

### Deutsche halten Sport wichtig für die Gesundheit

Zwei Drittel der Deutschen halten Sport für wichtig für die Gesundheit. Ein Drittel meint, man kann auch ohne Sport gesund bleiben.

S. 2

### Sehnen- und Muskelverletzungen häufigste Folge von Sportunfällen

Bei einem Viertel aller Sportunfälle kommt es zu Sehnen- und Muskelverletzungen. Zu Prellungen und Knochenbrüchen kommt es bei gut 20 %.

S. 3

### Präventionsausgaben auf Rekordhoch

Die Betriebskrankenkassen gaben im Jahr 2005 38,6 Mio. Euro für Prävention aus. Damit sind sie Spitzenreiter bei den Präventionsleistungen.

S. 4

Juni 2006

# BKK Faktenspiegel

## Schwerpunktthema Sport und Gesundheit

**Etwa 3 Mio. Zuschauer werden die Fußball WM 2006 in Deutschland live im Stadion miterleben. Insgesamt wird die WM mehr als 30 Mrd. mal TV-Zuschauer in ihren Bann ziehen. Viele Fußballfreunde sind selbst sportlich aktiv, ein großer Anteil jedoch bewegt sich im Alltag weniger, als dies zur Gesunderhaltung sinnvoll wäre. Sport trägt in erheblichem Umfang zu einem gesundheitsbewussten Leben bei.**

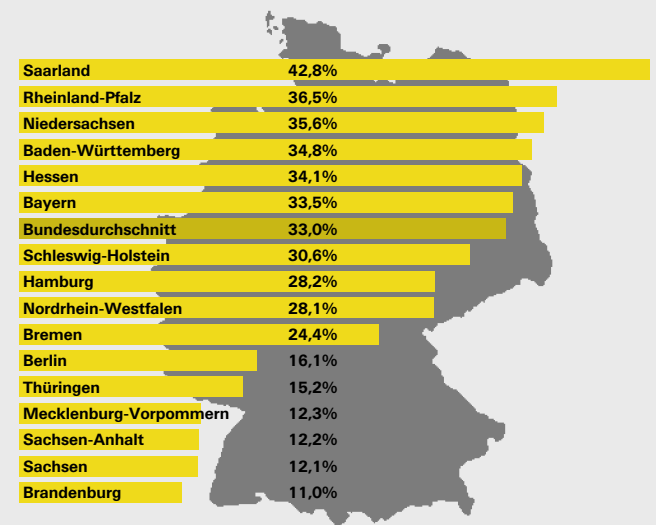
### Jeder dritte Deutsche ist im Sportverein

Im Jahr 2005 waren rund 27 Mio. Deutsche Mitglied in einem Sportverein, das entspricht einem Drittel der Bevölkerung. Mit rund 43 % sind die Saarländer am aktivsten, in Brandenburg dagegen machen nur 11 % der Bevölkerung Vereinssport. Insgesamt gab es im vergangenen Jahr knapp 90.000 Sportvereine in Deutschland. Am stärksten im Sportverein eingebunden sind Kinder und Jugendliche zwischen 7 und 14 Jahren: 77 % der Jungen und 59 % der Mädchen treiben Sport im Verein.

Material downloaden



### Mitgliedschaften in Sportvereinen nach Anteilen an der Bevölkerung 2005



Quelle: DSB; Grafik: BKK Bundesverband

### Fußball ist Vereinssport Nr. 1

Der beliebteste Vereinssport in Deutschland ist Fußball mit 6,3 Mio. Mitgliedern. Rund 5,5 Mio. Männer und gut 800.000 Frauen waren 2005 in einem der knapp 26.000 Fußballvereine bzw. in der Fußballabteilung eines Sportvereins. An zweiter Stelle folgt das Turnen. Insgesamt gab es 5,1 Mio. Turner in 13.853 Vereinen. Der Deutsche Turnerbund begeistert die Jüngsten am meisten: Jedes dritte Mitglied ist unter 15 Jahre. Auch der Anteil der Frauen überwiegt: 3,6 Mio., also zwei Drittel der Mitglieder, sind weiblich. An dritter bzw. vierter Stelle der Beliebtheitsskala liegen der Tennisverein mit gut 1,7 Mio. Mitgliedern und der Schützenverein mit 1,5 Mio. Mitgliedern in gut 15.000 Vereinen.

