

Wie **gesund** sind die Deutschen?

Das Robert Koch-Institut hat eine umfangreiche Studie zur Gesundheit Erwachsener durchgeführt und jetzt erste Ergebnisse vorgestellt. Hieraus können sich auch für die Apotheke neue **Aspekte** ergeben.

Neben dem Infektionsschutz ist das Gesundheitsmonitoring das zweitgrößte Aufgabenfeld des Robert Koch-Instituts (RKI). Dabei wird der Gesundheitszustand der Bevölkerung erfasst und analysiert. Zuletzt war eine solche Untersuchung Ende der 1990er-Jahre durchgeführt worden. Die gewonnenen Daten dienen unter anderem der Politik für ihre gesundheitspolitische Planung und der Weiterentwicklung von Präventivmaßnahmen.

Von November 2008 bis Januar 2012 wurden an 180 Studienorten hier zu Lande 7328 Personen zwischen 18 und 79 Jahren für die „Studie zur Gesundheit Erwachsener in Deutschland“ befragt und untersucht. Weitere 914 Erwachsene absolvierten ausschließlich das Befragungsprogramm. So wurden beispielsweise Daten zur psychischen Gesundheit mit einem Fragebogen und einem computergestützten ärztlichen Interview erhoben. Ausgewertet wurden ferner Blut- und Urinproben, außerdem fanden körperliche Untersuchungen und Tests statt.

Mehr Adipöse und Depressive

Während sich der Anteil an Übergewichtigen seit der letzten Untersuchung kaum verändert hat – bei den Männern sind es 67,1 Prozent und bei den Frauen 53 Prozent – ist der Anteil der Fettleibigen mit einem

Body-Mass-Index über 30 zumindest bei den Männern gestiegen. 1998 waren 18,9 Prozent der untersuchten Männer adipös, inzwischen sind es 23,3 Prozent. Bei den Frauen stieg die Zahl von 22,5 auf 23,9 Prozent. Dabei ist vor allem im jungen Erwachsenenalter die Gruppe der Adipösen weiter gewachsen. Beim Thema „Psychische Gesundheit“ zeigte sich, dass 8,1 Prozent der Teilnehmer aktuell an den Symptomen einer Depression litten und 1,5 Prozent berichteten, dass bei ihnen in den letzten zwölf Monaten ein Burn-out-Syndrom festgestellt wurde.

Diabetes häufig noch unerkannt

7,2 Prozent der Studienteilnehmer gaben an, an Diabetes mellitus erkrankt zu sein. Dies sind zwei Prozent mehr als bei der letzten Studie. Zur Einschätzung eines noch nicht erkannten Diabetes wurden der Blutzucker sowie der Anteil des an Zucker gebundenen Hämoglobins (HbA1c) bestimmt. Die Prävalenz des bislang unerkannten Diabetes liegt bei 0,7 bis 2,1 Prozent, je nachdem ob Blutzucker und HbA1c getrennt oder in Kombination betrachtet werden. Ein weiterer Aspekt der Studie ist die körperliche Aktivität der Deutschen. 51,7 Prozent der Männer und 49,5 Prozent der Frauen sind regelmäßig mindestens ein Mal pro Woche sportlich aktiv. Hier sind die Zahlen seit der letzten Untersu-



chung deutlich gestiegen – um 14,1 Prozent bei Männern und um 16,0 Prozent bei Frauen.

Vorbeugen ist besser Das Nachdenken über Präventionsmaßnahmen sollte nicht ausschließlich der Politik überlassen werden. Die Apotheke ist sehr viel näher dran am Menschen. Ansätze gibt es schon eine ganze Menge – von Vorträgen über gezielte Ernährungsberatung bis zu Walking-Gruppen. Die neuen Daten zeigen, wo der Schuh drückt und wie sich die Deutschen entwickelt haben. Holen Sie ihre Kunden dort ab, wo sie stehen! ■

*Sabine Bender,
Apothekerin / Redaktion*