

## Studie: 18- bis 34-Jährige setzen auch nach Corona auf soziale Distanz

**Junge Erwachsene wollen auf den nützlichen Effekt der AHA-Regeln auch nach der Corona-Pandemie nicht verzichten, zeigt die Studie „Zukunft Gesundheit 2021“. Acht von zehn Befragten möchten künftig weiter auf regelmäßige Handhygiene achten. Und sieben von zehn planen, weiter Abstand zu anderen Personen zu halten. Frauen legen dabei deutlich mehr Wert auf Distanz als Männer. Für die repräsentative Studie der vivida bkk und der Stiftung „Die Gesundarbeiter“ wurden im Juli 2021 1.058 Bundesbürger zwischen 14 und 34 Jahren befragt.**

**Villingen-Schwenningen** - Abstand, Hygiene, Alltagsmaske - die AHA-Regeln sind für junge Erwachsene zum Alltag geworden. „Die Mehrheit will die Regeln auch nach der Pandemie beibehalten“, sagt Dr. Tanja Katrin Hantke, Gesundheitsexpertin der vivida bkk. „Jetzt im Herbst, wo sich z.B. Rhinoviren verstärkt wieder ausbreiten, sind AHA-Regeln ein guter Beitrag, um sich besser vor Erkältungen zu schützen.“

### **AHA-Regeln als Teil bewusst gelebter Vorsicht**

An erster Stelle steht dabei häufiges intensives Händewaschen. Eine Maßnahme, die auch bei Schülern gut ankommt: 83 Prozent der 14- bis 17-Jährigen planen laut Studie, diese Maßnahme beizubehalten. „Das ist eine bedeutsame Verhaltensänderung“, so die Gesundheitsexpertin. „Vor der Pandemie haben viele Jugendliche der Handhygiene eher weniger Aufmerksamkeit geschenkt.“

Neben Händewaschen und größerem Abstand wollen drei Viertel der jungen Erwachsenen zudem weniger Händeschütteln. Dr. Tanja Hantke: „Vor allem soziale Distanz bleibt bei den 18- bis 34-Jährigen ein Teil ihres Alltags, zeigen die Ergebnisse der Studie. Sie ist Teil einer bewusst gelebten Vorsicht geworden. Die Ergebnisse zeigen auch, dass Frauen planen, vorsichtiger zu bleiben als Männer.“ Und selbst auf gelegentliches Tragen einer Alltagsmaske wollen zwei Drittel der Befragten auch nach Corona nicht mehr verzichten.“

### **Desinfektion der Hände für ein gutes Gefühl**

Schon vor der Pandemie war zudem die Nutzung von Desinfektionsmitteln bei jungen Erwachsenen beliebt. So gab die Mehrheit der Befragten in der Umfrage „Gesundheit 2019 - Thema: Hygiene“ der vivida bkk an, dass Desinfektionsmittel ihnen ein gutes Gefühl geben. Daran hat die Pandemie nichts geändert. „71 Prozent wollen die häufige Benutzung von Handdesinfektionsmitteln beibehalten, zeigt die aktuelle Studie“, sagt Dr. Hantke. „Auch das kann prinzipiell gegen die Ausbreitung von Infektionskrankheiten helfen, ist aber im Alltag eigentlich nur notwendig, wenn keine Möglichkeit zum Händewaschen vorhanden ist.“

Allerdings kann häufiges Händewaschen und die Nutzung von Desinfektionsmitteln zu trockener Haut an den Händen führen. „Besonders auf den Handrücken kann die Haut spannen, jucken oder sogar Risse zeigen“, so die Ärztin. „Deshalb sollten die Hände regelmäßig nach dem Waschen eingecremt werden. Besonders empfehlenswert sind Handcremes, die Urea (Harnstoff) enthalten, um die Feuchtigkeit in der Haut zu speichern.“

Die Studie „Zukunft Gesundheit 2021 – Jungen Bundesbürgern auf den Puls gefühlt“ finden Sie als PDF hier: [www.vividabkk.de/studie](http://www.vividabkk.de/studie)

### **Kurzprofil „vvida bkk“:**

Die vvida bkk zählt mit rund 370.000 Kundinnen und Kunden zu den Top 20 der bundesweit geöffneten gesetzlichen Krankenkassen. Sie ist aus der Fusion der Schwenninger Krankenkasse und der atlas BKK ahlmann hervorgegangen und blickt auf über 180 Jahre Erfahrung in der Gesundheitsversorgung zurück. Rund 900 Beschäftigte arbeiten in 16 Geschäftsstellen. Als deutschlandweit vertretene Krankenkasse legt sie ihren Fokus auf einen kompetenten, persönlichen Service und moderne Kommunikationswege. Den Vorstand bilden Siegfried Gänslar als Vorsitzender des Vorstandes und Peter Witt. Die vvida bkk fördert mit ihrer Stiftung „Die Gesundarbeiter – Zukunftsverantwortung Gesundheit“ Projekte im Bereich Prävention und Gesundheitsfürsorge.