



AKTUELLES ZUR LEBENSERWARTUNG IN DEUTSCHLAND



WWW.HERZALTER-BESTIMMEN.DE

ASSMANN

Stiftung für Prävention

AKTUELLES ZUR LEBENSERWARTUNG IN DEUTSCHLAND

Lebenserwartung in Deutschland gesunken, trotz hoher Gesundheitskosten

Ergänzend zu unserem „Herzhelfer #29 Wie alt werde ich?“ finden Sie hier neue Studiendaten aus dem Bericht „Gesundheit auf einen Blick: Europa 2024“ der OECD (Organisation for Economic Co-operation and Development) und der Europäischen Kommission, die am 18. November 2024 in Paris veröffentlicht wurden.



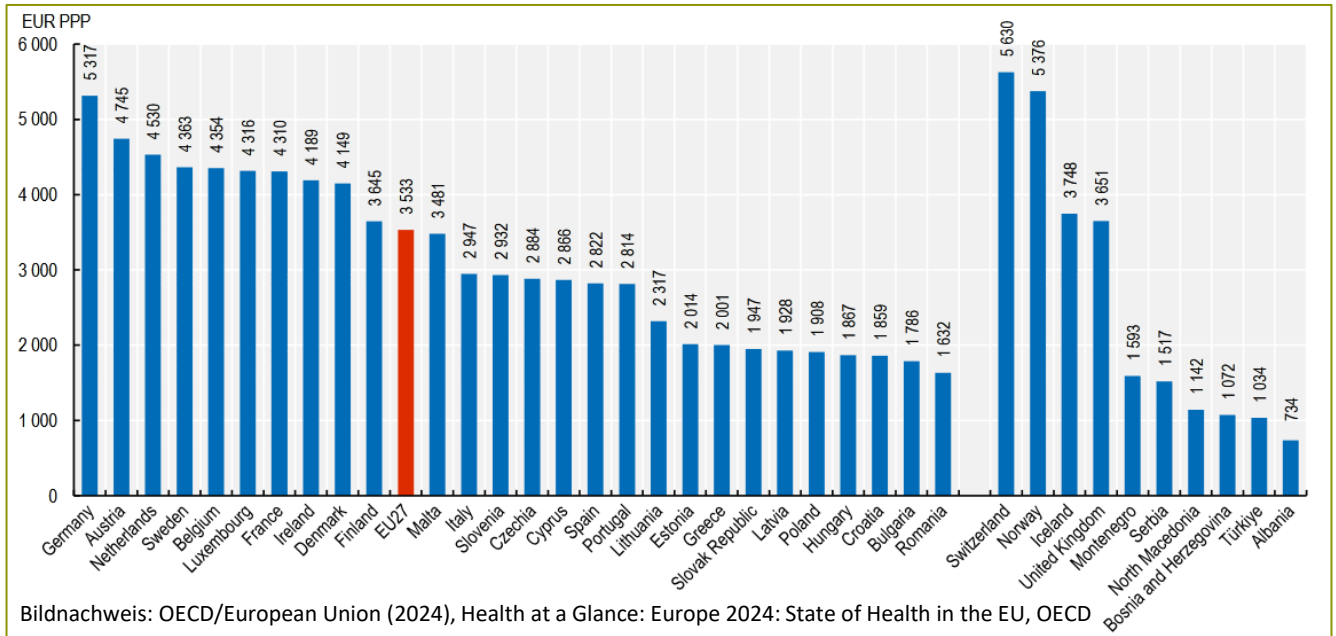
Laut dem OECD-Berichts ist die Lebenserwartung in Deutschland auf 81,2 Jahre gesunken, liegt nun unter dem Durchschnitt aller EU-Länder und damit 2,6 bis 3 Jahre hinter Spanien, Italien und der Schweiz, als den drei Ländern mit der höchsten Lebenserwartung in der EU (siehe Tabelle). Und das, obwohl die Investitionen im Gesundheitssektor in keinem anderen EU-Land so hoch sind wie hierzulande.

	Land	Männer	Frauen	Gesamt
1	Schweiz	82,3 Jahre	85,9 Jahre	84,2 Jahre
2	Spanien	81,2 Jahre	86,7 Jahre	84,0 Jahre
3	Italien	81,7 Jahre	85,8 Jahre	83,8 Jahre
4	Malta	81,8 Jahre	85,3 Jahre	83,6 Jahre
5	Luxemburg	81,7 Jahre	85,1 Jahre	83,4 Jahre
6	Schweden	81,7 Jahre	85,0 Jahre	83,4 Jahre
7	Frankreich	80,1 Jahre	85,9 Jahre	83,1 Jahre
8	Norwegen	81,6 Jahre	84,7 Jahre	83,1 Jahre
9	Irland	80,9 Jahre	84,2 Jahre	82,6 Jahre
10	Island	80,9 Jahre	84,4 Jahre	82,6 Jahre
11	Belgien	80,3 Jahre	84,6 Jahre	82,5 Jahre
12	Zypern	80,4 Jahre	84,7 Jahre	82,5 Jahre
13	Portugal	79,5 Jahre	85,2 Jahre	82,4 Jahre
14	Niederlande	80,5 Jahre	83,4 Jahre	82,0 Jahre
15	Slowenien	79,1 Jahre	85,0 Jahre	82,0 Jahre
16	Dänemark	80,0 Jahre	83,8 Jahre	81,9 Jahre
17	Finnland	79,1 Jahre	84,4 Jahre	81,7 Jahre
18	Griechenland	79,0 Jahre	84,2 Jahre	81,6 Jahre
19	Österreich	79,2 Jahre	84,0 Jahre	81,6 Jahre
20	EU-Schnitt	78,9 Jahre	84,2 Jahre	81,5 Jahre
21	Deutschland	78,3 Jahre	83,0 Jahre	81,2 Jahre
22	United Kingdom	79,0 Jahre	82,9 Jahre	80,9 Jahre
23	Tschechien	77,0 Jahre	82,9 Jahre	80,0 Jahre
24	Albanien	77,4 Jahre	80,9 Jahre	79,1 Jahre
25	Estland	74,1 Jahre	83,1 Jahre	78,8 Jahre
26	Kroatien	75,4 Jahre	81,8 Jahre	78,6 Jahre
27	Polen	74,8 Jahre	82,4 Jahre	78,6 Jahre
28	Slowakei	74,7 Jahre	81,5 Jahre	78,1 Jahre
29	Litauen	72,5 Jahre	81,7 Jahre	77,3 Jahre
30	Türkei	74,7 Jahre	80,0 Jahre	77,3 Jahre
31	Ungarn	73,6 Jahre	80,1 Jahre	76,9 Jahre
32	Montenegro	74,0 Jahre	79,5 Jahre	76,7 Jahre
33	Rumänien	72,9 Jahre	80,5 Jahre	76,6 Jahre
34	Nordmazedonien	74,7 Jahre	78,6 Jahre	76,6 Jahre
35	Lettland	70,8 Jahre	80,8 Jahre	75,9 Jahre
36	Bulgarien	72,0 Jahre	79,6 Jahre	75,8 Jahre
37	Serbien	72,7 Jahre	77,9 Jahre	75,2 Jahre
38	Georgien	69,4 Jahre	78,1 Jahre	73,7 Jahre
39	Ukraine	68,4 Jahre	78,3 Jahre	73,4 Jahre
40	Moldawien	69,3 Jahre	77,1 Jahre	73,3 Jahre

