

Wussten Sie,

dass Einsamkeit **tödlich** sein kann?

Der Mensch ist ein soziales Wesen. Soziale Isolation kann deswegen schwere psychische, aber auch physische Folgen haben.

Einige Ergebnisse von unzähligen Studien zu dem Thema: Einsamkeit löst Stress aus, das führt unter anderem zu Bluthochdruck, einem erhöhten Erkrankungsrisiko für Erkältungskrankheit und laut einiger Untersuchungen sogar zu einer verringerten Überlebensrate bei vorhandenen Krebserkrankungen. Einsame Kinder und Jugendliche haben ein um 37 Prozent erhöhtes Risiko, später Herz-Kreislauf-Erkrankungen zu entwickeln – von den psychischen Folgen ganz zu schweigen.

Teilweise wird Einsamkeit sogar als „Der Killer Nummer eins“ bezeichnet – noch vor Übergewicht, Bewegungsmangel, Alkohol und Rauchen. Und: Einsamkeit ist längst ein Phänomen mehr, das ausschließlich ältere Menschen betrifft. Auch junge Leute erleben Einsamkeit – und zwar ganz unabhängig von der Pandemiezeit. In Großbritannien wurde das Thema deswegen bereits 2018 in einem Ministerium verankert. Das gibt es zwar in Deutschland zwar noch nicht, aber das Land NRW hat zum Beispiel 2022 eine Stabsstelle für die Bekämpfung von Einsamkeit eingerichtet. Zudem entstehen immer mehr Ideen und Initiativen, die soziales Miteinander für alle Altersstufen stärken sollen.



Sie möchten mehr über unser „Thema des Monats“ erfahren? Jetzt reinklicken:
patienten.kvno.de/thema-des-monats

Sie wollen keine Neuigkeiten rund um das Gesundheitswesen in Nordrhein verpassen? Unser monatlicher Newsletter „Praxis & Patient“ bietet genau das: Infos über die Versorgung in Nordrhein, Einblicke in die Arbeit der Kassenärztlichen Vereinigung und Termin-Tipps für Patientinnen und Patienten. Jetzt abonnieren: patienten.kvno.de/newsletter

