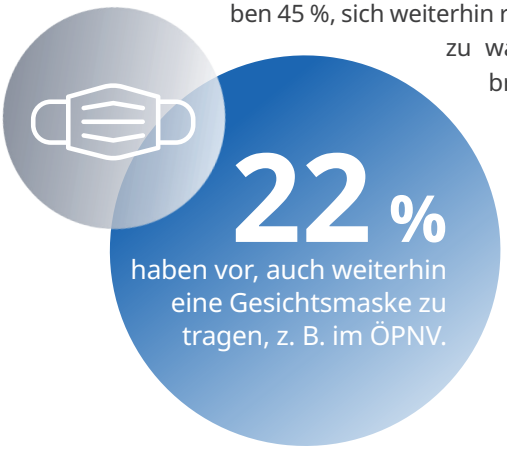
Bleib‘ zu Hause, bleib‘ gesund: Hat die Coronapandemie unser Gesundheitsverhalten langfristig verändert?

- **Für 43 % der Europäer sind stationäre Apotheken nach wie vor der beliebteste Ort für den Einkauf rezeptfreier Medikamente**
- **22 % der Europäer haben vor, auch nach Corona einen Mund-Nasen-Schutz zu tragen**
- **45 % der Europäer haben während der Pandemie stärker auf eine gesunde Ernährung geachtet**
- **Beim Kauf von Medikamenten und Nahrungsergänzungsmitteln ist der Markenname wichtiger als Umweltaspekte**

Da das soziale Leben zu einem überwiegenden Teil monatelang auf Eis lag, bot uns die Coronapandemie reichlich Gelegenheit, einen Schritt zurückzutreten und unsere Routinen auf ihren gesundheitlichen Nutzen hin zu überprüfen. Allem Anschein nach werden einige der während der Pandemie erworbenen Gewohnheiten – seien sie eigeninitiativ entwickelt oder von der Regierung auferlegt – nach Corona wahrscheinlich nicht vollständig aufgegeben oder haben zumindest einigen Europäern geholfen, diese schwierigen Monate zu überstehen. Was haben die Europäer während der Pandemie verändert und welche dieser Veränderungen werden wahrscheinlich bestehen bleiben?

Abstand, Hygiene, Alltagsmaske

Unter allen Einschränkungen, die mit der Coronapandemie einhergingen, scheinen diejenigen, die das Verhalten im öffentlichen Raum regeln, für viele Europäer mehr als nur vorübergehend tolerierbar zu sein. Nach Corona geloben 45 %, sich weiterhin regelmäßig die Hände zu waschen, um die Verbreitung von Keimen zu vermeiden, einer von drei Europäern will weiterhin den empfohlenen Mindestabstand einhalten und 22 % haben sogar vor, in der Öffentlichkeit einen Mundschutz zu tragen. Es verwundert wohl kaum, dass die Länder, in denen es die meisten Befürworter dieser Maßnahmen gibt, eine besonders hohe Sterblichkeitsrate verzeichneten. Häufiges Händewaschen wird für die Mehrheit der Italiener und Ukrainer (53 %) ebenso wie der Portugiesen (52 %) weiterhin zum Alltag dazugehören. Mund-Nasen-Schutze könnten im Vereinigten Königreich besonders beliebt bleiben (38 %).



Natürlich ist in Pandemiezeiten ein sauberes Zuhause genauso wichtig wie die Grundhygiene. Fast ein Drittel der Europäer (31 %) gibt an, in Zukunft regelmäßiger Reinigungsmittel mit desinfizierenden Eigenschaften verwenden zu wollen. Am wenigstens von dieser Idee angetan sind die Niederländer – nur einer von fünf erwägt, sein Zuhause in Zukunft zu desinfizieren. Berücksichtigt man, wie sie ihre Hygienestandards vor der Pandemie selbst einschätzen, lässt sich diese Zurückhaltung leicht erklären: Außer Serbien (42 %) ist keine andere Nation so überzeugt, ein hohes Reinheitsniveau für sich geltend machen zu können, wie die Niederlande (40 %).

