

Dortmund, 1. Februar 2017

Repräsentative Umfrage zum Weltkrebstag

## Mehr Aufklärung nötig: Sport senkt Krebsrisiken

**DORTMUND.** Das Risiko, an Krebs zu erkranken, kann durch regelmäßige Bewegung gesenkt werden. Doch nur 39 Prozent der Bevölkerung ist dies bekannt. Und lediglich jeder Sechste (16 Prozent) ist bisher von seinem Arzt im Rahmen einer Routineuntersuchung über diese positive Wirkung von Sport aufgeklärt worden. Je höher der Bildungsabschluss, desto besser sind den Menschen gesundheitliche Zusammenhänge bekannt. Überraschend sind Männer hier besser informiert als Frauen. Das ergab eine repräsentative Umfrage unter 2045 Bundesbürgern, mit der **BIG direkt gesund** zum Weltkrebstag (4. Februar) das Meinungsforschungsinstitut **YouGov** beauftragt hat.

„Wir gehen heute davon aus, dass etwa 15 Prozent aller Krebsfälle in Europa auf unzureichende körperliche Aktivität zurückzuführen sind“, sagt Prof. Karen Steindorf, die am Krebsforschungszentrum in Heidelberg die Abteilung „Bewegung, Präventionsforschung und Krebs“ leitet. „Unsere eigenen Untersuchungen speziell zum Brustkrebs haben gezeigt, dass allein in Deutschland pro Jahr rund 6.000 Brustkrebsfälle nach den Wechseljahren vermieden werden könnten, wenn die Frauen körperlich aktiver wären.“ Ebenso reduziere körperliche Aktivität das Risiko für Darmkrebs, Lungenkarzinome, Pankreaskarzinome und Gebärmutterkrebs. Die Liste der beeinflussbaren Krebsarten verlängere sich von Jahr zu Jahr.

### Am Thema Beratung scheiden sich die Geister

Für immerhin mehr als die Hälfte (55 Prozent) der Befragten wäre der Zusammenhang zwischen Krebserkrankung und Bewegung ein Grund, regelmäßig oder eher regelmäßig Sport zu treiben; für 27 Prozent jedoch nicht oder eher nicht. An einer gezielten Beratung über die Wirkung von Sport in Bezug auf Krebs wäre knapp die Hälfte (47 Prozent) sehr interessiert oder interessiert, immerhin 44 Prozent hingegen nicht oder eher nicht.

Auffällig ist bei der Untersuchung, dass Männern (46 Prozent) die positive Wirkung von Sport wesentlich bewusster ist als Frauen (33 Prozent). Ähnlich sieht es bei der Beurteilung von Übergewicht als Risiko für eine Krebserkrankung aus. Hier ist knapp der Hälfte der

[www.big-direkt.de](http://www.big-direkt.de)

Männer (48 Prozent), aber nur 38 Prozent der Frauen ein Zusammenhang bekannt. „Überraschend ist dies deshalb, weil im Allgemeinen Frauen interessierter an Gesundheitsthemen sind und Vorsorgeangebote stärker nutzen als Männer“, sagt Peter Kaetsch, Vorstandsvorsitzender der BIG direkt gesund.

## **Bildung beeinflusst Gesundheitswissen**

Je höher der Bildungsabschluss, desto besser sind die Menschen in Sachen Gesundheit informiert. So ist nur knapp jedem Fünften (22 Prozent) der Menschen ohne eine Ausbildung bekannt, dass Sport Krebserkrankungen vorbeugen kann, bei denen mit Fachhochschul- oder Universitätsabschluss ist es hingegen fast jeder Zweite (49 Prozent). Auch den Erkenntnissen Taten folgen zu lassen, hat einen engen Zusammenhang zum Schulabschluss. Für 36 Prozent der Befragten ohne Schulabschluss wären die Erkenntnisse ein Grund, Sport zu treiben, aber immerhin für 61 Prozent der Akademiker.

Wenig verwunderlich ist, dass je älter und damit erfahrener die Menschen werden, ihnen Gesundheitsrisiken bewusster sind. Ist 68 Prozent der 18- bis 24-Jährigen bekannt, dass Tabakkonsum das Risiko einer Krebserkrankung erhöht, wissen dies 84 Prozent derjenigen, die über 55 Jahre und älter sind. Dass Alkoholkonsum das Risiko erhöht, an Krebs zu erkranken, ist 45 Prozent der 18- bis 24-Jährigen klar, aber immerhin 60 Prozent der über 55-Jährigen.

