

Gesundheit: Wo stehen wir?

Wie Menschen ihre Gesundheit wahrnehmen, managen und aktiv gestalten, zeigt eine repräsentative Umfrage mit 20 000 Personen in 20 europäischen Ländern.

TEXT: JÜRG LENDEMANN

Seit 2014 untersucht der STADA Health Report, wie es um den Gesundheitszustand in europäischen Ländern steht. Sven Arn, Studienleiter des neuesten Health Reports 2026, präsentierte am 7. Juli 2026 in Zürich die aktuellen Ergebnisse mit Fokus auf die Antworten der 500 befragten Schweizer von 18 bis 99 Jahren.

Gesundheitssystem: in der Spitzengruppe

Die Schweiz ist nach wie vor sehr zufrieden mit ihrem Gesundheitssystem und betrachtet es als eines der besten weltweit. Mit 77 Prozent der Antworten «Zufrieden & sehr zufrieden» liegt sie weit über dem Durchschnitt. Ein Vergleich mit anderen Ländern zeigt: Nur Belgien und Usbekistan weisen eine höhere Zufriedenheit mit dem Gesundheitssystem auf als die Schweiz.

Mentale Gesundheit

Bei der Einschätzung des mentalen Wohlbefindens belegt die Schweiz Rang 5. Allerdings wird bei der Frage nach den grössten gesundheitlichen Herausforderungen die mentale Gesundheit von den Befragten aus der Schweiz mit 58 Prozent an erster Stelle genannt. Damit übersteigt das

Ausmass der Besorgnis den europäischen Durchschnitt deutlich. Schlechte psychische Gesundheit prägt die Wahrnehmung und beeinflusst verschiedene Lebensbereiche. Sven Arn sagt dazu: «Da sind dann die Fragezeichen zum Gesundheitssystem ausgeprägter und die Menschen sind mit ihm unzufriedener. Auch haben sie das Gefühl, ihre Gesundheit nicht selbst managen zu können, und viele sehen das Älterwerden als eine Bedrohung an.»

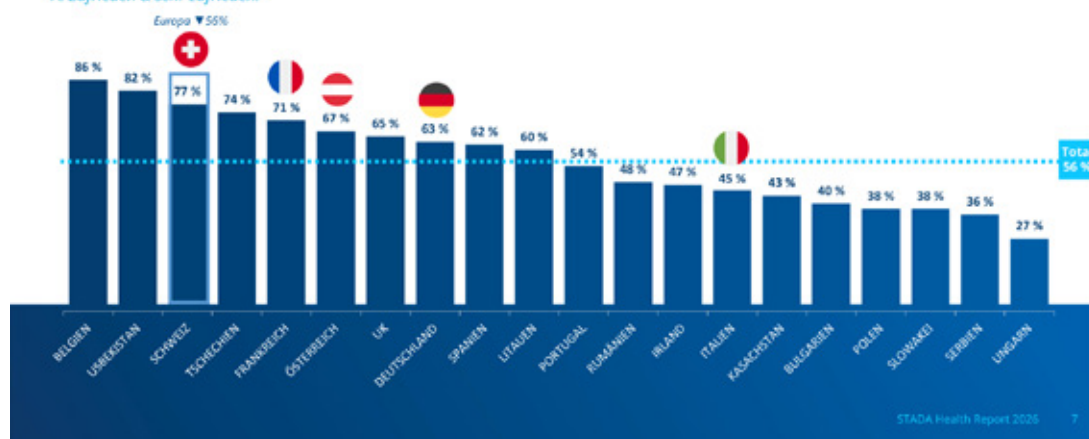
Gesund älter werden

«Die Eigenverantwortung hat in der Schweiz eine grosse Tradition», meint Arn. Dies schlägt sich in den Ergebnissen nieder: Bei der Eigenverantwortung für die Gesundheit liegt die Schweiz in Europa an der Spitze (28 Prozent vs. 19 Prozent Europa insgesamt). «Mit 69 Prozent ist die Meinung, dass die Personen selbst die Verantwortung für ihre Gesundheitsbildung übernehmen sollen, besonders in der deutschsprachigen Schweiz sehr hoch.»

«Nur» 67 Prozent der Schweizer (in Europa sind es 75 Prozent) finden es wichtig, möglichst lange zu leben. Den Befragten ist in diesem Lebensabschnitt eine hohe Lebensqualität wichtig. Als Gründe, sich auf das Alter zu freuen, wurden mehr Freizeit, die Pensionierung und weniger Stress genannt. Am meisten Angst beim Älterwerden machen Hin-

Nur Belgien und Usbekistan weisen eine höhere Zufriedenheit mit dem Gesundheitssystem auf als die Schweiz

F: Wie zufrieden sind Sie insgesamt mit dem öffentlichen Gesundheitssystem in Ihrem Land?
A: Zufrieden & sehr zufrieden.





Weniger als die Hälfte der Schweizer nutzt derzeit KI zur Unterstützung ihrer Gesundheit

F: Wie nutzen Sie derzeit KI im Zusammenhang mit Ihrer Gesundheit?

48% 55+ ▼ 26%

nutzen derzeit KI im Zusammenhang mit Gesundheit.



dernisse wie körperliche Probleme, Krankheit, Pflegebedürftigkeit und die Notwendigkeit, in eine Pflegeeinrichtung ziehen zu müssen. Fazit: Wichtiger, als lange zu leben, ist, gut älter zu werden. Arn sagt: «Die Leute sind auch bereit, dafür ungesunde Gewohnheiten aufzugeben, zum Beispiel den Verzicht bzw. die Reduktion von Zucker und Süssigkeiten, Fast Food, Bildschirmzeit, Alkohol und Fleisch.»

Beliebte Selbstmedikation

95 Prozent der Menschen betreiben Selbstmedikation – vor allem bei Erkrankungen wie leichten Schmerzen, Erkältungs- oder Grippesymptomen sowie leichten Magen-Darm-Beschwerden. Während Menschen in anderen Ländern wegen Wartezeiten auf Selbstmedikation setzen, sind die Gründe in der Schweiz ein starkes Selbstbewusstsein – «Ich weiss bereits, was bei mir wirkt.» – sowie die Bevorzugung von bewährten Hausmitteln gegenüber Medikamenten oder Nahrungsergänzungsmitteln. Zudem ist die Besorgnis über

Selbstmedikation mit 24 Prozent vergleichsweise gering (Platz 4 von 20 Ländern). «Personen, die Selbstmedikation betreiben, sind digitaler orientiert, haben grösseres Vertrauen in reine Online-Apotheken und nutzen KI stärker», fasst Arn weitere Ergebnisse des Health Reports zusammen.

KI im Vormarsch

«Dr. Google» wird nach und nach durch KI ersetzt. Dennoch ist es ein weiter Weg bis zur vollständigen Akzeptanz von KI im Gesundheitsbereich. Fast die Hälfte der Befragten in der Schweiz (48 Prozent) nutzt derzeit KI im Zusammenhang mit Gesundheit zu Vorsorgezwecken, um eine Diagnose besser zu verstehen, einen Arztbesuch vorzubereiten und zur Unterstützung der mentalen Gesundheit. Auf die Frage nach den grössten Hoffnungen für den Einsatz von KI im Gesundheitswesen wurden am häufigsten «bezahlbare Gesundheitsversorgung» (durch Reduktion von administrativen Kosten) und «schnellere Diagnosen» genannt. <