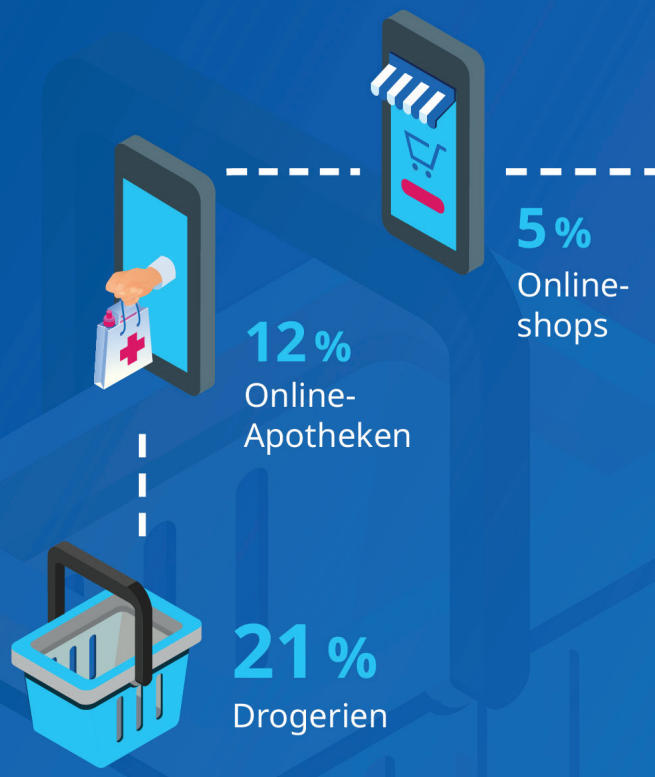
Hat die Coronapandemie die Europäer … etwas gesünder gemacht?

Apropos Gewohnheiten: Viele Europäer nutzten die Zeit während der Coronapandemie dazu, einige gesundheitsbezogene Veränderungen in ihrem Leben vorzunehmen – wahrscheinlich nicht zuletzt deshalb, weil sie dachten, dass ein gesünderer Lebensstil ihnen dabei helfen könnte, nicht an dem Virus zu erkranken. Insgesamt 70 % der Europäer zeigten auch eine erhöhte Bereitschaft, mehr Geld und Zeit

Apotheke bleibt Top-Anlaufstelle für Medikamente

43 %

würden ihre Medikamente weiter am liebsten in der Apotheke kaufen, wenn sie die freie Wahl hätten



in ihre Gesundheit zu investieren. Während der Pandemie achteten 45 % der Europäer mehr auf ihre Ernährung und ernährten sich auch gesünder. Dies ging mit einer erhöhten Bereitschaft einher, mehr für frische und hochwertige Lebensmittel zu bezahlen (42 %). Die Menschen in Serbien (54 %) und der Tschechischen Republik (50 %) waren im Hinblick auf die von ihnen verwendeten Lebensmittel besonders wählerisch. Dagegen müssen die Belgier ihre Leidenschaft für die Ernährung erst noch entdecken, da sich nur 37 % veranlasst sahen, während der Pandemie mehr Zeit in der Küche zu verbringen. Möglicherweise könnten die Spanier einige Kochempfehlungen teilen: In der letzten Zeit verwendeten immerhin 57 % von ihnen mehr Energie auf gesundes Essen.

Nahrungsergänzungsmittel stellen eine beliebte Möglichkeit dar, den Körper mit zusätzlichen Vitaminen und Mineralien zu versorgen: 73 % der Europäer kaufen sie regelmäßig. Osteuropäer geben mehr Geld für gesunde Produkte aus und greifen darüber hinaus am häufigsten zu Nahrungsergänzungsmitteln. Fast die Hälfte der serbischen Bevölkerung (49 %), 47 % der Tschechen und 42 % der Polen haben – gegenüber lediglich 29 % im europäischen Durchschnitt – ihren Konsum von Nahrungsergänzungsmitteln erhöht.
Für 35 % der Europäer spielte körperliche Bewegung eine wichtige Rolle. Fitness-Apps oder Onlinekurse waren allerdings nicht sonderlich beliebt (16 %). Die Deutschen gehörten zu denjenigen, denen es in letzter Zeit etwas schwerer fiel, sich zu motivieren, von der Couch aufzustehen und sich zu bewegen (29 %). Insgesamt werden die Europäer aller Wahrscheinlichkeit nach nicht blind jedem Fitnesstrend folgen, der ihnen über den Weg läuft: Nur 38 % konnten sich für eine vorübergehende Gesundheitswelle begeistern oder denken, dass sie ihren Lebensstil stärker prägen sollte; 42 % stehen solchen Entwicklungen generell skeptisch gegenüber. Immerhin 20 % haben es sich zum Ziel gesetzt, in Zukunft mehr auf ihre Fitness und Ernährung zu achten – unabhängig davon, ob sie einem Trend folgen oder nicht.

Die Apotheke bleibt der bevorzugte Ort für den Kauf rezeptfreier Medikamente – und für Beratung

Wie haben sich die Europäer angesichts des zunehmenden Interesses an und des Strebens nach einer gesunden Lebensweise Informationen zu diesen Themen beschafft? Die kurze Antwort lautet: im Internet. 54 % der Europäer führten im Vergleich zu den Vorjahren mehr Onlinerecherchen zu gesundheitsbezogenen Informationen durch. Interessanterweise bedeutet das aber nicht automatisch, dass sie ihren Apotheker bei der Beschaffung von Medikamenten – oder Informationen über sie – übergehen.

