



Pressemitteilung

Ihre Pressekontakte:

Isabell Rabe, Pressesprecherin
Maike Schwarz, Pressereferentin
Fon: 07141 9790-9845
E-Mail: presse@mhplus.de

www.mhplus.de/presse

Umfrage: Gesunde Ernährung ist Deutschen wichtiger als früher Drei Viertel der Bevölkerung wünschen sich Infos dazu aus vertrauenswürdiger Quelle

Ludwigsburg, 25. Juli 2024. Den Deutschen sind gesunde Ernährung und fundierte Informationen dazu sehr wichtig. Laut einer aktuellen Umfrage der mhplus Krankenkasse wissen mehr als zwei Drittel der Bevölkerung über die Bedeutung von gesunder Ernährung für ein langes Leben, mehr als 80 Prozent ist sie sogar wichtiger als früher. Die Mehrheit wünscht sich zusätzliche Infos und hält Krankenkassen und Ärzte für vertrauenswürdiger Quellen als den eigenen Freundeskreis. An der repräsentativen Online-Umfrage im Juni 2024 beteiligten sich mehr als 1.000 erwachsene Bundesbürgerinnen und -bürger.

Gesunde Ernährung hat an individueller Bedeutung gewonnen. Für über drei Viertel der Deutschen (81 Prozent) ist gesunde Ernährung heute wichtiger als früher. Besonders stark trifft das auf die unter 40-Jährigen zu (88 Prozent). Drei Viertel der Deutschen (77 Prozent) wollen sich außerdem gesünder ernähren. Das geht aus einer aktuellen Online-Umfrage der mhplus Krankenkasse hervor.

Christine Albrecht, Fachbereichsleiterin für Gesundheitsförderung bei der mhplus, sieht diese Entwicklung positiv: „Mit gezielten, vorbeugenden Maßnahmen wie gesunder Ernährung kann jeder Einzelne dafür sorgen, sein Risiko für unter anderem Herz-Kreislauf-Erkrankungen deutlich zu verringern“. Das wissen offenbar auch die Deutschen: Eine Mehrheit von 71 Prozent kennt den Nutzen von gesunder Ernährung für ein langes Leben. Immerhin 29 Prozent halten aber andere Aspekte für bedeutsamer.

Großteil wünscht sich mehr Infos zu Ernährung

Gerade die Jüngeren wollen mehr zu gesunder Ernährung wissen. Das gaben 79 Prozent der 18- bis 39-Jährigen an. Insgesamt fehlen der Mehrheit aller Befragten (65 Prozent) Informationen zu gesunder Ernährung.

Eindeutig sind die Befragten in ihrer bevorzugten Quelle für Ernährungsinfos: Über zwei Drittel (71 Prozent) vertrauen hier eher ihrer Krankenkasse oder ihrem Arzt als dem eigenen Freundes- und Bekanntenkreis. Dies trifft besonders auf die männlichen Befragten zu (75 Prozent) und mit 66 Prozent weniger auf die Frauen. Dass Krankenkassen ihre Versicherten bei einer gesunden Ernährung unterstützen, weiß mit 63 Prozent die Mehrheit der Befragten.

Expertin Christine Albrecht sieht mit dem entgegengebrachten Vertrauen die Rolle von Krankenkassen als Gesundheitspartner bestätigt: „Wir bieten unseren Versicherten Gesundheitsinfos und Präventionsprogramme speziell zum Thema Ernährung. So unterstützen wir sie dabei, dass Erkrankungen gar nicht erst auftreten und sie langfristig gesund bleiben.“ Angebote der mhplus seien unter anderem kostenlose Ernährungsvorträge, Gewichtskoaching für Kinder oder ein digitales Wissensportal zu Ernährung.

Online-Umfrage mit über 1.000 Deutschen

Die repräsentative Studie zu gesunder Ernährung wurde im Auftrag der mhplus im Juni 2024 mit 1.011 Bundesbürgerinnen und -bürgern zwischen 18 und 79 Jahren online durchgeführt. Zehn Aussagen waren mit einer zweistufigen Ablehnung oder Zustimmung zu beantworten. Weiter wurden demographische Angaben wie Geschlecht, Alter, Bildungs- und Familienstand anonym abgefragt.

Links:

mhplus.de/presse/studien-umfragen | mhplus-gesundheitstalk.de
mhplus.de/gewichtskoaching-kinder | mhplus.de/gesundheitswissen

Die mhplus Krankenkasse im Profil:

Die mhplus Krankenkasse ist offen für gesetzlich Krankenversicherte. Rund 1.000 Mitarbeitende betreuen deutschlandweit mehr als eine halbe Million Versicherte. Unabhängige Tests belegen hohe Servicestandards und solide Finanzen. Der Zusatzbeitrag der mhplus beträgt seit Januar 2023 stabil 1,58 Prozent.