



## Pressemitteilung

### Ihre Pressekontakte:

Isabell Rabe, Pressesprecherin  
Maike Schwarz, Pressereferentin  
Fon: 07141 9790-8013  
E-Mail: [presse@mhplus.de](mailto:presse@mhplus.de)

[www.mhplus.de/presse](http://www.mhplus.de/presse)

## **Umfrage: Deutsche wollen möglichst lange, aber nicht ewig leben**

**Neun von zehn Befragten möchten nur dann alt werden, wenn sie gesund bleiben**

**Ludwigsburg, 24. Januar 2025. Den Deutschen ist ein langes Leben sehr wichtig. Laut einer aktuellen Umfrage der mhplus möchten fast 80 Prozent möglichst alt werden. Gleichzeitig wünschen sich weniger als 30 Prozent, unsterblich zu sein, und über 60 Prozent beschäftigen sich erst gar nicht mit dem Altwerden. Neun von zehn Befragten verknüpfen den Wunsch nach einem hohen Lebensalter damit, gesund zu bleiben. An der repräsentativen Online-Umfrage im Dezember 2024 beteiligten sich mehr als 1.000 erwachsene Bundesbürgerinnen und -bürger.**

Die Deutschen wollen zwar sehr lange leben, aber nicht unsterblich sein. 77 Prozent der Bevölkerung möchten möglichst alt werden, insbesondere diejenigen Personen, die selbst schon im Rentenalter sind (90 Prozent). Hingegen scheint gerade für die Älteren der Gedanke, ewig zu leben, nicht attraktiv: Nur wenige der über 70-Jährigen wollen unsterblich sein (15 Prozent). Insgesamt wünschen sich das nur etwa ein Viertel der Befragten (28 Prozent). Besonders Menschen in ihrer Lebensmitte zwischen 40 und 50 wollen gerne für immer leben (33 Prozent). Das sind die Ergebnisse einer aktuellen Online-Umfrage der mhplus Krankenkasse.

### **Junge Menschen leben lieber in Gegenwart**

Mit „möglichst alt werden“ ist offenbar ein Alter fernab der 70 gemeint, denn nur 20 Prozent der Befragten reicht es, 70 Jahre alt zu werden. Die Zustimmung hierzu schwindet mit zunehmendem Alter der Deutschen deutlich. Fast zwei Drittel der Befragten möchten sich offenbar

gar nicht mit ihrem Lebensende auseinandersetzen: Denn 64 Prozent der Befragten leben lieber in der Gegenwart als sich mit dem Altwerden zu beschäftigen. Gerade junge Menschen unter 30 legen ihren Fokus eher auf das Hier und Jetzt (74 Prozent).

### **Altwerden ja, aber nur gesund**

Über alle Altersgruppen hinweg sind sich die Deutschen einig: Krank wollen sie nicht alt werden, sondern nur gesund (91 Prozent). Der überwiegenden Mehrheit ist auch bewusst, dass der Schlüssel hierfür bei ihnen selbst liegt: 80 Prozent stimmen zu, dass man eher ein hohes Alter erreicht, wenn man gesund lebt.

Christine Albrecht, Präventionsexpertin bei der mhplus, bestärkt das vorhandene Gesundheitsbewusstsein: „Ein gesundheitsfördernder Lebensstil mit ausreichend Schlaf, gesunder Ernährung und regelmäßiger Bewegung ist eine wichtige Voraussetzung, um auch im Alter gesund zu bleiben. Wer langanhaltenden Stress vermeidet, kann seinen Alterungsprozess ebenfalls positiv beeinflussen.“

### **Online-Umfrage mit über 1.000 Deutschen**

Die bevölkerungsrepräsentative Studie zum Altwerden wurde im Auftrag der mhplus im Dezember 2024 mit 1.002 Bundesbürgerinnen und -bürgern zwischen 18 und 79 Jahren online durchgeführt. Zehn Aussagen waren mit einer zweistufigen Ablehnung oder Zustimmung zu beantworten. Zusätzlich gab es eine offene Frage mit zehn Antwortmöglichkeiten. Weiter wurden demografische Angaben wie Geschlecht, Alter, Bildungs- und Familienstand anonym abgefragt.

### **Links:**

[mhplus.de/presse/studien-umfragen](https://mhplus.de/presse/studien-umfragen) | [mhplus.de/gesundheitswissen](https://mhplus.de/gesundheitswissen)

### **Über die mhplus Krankenkasse:**

Die mhplus Krankenkasse wurde 1952 als Betriebskrankenkasse der MANN + HUMMEL GmbH in Ludwigsburg gegründet. Seit 1999 ist sie offen für gesetzlich Krankenversicherte. Rund 1.000 Mitarbeitende betreuen deutschlandweit mehr als eine halbe Million Versicherte. Unter dem Motto „Einfach.Mehr.Du“ setzt die mhplus auf umfassende Leistungen für die ganze Familie, attraktive Bonusprogramme und einen empathischen, verlässlichen Service. Mehr Informationen auf der Homepage [www.mhplus.de](https://www.mhplus.de).