



Gesund älter werden – Longevity-Umfrage der HanseMerkur

Ein langes, gesundes Leben ist für viele Menschen ein zentrales Lebensziel. Das bestätigt eine aktuelle Longevity-Umfrage im Auftrag der HanseMerkur: Für 52 Prozent der Befragten ist der Wunsch, gesund alt zu werden, der wichtigste Antrieb, aktiv etwas für die eigene Gesundheit zu tun. Genau hier setzt die HanseMerkur an – mit dem klaren Verständnis, Gesundheit nicht erst bei Krankheit zu begleiten, sondern frühzeitig zu fördern und langfristig zu erhalten.

Gesundheitssystem unter Zugzwang: Deutschland sieht Prävention und Eigenverantwortung als Hebel für Zukunftsfähigkeit

Das deutsche Gesundheitssystem steht aus Sicht der Bevölkerung an einem kritischen Punkt. Eine repräsentative YouGov-Umfrage im Auftrag der HanseMerkur Krankenversicherung zeigt: [69 Prozent der Menschen in Deutschland sind der Meinung, dass das System nicht ausreichend auf eine älter werdende Gesellschaft vorbereitet ist](#). Eine klare Mehrheit sieht dringenden Reformbedarf – und befürwortet eine deutlich stärkere Rolle von persönlicher Gesundheitsverantwortung und Prävention.

Longevity als Ziel, Aussehen als Anreiz: So blickt die Gen Z auf ihre Gesundheit

Die Aussicht auf ein langes, gesundes und aktives Leben ist für junge Erwachsene die stärkste Motivation, sich um ihre Gesundheit zu kümmern. Das zeigt eine repräsentative YouGov-Umfrage im Auftrag der HanseMerkur Krankenversicherung. [Gleichzeitig versteht ein Teil der Generation Z Gesundheit als Teil ihres Lifestyles](#): Aussehen, Fitness und finanzielle Vorteile motivieren vor allem die 18- bis 24-jährigen Vertreterinnen und Vertreter dieser Generation, einen gesundheitsbewussten Lebensstil zu pflegen.

Deutschland kann gesund – und will mehr: Mehrheit fordert Schulfach „Gesundheit“ als Schlüssel für ein langes, selbstbestimmtes Leben

Zu Jahresbeginn nehmen sich viele Menschen vor, mehr für ihre Gesundheit zu tun – das Potenzial dafür ist da. Laut repräsentativer YouGov-Umfrage der HanseMerkur Krankenversicherung sind Dreiviertel (75 Prozent) der Menschen in Deutschland überzeugt, dass Gesundheit aktives Handeln verlangt und kein Selbstläufer ist. Über die Hälfte (52 Prozent) achtet bereits auf das eigene Wohlbefinden, sieht aber noch Luft nach oben. 21 Prozent der Befragten waren bislang noch nicht aktiv, sind aber motiviert, dies zu ändern. Das zeigt: [Der Wille, selbst Verantwortung für ein langes, gesundes und selbstbestimmtes Leben zu übernehmen, ist in der Bevölkerung fest verankert](#) – und gibt Rückenwind für einen gesunden Aufbruch ins neue Jahr.

Stollen statt Sport, Lebkuchen statt Longevity?

HanseMerkur-Umfrage zeigt: Süßes bleibt größte Versuchung an Weihnachten

Weihnachten ist und bleibt eine Zeit des Genusses – auch wenn nicht alle ihr Gesundheitsverhalten ändern. Das zeigt eine aktuelle, [repräsentative Umfrage im Auftrag der HanseMerkur Krankenversicherung](#), durchgeführt vom Meinungsforschungsinstitut YouGov.

Bildquellen

- FO_36407908_preview.jpg: HanseMerkur
- pexels-shvets-production-8899541.jpg: HanseMerkur
- pexels-ketut-subiyanto-4853268.jpg: HanseMerkur
- anne-nygard-KTpjJHEH0g-unsplash.jpg: HanseMerkur
- iStock-1803501302_preview.jpg: HanseMerkur