

Bewegungsmangel treibt die Kosten für Gesundheitssystem und Gesellschaft in die Höhe

Die Krankheitslast, die auf unzureichende körperliche Aktivität zurückzuführen ist, hat wirtschaftliche Folgen sowohl für das Gesundheitssystem als auch für die Gesellschaft. NAKO Forschende vom Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf (UKE) haben den Zusammenhang zwischen körperlicher Aktivität und Gesundheitskosten sowie gesellschaftlicher Kosten untersucht. In ihrer Analyse konnten sie bestätigen, dass Bewegungsmangel mit höheren Kosten assoziiert ist. Einen positiven Effekt auf die Kosten beobachteten sie durch Freizeitsport, während hohe körperliche Aktivität bei der Arbeit in der vorliegenden Studie mit höheren Kosten einherging.

Die Weltgesundheitsorganisation (WHO) empfiehlt 150 Minuten moderate bis anstrengende Bewegung pro Woche, um gesund zu bleiben und Krankheiten vorzubeugen. Schätzungen für Deutschland deuten allerdings darauf hin, dass weniger als 25 Prozent der erwachsenen Bevölkerung dieses Ziel erreicht.

Die Analyse der Forschenden vom Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf (UKE) basierte auf den Daten von 157.648 Teilnehmenden der NAKO Gesundheitsstudie, Deutschlands größter epidemiologischer Bevölkerungsstudie. Die Teilnehmenden machten Angaben zur körperlichen Aktivität in den Bereichen „Freizeit“, „Arbeit“ und „Fortbewegung“, wobei „Arbeit“ sowohl körperliche Aktivitäten bei bezahlter als auch unbezahlte Tätigkeiten einschloss und zur „Fortbewegung“ Aktivitäten auf dem Arbeitsweg oder im Alltag zählten, beispielsweise der Gang zum Einkaufen. Das Level der körperlichen Aktivität über alle Bereiche wurde gemäß der WHO-Empfehlungen in „ausreichend“ bzw. „unzureichend“ sowie separat für jeden Bereich in „sehr niedrig“ bis „hoch“ eingeteilt. Die Schätzung der Gesundheitskosten basierte auf Angaben der befragten NAKO Teilnehmenden zur Inanspruchnahme von Gesundheitsleistungen in den letzten 12 Monaten. Darüber hinaus wurden auch weitere gesellschaftliche Kosten wie Produktivitätsverluste berücksichtigt, basierend auf Angaben zu krankheitsbedingten Fehlzeiten und gesundheitsbedingter Frühberentung.

Die Forschenden fanden heraus, dass unzureichend im Vergleich zu ausreichend aktiven Menschen höhere geschätzte (Gesundheits-)Kosten aufwiesen. „Interessanterweise war ein höheres Aktivitätslevel in der Freizeit mit niedrigeren Kosten für das Gesundheitssystem und die Gesellschaft assoziiert, während höhere körperliche Aktivität bei der Arbeit mit höheren Kosten einherging“, berichtet Dr. Sophie Gottschalk, Wissenschaftlerin des Instituts für Gesundheitsökonomie und Versorgungsforschung am UKE. „Als mögliche Erklärung für dieses Paradoxon könnten Risikofaktoren am Arbeitsplatz, unter anderem schwere körperliche Arbeit, Fehlhaltungen oder Umweltfaktoren eine Rolle spielen.“

Die Ergebnisse der Studie liefern wichtige Hinweise auf die ökonomischen Auswirkungen unzureichender körperlicher Aktivität, und zwar für unterschiedliche Aktivitätsbereiche und unter Berücksichtigung nicht nur der Kosten für das Gesundheitssystem, sondern auch gesellschaftlich relevanter Kosten durch Produktivitätsverluste.

Einschränkend muss erwähnt werden, dass die Angaben zur körperlichen Aktivität sowie der Inanspruchnahme von Versorgungsleistungen und Produktivitätsverluste auf Selbstangaben beruhen

und somit möglichen Verzerrungen unterliegen. Darüber hinaus handelt es sich bei der Analyse um eine Momentaufnahme, da bisher nur ein Befragungszeitpunkt, die NAKO Basisuntersuchung, berücksichtigt wurde. Trotzdem sind die Erkenntnisse ein wichtiger Anhaltspunkt für weitergehende Studien und zukünftige wissenschaftliche Fragestellungen. So könnte, beispielsweise unter Hinzunahme weiterer wiederholter Untersuchungen der NAKO Teilnehmenden, analysiert werden, wie körperliche Aktivität und (Gesundheits-)Kosten über einen längeren Zeitraum zusammenhängen und welchen Einfluss der allgemeine Gesundheitszustand oder das Auftreten chronischer Krankheiten auf diesen Zusammenhang haben.

Originalpublikation:

Gottschalk S, König H-H, Weber A et al. Costs associated with insufficient physical activity in Germany: Cross-sectional results from the baseline examination of the German National Cohort (NAKO). European Journal of Health Economics <https://doi.org/10.1007/s10198-024-01697-9>