich auch, dass die allgemeine Lebenszufriedenheit von 54 Prozent auf 48 Prozent zurückgegangen ist. Die Umfrage zeigt ebenfalls regionale Unterschiede: Am gesündesten fühlen sich die Menschen in Salzburg und Tirol, die Lebenszufriedenheit ist in Salzburg und Oberösterreich am höchsten.

„Die Ergebnisse bestätigen das, was wir vermutet und in Gesprächen mit unseren Kund:innen erfahren haben. Nach überstandener akuter Bedrohung durch Corona zeigt die Umfrage nun das Bild einer sich

nach Ruhe und Normalität sehnenen Gesellschaft“, so Allianz-Gesundheitsexperte Dr. Dragan Dokic. Umso wichtiger sei heute die ganzheitliche Perspektive, der den Kund:innen eine gesundheitliche Rundum-Versorgung mit Fokus des Erhalts und der Stärkung der Gesundheit, umfassende Vorsorgechecks, psychologischen Notfall-Support und telemedizinische Beratung ermögliche. „Wir sind uns der Situation auch als Arbeitgeber bewusst und möchten für unsere Mitarbeiter:innen da sein, wenn sie Unterstützung brauchen. Aus diesem Grund kooperieren wir seit 2020 mit Instahelp, einer Online-Plattform, die eine individuelle psychologische Beratung per Videochat bietet – ohne Wartezeit, vertraulich und professionell“, so Dokic.

## **40 Prozent nehmen Burnout als persönliches Risiko wahr**

Als wesentlichen Faktor für nachlassende Gesundheit und Lebensfreude identifiziert die Allianz Umfrage den Stress. Bereits 27 Prozent der Befragten fühlen sich häufig gestresst (2020: 20 Prozent), Frauen öfter als Männer. Mit 49 Prozent sind noch rund die Hälfte der Befragten mit ihrer Work-Life-Balance zufrieden (2020: 63 Prozent), am öftesten ist das in Vorarlberg und Salzburg der Fall, mit Abstand am seltensten in Kärnten. 38 Prozent halten es für möglich, dass sie einmal von einem Burnout betroffen sein könnten (2020: 31 Prozent), 14 Prozent halten es sogar für wahrscheinlich. Insbesondere für die 14- bis 29-Jährigen besitzt das Thema Burnout hohe Relevanz, wo sich bereits mehr als die Hälfte (53 Prozent) davon bedroht fühlt. Wesentliche Faktoren in dieser Altersgruppe sind Zeitdruck und der gefühlte Zwang zur ständigen Erreichbarkeit. Auch große globale Themen spielen eine Rolle – von Kriegsgefahren bis zum Klimawandel – und werden als Stressfaktoren eingestuft. „Obwohl der persönliche Gesundheitszustand bei der jungen Bevölkerung als unverändert hoch und beschwerdefrei erlebt wird, scheint man der Fülle an subjektiv wahrgenommenen Belastungen weniger leicht Stand zu halten. Nachholbedarf, was Freizeitaktivitäten betrifft, permanente Präsenz und Darstellung in sozialen Medien, hoher Perfektionismus aber schlichtweg auch ein Leben, das in den letzten Monaten weniger leistbar geworden ist, führt zu schlichtweg mehr wahrgenommener subjektiver Belastung“ erläutert Birgit Starmayr, Vorständin market-Institut.

## **Sport und Bewegung erfreuen sich ungebrochener Beliebtheit**

Die aktuelle Allianz Umfrage weist auch darauf hin, dass gesunde Ernährung und Herkunft der Lebensmittel seit Ende der Covid-Pandemie an Stellenwert verloren hat. Der regelmäßige Konsum von frischem Obst und Gemüse fiel in den letzten drei Jahren von 71 auf 64 Prozent, auf die Regionalität der Lebensmittel achten nur noch 58 statt 67 Prozent, fettreiche Lebensmittel meiden nur noch 40 statt 45 Prozent. Vegan oder vegetarisch ernähren sich primär Menschen unter 30 Jahren, in dieser Altersgruppe sind das 26 Prozent. Immerhin wird von drei Viertel der Österreicher:innen auf Zigaretten verzichtet, von 60 Prozent auch auf regelmäßigen Konsum von Alkohol.

