

PRESSEMITTEILUNG

Research

Allianz Gesundheitsbarometer 2020:

Corona verändert das Gesundheitsbewusstsein der Österreicherinnen und Österreicher

- **Lebenswertgefühl trotz Corona gestiegen**
- **Gesundheit und Familie wichtiger als Partnerschaft oder Karriere**
- **Zwei Drittel haben fallweise psychische Probleme – jeder Zehnte akut Burnout-gefährdet – Jugend oft einsam**
- **Spaziergehen „Stresskiller“ Nummer Eins**

„Die Österreicherinnen und Österreicher betrachten ihr Leben auch in der Corona-Krise als sehr lebenswert. Gleichauf mit der Familie ist Gesundheit zum wichtigsten Faktor des Lebens geworden“, so Mag. Christoph Marek, Vorstand der Allianz Österreich im Zuge des neu erschienenen Allianz Gesundheitsbarometers. Während der Stress – privat wie beruflich – eher zurückgegangen ist, sind die Sorgen deutlich gewachsen. Bereits 68 Prozent sind fallweise von psychischen oder mentalen Problemen betroffen. Den Arztbesuch scheut immer noch jeder Vierte, um Ansteckungsgefahren zu vermeiden. Gleichzeitig sind Ärzte neben dem Internet die häufigste Informationsquelle. Bei der Jugend boomen Fitness-Tracker sowie Sport- und Gesundheits-Apps. 63 Prozent der Bevölkerung achten mehr als bisher auf die Einhaltung von Hygienemaßnahmen.

Diese Ergebnisse brachte eine repräsentative Allianz Umfrage, die vom Market-Institut durchgeführt wurde.

Nichts ist so wichtig wie Gesundheit und Familie

„Als Gesundheitsversicherer sind wir für unsere Kundinnen und Kunden ein lebensbegleitender Partner, der ihre Risiken abfedert und ihnen in allen wichtigen Lebensbereichen – wie auch der Gesundheit – zur Seite steht. Wir merken, dass das Gesundheitsbewusstsein in den letzten Monaten gestiegen und eine neue Sensibilität für das Thema Gesundheit entstanden ist – das bestätigt auch unsere Umfrage“, berichtet Mag. Christoph Marek. Zugenommen hat in dieser Zeit auch der Stellenwert von Familie, Freunden und sozialen Kontakten, der noch vor Karriere, Partnerschaft und Freizeit liegt“, 54 Prozent der Befragten gaben an, einen gesunden Lebensstil zu pflegen, nicht zu rauchen, wenig Alkohol zu trinken und auf ausreichend Schlaf zu achten. 72 Prozent der Menschen fühlen sich insgesamt gesund – ein Wert, der seit Jahren weitgehend konstant geblieben ist. In erstaunliche Höhen ist während Corona aber das allgemeine Lebenswertgefühl gestiegen, nicht zuletzt durch die teilweise entstandene Entschleunigung: 8,26 auf einer zehnstufigen Skala.

Veränderter Alltag in Corona-Zeiten

Generell hat die Corona-Krise in vieler Hinsicht in das Alltagsleben eingegriffen. Zwei von drei Personen achten mehr als bisher auf Hygiene, insbesondere Frauen sowie Menschen über 50 Jahren. Bei Letzteren ist auch der „Babylefant“ mit Abstand am besten angekommen. Ärzte gelten vor dem Internet noch immer als wichtigste Informationsquelle bei Gesundheitsfragen, der persönliche Arztbesuch wird aber von 26 Prozent möglichst vermieden. Junge greifen zunehmend zu Fitness-Trackern und Sport- bzw. Gesundheits-Apps. Quer durch die Bevölkerung achten 28 Prozent jetzt mehr darauf, sich mit regionalen Lebensmitteln zu versorgen. „Regionalität und regionaler Einkauf ist im internationalen Vergleich eine besondere Erfolgsgeschichte in Österreich. Eine von der IRIS-Gruppe – dem internationalen Verband der Marktforschungsinstitute – im April 2020 durchgeführte Studie bestätigt dies eindrucksvoll“, so Prof. Dr. Werner Beutelmeyer, Geschäftsführer des Market-Instituts zum veränderten Einkaufsverhalten der Österreicherinnen und Österreicher.

Große psychische Belastung

Das Allianz Gesundheitsbarometer zeigt auch die Kehrseite der Medaille. Gerade die 14-29-Jährigen fühlen sich oft einsam und mit ihren Problemen allein gelassen. Besonders Frauen und jüngere Menschen klagen mehr als bisher über Antriebs- und Energielosigkeit, Müdigkeit und Schlafstörungen. 10 Prozent der Befragten haben wiederkehrende Angststörungen und Panikattacken. Es ist davon auszugehen, dass die Krise in den vergangenen Monaten diesen Negativtrend stark befeuert hat. Sorgen macht vielen Menschen in Corona-Zeiten übrigens nicht nur die eigene Gesundheit, sondern oft noch mehr die Gesundheit von Familie und Freunden, wie die Umfrage zeigt. „Die Angst vor einer Corona-Infektion innerhalb der Familie ist mit 41 Prozent größer als die Angst, sich selbst anzustecken – davor fürchten sich laut Umfrage 29 Prozent“, konstatiert Beutelmeyer.

Zeit- und Leistungsdruck machen uns zu schaffen

11 Prozent der Österreicherinnen und Österreicher über 14 Jahren, also rund 800.000 Personen, fühlen sich akut Burnout-gefährdet. Den Männern machen dabei oft zu viele Überstunden Probleme, den Frauen eher ein schlechtes Betriebsklima. Annähernd jeder Sechste empfindet auch seinen Vorgesetzten als Stressfaktor. Auffällig: Ab 50 Jahren nimmt die Burnout-Gefahr deutlich ab, nachdem sie in den Jahren unmittelbar davor offenbar am höchsten gewesen ist. Als „Stresskiller“ Nummer Eins gilt für rund die Hälfte aller Befragten das Spaziergehen und Wandern in der Natur, auch das längere Schlafen als wirksames Mittel gegen Stress wurde im Corona-Jahr von vielen wiederentdeckt.

Die Umfrage wurde vom Market-Institut im Auftrag der Allianz Österreich als Online-Befragung durchgeführt. Befragt wurden 1.000 Personen ab 14 Jahren.

Wien, 14. Oktober 2020

Downloads im [Allianz Media Newsroom](#)

- Foto: Mag. Christoph Marek (© Allianz – Abdruck honorarfrei)
- Pressemitteilung als pdf

Pressekontakte

Patricia Strampfer

Head of Corporate Communications
Allianz Gruppe in Österreich
Tel: +43 5 9009 80690
E-Mail: patricia.strampfer@allianz.at

David Weichselbaum

Corporate Communications
Allianz Gruppe in Österreich
Tel: +43 5 9009 80690
E-Mail: david.weichselbaum@allianz.at

Social media



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



Follow us on Facebook [@allianzoesterreich](#)



Follow us on Facebook [@allianzkarriereinoesterreich](#)



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.