## **Jüngere eher zur Verhaltensänderung bereit**

Interessant: Die Erkenntnisse in Sachen Sport und Krebs würden eher Jüngere zu einer Verhaltensänderung anregen. Für 60 Prozent der 18- bis 24-Jährigen sind sie ein Grund, zumindest eher regelmäßig Sport zu treiben, bei den über 55-Jährigen sind es 52 Prozent. Und auch hier zeigt sich die Diskrepanz bei den Bildungsabschlüssen. Bei den Befragten ohne Schulabschluss würden nur 36 Prozent mehr Sport treiben, um Krebs vorzubeugen, bei denen mit Fachhochschul- oder Universitätsabschluss sind es 61 Prozent.

„Die Umfrage zeigt, dass Ärzte, aber auch wir als Krankenkasse die Versicherten stärker über die positiven Wirkungen von Sport auch im Hinblick auf Krebsrisiken aufklären müssen. Diese Aufklärung sollte ohne erhobenen Zeigefinger und leicht verständlich erfolgen“, so Peter Kaetsch.

## **Bewegung noch zu selten Teil der Krebstherapie**

Prof. Steindorf weist außerdem darauf hin, dass die Forschungen ihres Teams auch die positiven Wirkungen von Sport im Rahmen einer Krebstherapie nachgewiesen haben: „Bewegung sollte heute in jede Krebstherapie einbezogen werden. Das geschieht leider noch zu selten.“

**INFO:** Die verwendeten Daten beruhen auf einer Online-Umfrage der YouGov Deutschland GmbH, an der 2045 Personen zwischen dem 25.01.2017 und 27.01.2017 teilnahmen. Die Ergebnisse wurden gewichtet und sind repräsentativ für die deutsche Bevölkerung ab 18 Jahren.

BIG direkt gesund lädt am 16. Februar ab 18.30 Uhr in ihre Hauptverwaltung in Dortmund zum kostenlosen BIGtalk zum Thema „Die Macht des Sports: Krebsrisiko senken, Heilungschancen verbessern“. Hauptreferentin ist Prof. Dr. Karen Steindorf vom Krebsforschungszentrum in Heidelberg. Mehr Infos dazu gibt es hier: [https://www.big-direkt.de/presse/aktuelle\\_pressemitteilungen/2017\\_01\\_19\\_4\\_bigtalk\\_mit\\_ausgezeichneter\\_krebsforscherin.html](https://www.big-direkt.de/presse/aktuelle_pressemitteilungen/2017_01_19_4_bigtalk_mit_ausgezeichneter_krebsforscherin.html)

## Über BIG direkt gesund

Die BundesInnungskrankenkasse Gesundheit – kurz BIG direkt gesund - wurde 1996 in Dortmund gegründet. Die große Idee hinter der BIG: Direkter geht Krankenkasse nicht. Gemeint ist damit eine konsequente Online-Ausrichtung und Service in neuer Qualität mit großer Schnelligkeit. Die BIG nutzt moderne Kommunikationswege für ihre bundesweit über 412.000 Versicherten und passt sich so dem modernen Lebensstil ihrer Kunden an. Niedrige Verwaltungskosten im Vergleich zum Durchschnitt der Gesetzlichen Krankenversicherung und ein sehr gutes Preis-Leistungs-Verhältnis sind weitere große Pluspunkte. BIG direkt gesund hat ihren Rechtssitz in Berlin, der Sitz der Hauptverwaltung ist Dortmund. Die BIG beschäftigt an den operativen Standorten mehr als 700 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter. Sie zählt zu den finanz- und leistungstärksten Krankenkassen Deutschlands.

Mehr Informationen zum Unternehmen finden Sie unter: [www.big-direkt.de](http://www.big-direkt.de)

[www.big-direkt.de](http://www.big-direkt.de)

**Bettina Kiwitt**

Leiterin  
Unternehmenskommunikation  
[presse@big-direkt.de](mailto:presse@big-direkt.de)  
Fon 0231.5557-1016  
Mobil 0151 18568532  
Fax 0231.5557-4016