Unverändert häufig betreibt man dagegen hierzulande Sport, wobei Radfahren an erster Stelle steht, gefolgt von Nordic Walking bei der Älteren und dem Workout im Fitness-Center bei den Jüngeren. Fitness-Tracker und Gesundheits-Apps werden bereits von 28 Prozent der Bevölkerung genutzt, bei der jungen Generation sogar von 37 Prozent, Tendenz steigend. Wer selten oder nie Sport betreibt, tut dies weniger aus Zeitmangel, sondern einfach, weil keine Lust dazu besteht. Nach Bundesländern gereiht, sind die Kärntner:innen die Sportlichsten. Das Gesundheitsbewusstsein im Allgemeinen liegt in Tirol am höchsten.

## **Wunsch nach zukunftssicherer Gesundheitsversorgung**

„Zum Arzt oder ins Spital gehen viele wieder etwas häufiger als zu Pandemie-Beginn, oft auch um verschobene Behandlungstermine nachzuholen, im Schnitt etwa drei Mal pro Jahr“, berichtet Christoph Marek. Ärztinnen und Ärzte sind auch weiterhin die bevorzugten Auskunftspersonen, wenn

es um medizinische Fragen geht. Jüngere Menschen orientieren sich in Gesundheitsfragen allerdings immer häufiger auch am Internet. Berichte über möglichen Ärzte- oder Medikamentenmangel bereiten Herrn und Frau Österreicher dementsprechend erhebliches Kopfzerbrechen – nicht zuletzt da mehr als die Hälfte der Befragten angegeben hat, selbst Erfahrungen mit überfüllten Praxen, langen Wartezeiten auf Termine und nicht erhältlichen Medikamenten gemacht zu haben. Telemedizin wird überwiegend als gutes Angebot wahrgenommen, doch erst 6 Prozent haben damit persönliche Erfahrungen gemacht. Für Allianz-Gesundheitsexperten Dr. Dokic ist klar: „Bei digitaler Medizin geht es nicht darum, klassische Arztpraxen zu ersetzen, sondern um eine sinnvolle Verteilung der Last auf das Gesundheitssystem. Wir haben die Möglichkeit zu ärztlichen Online-Beratungen in unseren Versicherungsprodukten integriert und können diesen Service bereits jetzt Interessierten anbieten.“

Das alltägliche Leben präsentiert sich laut Allianz Studie in vieler Hinsicht wieder fast wie vor der Pandemie. So achten nur noch 40 Prozent verstärkt auf die Einhaltung von Hygienemaßnahmen (gegenüber 63 Prozent im Jahr 2020), 26 Prozent, ob die Menschen in der Umgebung krank sind (2020: 36 Prozent), Abstand zu den Mitmenschen halten nur noch 16 Prozent (2020: 40 Prozent). Das allgemeine Impfbewusstsein ist indes von 11 auf 24 Prozent gestiegen.

„Was mit Corona als 10-Kilometerlauf begann ist befeuert durch die Länge der Pandemie, die Teuerung und die unsichere Weltlage zu einem veritablen Marathon geworden, bei dem wir immer noch nicht wissen, was uns hinter der nächsten Kurve erwartet“, fasst Marek zusammen und betont: „Umso mehr müssen wir auf unser physisches und psychisches Wohlbefinden achten, bewusste Pausen einlegen und dürfen dabei auch die Freude am Leben nicht aus den Augen verlieren.“

## Downloads im Allianz Pressecenter

- Fotos: Allianz / Harson, Abdruck zu PR-Zwecken honorarfrei
- Pressemitteilung als PDF
- Charts Allianz Gesundheitsbarometer 2023 als PDF

## Pressekontakt

### Dr. Thomas Gimesi

Pressesprecher

Corporate Communications

Allianz Gruppe in Österreich

M: +43 676 878 222 914

E-Mail: [presse@allianz.at](mailto:presse@allianz.at)

## Social Media



Follow us on LinkedIn [@Allianz Österreich](#)



Follow us on Facebook [@allianzoesterreich](#)



Follow us on Twitter [@AllianzAustria](#)



Follow us on Instagram [@allianz\\_oesterreich](#)

## Disclaimer

Die Allianz Gruppe Österreich übernimmt keine Haftung für die Richtigkeit und Vollständigkeit der enthaltenen Aussagen und Informationen. Aus dieser Pressemitteilung erwachsen keine Rechtsansprüche - gleichgültig welcher Art. Irrtümer und Tippfehler sind vorbehalten. Die Allianz Gruppe Österreich übernimmt keine Verpflichtung, die in dieser Meldung enthaltenen Aussagen und Informationen zu aktualisieren, soweit keine gesetzliche Veröffentlichungspflicht besteht.