

Wenn sie die Zeit zurückdrehen könnten: 86 Prozent der Herzkranken hätten mehr auf ihre Gesundheit geachtet

Umfrage der SBK: Angesichts der Diagnose bedauern viele ihren ungesunden Lebenswandel

München, 18.01.2011. Die Siemens-Betriebskrankenkasse SBK hat ihre herzkranken Versicherten zu ihrem Leben mit einem kranken Herzen befragt. Dabei kam heraus: Nur 14,4 Prozent hätten an ihrem Lebenswandel nichts geändert, hätten sie im Vorfeld gewusst, dass sie am Herzen erkranken.

Vorsorge und ein gesunder Lebensstil – oft gepredigt, aber im Alltag ist der innere Schweinehund nicht immer so leicht zu überwinden. Erst im Nachhinein sagen sich viele: Hätte ich nur anders gelebt, dann würde es mir jetzt besser gehen. Das ist das Ergebnis einer Befragung unter Versicherten der SBK. Geändert hätten die Betroffenen ihr Leben vor allem in folgenden Bereichen: Sie hätten den Stress reduziert und auf eine bessere Work-Life-Balance geachtet (49,8 Prozent), wären eher zum Arzt gegangen (44,3 Prozent), hätten sich gesünder ernährt (42,8 Prozent) und nicht geraucht (42,3 Prozent).

Erst nach der Diagnose sind die meisten aufgeschreckt und haben ihren Lebensstil geändert: Ganze 87,6 Prozent der Befragten gaben an, tatsächlich etwas verändert zu haben. So stellte ungefähr die Hälfte der Teilnehmer (51,2 Prozent) nach eigenen Angaben ihre Ernährung nach der Diagnose um. Über zwei Drittel (71,1 Prozent) bewegten sich fortan regelmäßig – während jedoch lediglich 26,9 Prozent konstant Sport trieben. Die Bewegung wurde und wird also viel mehr in den Alltag integriert. 92,5 Prozent nahmen fortan ihre Medikamente regelmäßig ein und halten sich seitdem strikt an die Vorgaben ihres Arztes. (Vorsorge-)Untersuchungen werden von 88,5 Prozent der Befragten immer wahrgenommen. Über die Hälfte (52,7 Prozent) der Betroffenen achtet außerdem darauf, im Alltag weniger Stress zu haben – aber nur 19,9 Prozent können sich dafür begeistern, den Stressabbau durch regelmäßige Entspannungsübungen zu unterstützen. Ein wichtiger Faktor war auch hier wieder das Rauchen. 42,3 Prozent der Umfrageteilnehmer hörten damit auf nachdem sie von ihrer Herzkrankheit erfahren hatten.

Für die Analyse hat die SBK 750 ihrer Versicherten befragt, die aufgrund einer koronaren Herzerkrankung oder einer chronischen Herzinsuffizienz im Behandlungsprogramm SBK MedPlus KHK eingeschrieben sind. Im Fokus der Befragung stand die Lebensstiländerung bei Herzerkrankungen.

Über die SBK:

Die SBK (Siemens-Betriebskrankenkasse) ist eine geöffnete, bundesweit tätige Betriebskrankenkasse, sie ist mit fast 1 Million Versicherten die zweitgrößte Betriebskrankenkasse Deutschlands und gehört zu den 20 größten Krankenkassen bundesweit. Die SBK ist mit über 100 Geschäftsstellen und über 1.300 Mitarbeitern nahe bei ihren Kunden. Sie betreut ferner über 100.000 Firmenkunden bundesweit. In der mehr als 100-jährigen Geschichte der SBK stand und steht der Mensch immer im Mittelpunkt ihres Handelns. Sie unterstützt auch heute ihre Kunden bei allen Fragen rund um die Themen Versicherung, Gesund bleiben und Gesund werden. Dies bestätigen auch die Kunden. Beim Wettbewerb „Deutschlands kundenorientierteste Dienstleister“ gehört die SBK seit Jahren zu den Besten, erreichte 2010 Platz 1 unter den Krankenkassen. Ebenfalls auf Platz 1 bei der Kundenzufriedenheit steht die SBK beim Kundenmonitor 2010 mit 8.000 befragten Versicherten. Gleichzeitig konnte sich die SBK im Wettbewerb „Deutschlands beste Arbeitgeber“ 2010 erneut unter den besten 100 Unternehmen platzieren. Sie erreichte den 6. Platz in der Kategorie der Unternehmen mit 501 bis 2.000 Mitarbeitern.

Für Rückfragen:

SBK
Franziska Herrmann
stv. Pressesprecherin
Heimeranstraße 31
80339 München
Telefon: +49 (0) 89 62700-479
E-Mail: franziska.herrmann@sbk.org

Besuchen Sie uns im Internet und diskutieren Sie mit:



www.sbk.org



www.facebook.com/SBK



twitter.com/Siemens_BKK