Die Tabelle zeigt die durchschnittliche Lebenserwartung von Neugeborenen 2023

Hohe Gesundheitskosten

Unter den EU-Ländern lagen die Gesundheitsausgaben in Deutschland bei rund 5300 € pro Kopf und damit über 50 % über dem bevölkerungsgewichteten EU-Durchschnitt von 3.533 €. Deutschland gehört damit neben der Schweiz und Norwegen zu den „Spitzenreitern“ in der EU, was die Gesundheitskosten angeht (siehe Diagramm). 🗣️



Lebenslange Gesundheitsförderung besonders wichtig

Die Bedeutung der lebenslangen Gesundheitsförderung und der Prävention von Krankheiten zur Förderung gesunden Alterns wird im OECD-Bericht besonders herausgestellt. Es heißt weiter:

- Ein wesentlicher Anteil der Krankheiten im Alter kann sowohl bei Frauen als auch bei Männern verhindert werden, wenn die wichtigsten Risikofaktoren bereits im Laufe des Lebens angegangen werden.
- So müsste es beispielsweise zu etwa 45 % der **Demenzfälle** erst gar nicht kommen, wenn 14 veränderbare Risikofaktoren vermieden würden, nimmt die OECD das kürzlich veröffentlichte Resümee der Lancet-Kommission 2024 zur Demenzvorbeugung auf. 🗣️

Details hierzu finden Sie in unserem **Herzhelfer #27 Hohes Herzalter und Demenzrisiko - Ein zu hohes Herzalter ist häufig mit einem hohen Demenzrisiko verbunden [hier](#).**



- Unzureichende **körperliche Aktivität** trägt wesentlich zur Entwicklung von Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Depressionen und vielen anderen Krankheiten im Alter bei. Nur 22 % der über 65-Jährigen sind ausreichend körperlich aktiv.
- Auch die **Adipositasrate** - ein Risikofaktor für zahlreiche chronische Erkrankungen - nimmt mit dem Alter tendenziell zu und erreicht im Jahr 2022 EU-weit bei den 65- bis 74-Jährigen einen Spitzenwert von etwa 20 %. ■

Unsere Empfehlung

1. Besuchen Sie unsere Tests, um Ihr Herzinfarktisiko oder Herzalter zu bestimmen:

<https://www.assmann-stiftung.de/procam-tests/>

oder

<https://services.herzalter-bestimmen.de/herzalter-test?fullreport=1&tenantid=dbdh>

2. Hier finden Sie unsere Tipps zur Umsetzung präventiver Maßnahmen für einen Herzinfarkt

- **Raucherentwöhnung** >>>
- **Blutdruck** senken >>>
- **Gewichtsabnahme** >>>
siehe auch: Details zu den kürzlich aktualisierten „Leitlinien Prävention und Therapie der **Adipositas**“ >>>
- erhöhte **Cholesterinwerte** und/oder erhöhte **Triglyceridwerte** senken >>>
- gesunde **Ernährung** >>>
- mehr **Bewegung** >>>

Alle Tipps im Überblick:

<https://www.assmann-stiftung.de/herzinfarkt-khk/herzinfarkt-khk-praevention/>



Quelle

OECD/European Union (2024), Health at a Glance: Europe 2024: State of Health in the EU, OECD Publications, Paris, <https://doi.org/10.1787/b3704e14-en>

WWW.HERZALTER-BESTIMMEN.DE

EINE INITIATIVE DER ASSMANN-STIFTUNG FÜR PRÄVENTION

WWW.FACEBOOK.COM/ASSMANNSTIFTUNG/

WWW.INSTAGRAM.COM/ASSMANNSTIFTUNG/

ASSMANN

Stiftung für Prävention

Gronowskistraße 31

48161 Münster

0251 – 13123611

info@assmann-stiftung.de

HAFTUNGSAUSSCHLUSS

Die Assmann-Stiftung für Prävention einschließlich aller ihr assistierenden Personen übernehmen keine Haftung für die durch die Anwendung der Informationen und Daten eventuell verursachten direkten oder indirekten Schäden.