14 %

der Europäer haben mehr Medikamente bei Online-Apotheken bestellt.

Trotz der Coronapandemie haben nur 14 % der Europäer mehr rezeptfreie Medikamente über Online-Apotheken bestellt – 43 % lehnen es ganz ab, sie online zu bestellen. Ungeachtet einer zunehmenden Anzahl von Onlineplattformen und anderen Kanälen für den Bezug von Medikamenten sind die Apotheken in Europa bei rezeptfreien Medikamenten immer noch die erste Wahl. Befragt, wo sie vorzugsweise rezeptfreie Medikamente kaufen würden, wenn sie die freie Wahl hätten, bezeichnen die Befragten zu einem erheblichen Teil (43 %) die Apotheke als ihre erste Wahl. 13 % von ihnen haben eine besondere Vorliebe für ihre Apotheke vor Ort. Die Polen (46 %)

und Russen (44 %) unterstützen in besonderer Weise die stationäre Apotheke im Allgemeinen, während die Serben ihrem Apotheker vor Ort treu bleiben (42 %). Zu den übrigen Verkaufsstellen zählen Drogerien (21 %), Supermärkte (15 %), Onlineapotheken (12 %), Versandhäuser wie Amazon und Co. (5 %) sowie spezielle Drogeriemärkte, sogenannte Parapharmazien, vor allem in Portugal (36 %) und Spanien (26 %). Im Vereinigten Königreich, das über ein umfassendes Angebot im allgemeinen Verkauf verfügt, kauft mehr als jeder Zweite (55 %) seine rezeptfreien Medikamente in einem Supermarkt, während in den Niederlanden Drogerien besonders beliebt sind (58 %). In der Schweiz ersteht dort jeder Dritte seine Medikamente. Die Russen stehen zwar hinter den konventionellen Apotheken, kaufen jedoch auch am ehesten Medikamente online (25 %).

Ein entscheidender Vorteil der Apotheken gegenüber allen anderen Kanälen dürfte die persönliche Beratung sein, deren Bedeutung im letzten Jahr stabil geblieben ist. Gegenüber der im vergangenen Jahr durchgeführten Umfrage sank die Zahl der Internetrecherchen trotz des selbst beobachteten Anstiegs bei den Suchanfragen leicht (von 39 auf 36 %). Dagegen blieb die Zahl der Personen, die angaben, Informationen über die Einnahme von Medikamenten bei ihrem Apotheker einzuholen, mit 40 % konstant. Die Bedeutung der Konsultation eines Arztes sank von 51 auf 39 % – wahrscheinlich nicht zuletzt deshalb, weil viele Menschen den Hausarztbesuch ganz vermieden, sofern er nicht unbedingt notwendig war, um das Risiko einer Corona-Infektion abzuwenden. Die Menschen lesen auch seltener die Packungsbeilage: Im Vergleich zu 61 % im Jahr 2020 geben jetzt nur noch 53 % an, dass sie zuerst auf dem Beipackzettel nach Informationen über ihr Medikament suchen.

Medikamente: Der Markenname ist wichtiger als die Nachhaltigkeit

Ob sie sie online, bei ihrem Apotheker vor Ort oder ganz woanders kaufen: Was ist den Europäern im Zusammenhang mit dem Kauf von Medikamenten und Nahrungsergänzungsmitteln am wichtigsten? Für 38 % ist es der Markenname und das, was sie damit assoziieren – Vertrauen spielt hier eine entscheidende Rolle. In der Ukraine (47 %) und in Portugal (46 %) achten die Menschen auf dieses Detail besonders. Umweltfreundliche, nachhaltige Verpackungen stehen als maßgebliches Kriterium für jeden vierten Europäer an zweiter Stelle; jeder Fünfte bevorzugt in Europa produzierte Medikamente. Die Österreicher (35 %) sind sich der Herkunft ihrer Medikamente besonders bewusst. Die Eignung für Menschen mit Lebensmittelunverträglichkeiten spielt ebenso eine untergeordnete Rolle (16 %) wie die Kennzeichnung in Bezug auf spezielle diätetische oder religiöse Anforderungen wie „vegan“ und „vegetarisch“ (9 %) sowie „halal“ (4 %). Insgesamt vertrauen 31 % darauf, dass „der Arzt es am besten weiß“, und nehmen die Medikamente ein, die ihr Doc ihnen verschreibt. In Belgien und Frankreich ist die Wahrscheinlichkeit am geringsten, dass Patienten die Verordnungen ihres Arztes hinterfragen (39 und 38 %). Eine Empfehlung ihres Apothekers ist für 17 % der Europäer ein ausreichendes Qualitätsmerkmal.

25 %

geben an, dass eine nachhaltige Produktion beim Einkauf von Medikamenten von größter Bedeutung ist.

STADA