Material downloaden

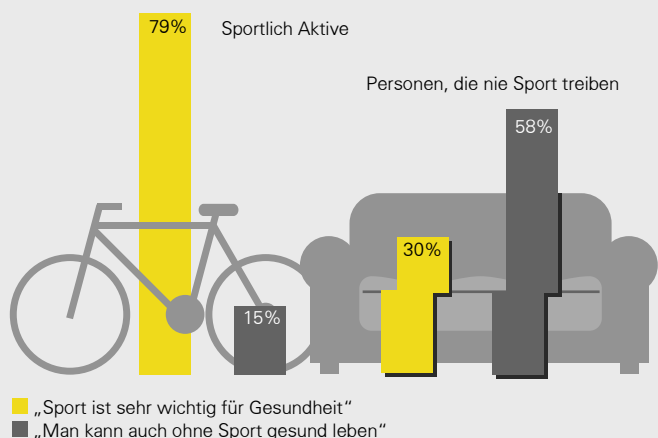


### Deutsche Sportverbände nach Sportarten und Mitgliedern 2005



Quelle: DSB; Grafik: BKK Bundesverband

## Wie wichtig ist Sport für die Gesundheit?



Quelle: Allensbach 2003; Grafik: BKK Bundesverband

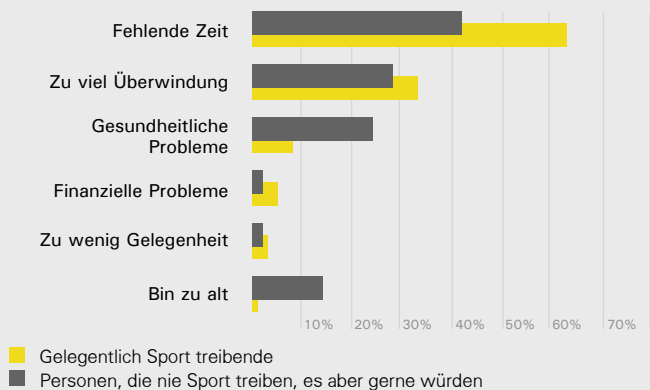
## Zwei Drittel halten Sport wichtig für die Gesundheit

Knapp zwei Drittel aller Deutschen über 16 Jahre halten Sport für wichtig für die Gesundheit. Das übrige Drittel dagegen meint, dass man auch ohne Sport gesund leben kann. Allerdings ist diese Einschätzung stark davon abhängig, ob die Befragten selbst sportlich aktiv sind. Während 79 % der regelmäßig oder gelegentlich Aktiven der Meinung sind, Sport ist für die Gesundheit wichtig, denken nur 30 % derer, die nie Sport treiben, dass körperliche Aktivität wichtig für die Gesundheit ist. Umgekehrt glauben nur 15 % der Sportler, aber weit über die Hälfte der nicht sportlich Aktiven, dass man auch ohne Sport gesund leben kann. Seit Anfang der Neunzigerjahre ist der Anteil der Menschen, die regelmäßig Sport treiben von 22 % auf 30 % gestiegen.

Material downloaden



## Gründe warum die Deutschen nicht mehr Sport treiben



Quelle: Allensbach 2003; Grafik: BKK Bundesverband

## Wenig Sport aus Zeitmangel

Zeitmangel ist der häufigste Grund, weshalb Deutsche weniger Sport treiben, als sie eigentlich möchten. 63 % der sportlich Aktiven und 42 % der Nicht-Sportler würden sich gern mehr sportlich betätigen, haben aber keine Zeit dazu. 33 % der Sportler und 28 % der Nicht-Sportler können sich nicht überwinden, mehr Sport zu treiben. Ein Viertel derer, die keinen Sport treiben, wird durch gesundheitliche Probleme abgehalten, 14 % fühlen sich zu alt. Eine geringere Rolle, warum Deutsche nicht so viel Sport machen wie sie sich eigentlich vornehmen, spielen finanzielle Probleme und fehlende Gelegenheiten.

Material downloaden



## Ausgaben der privaten Haushalte für Sport



Quelle: 10. Sportbericht d. BReg.  
Grafik: BKK Bundesverband

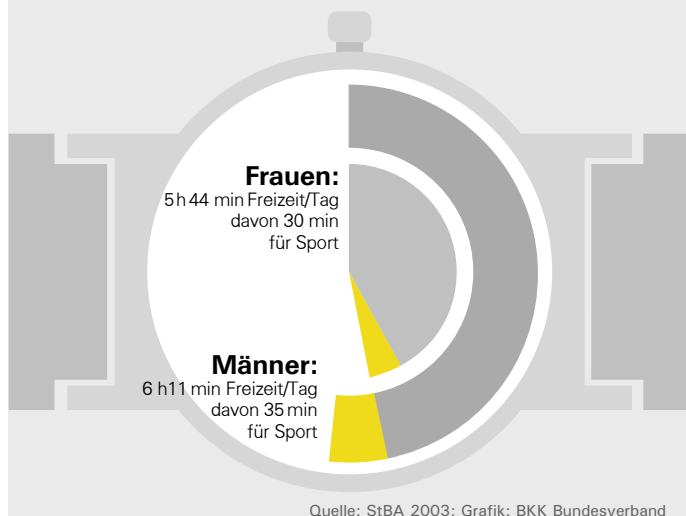
## Deutsche geben immer mehr für Sport aus

Während die Ausgaben der privaten Haushalte für Sport 1990 und 1995 rund 18,4 Mrd. Euro und damit 1,8 % aller Ausgaben ausmachten, waren es im Jahr 2000 bereits 23 Mrd. Euro und damit 2 % aller Ausgaben. Somit wird für Sport mehr ausgegeben als für Tabakwaren und etwa gleich viel wie für Körperpflege. Zu den größten Ausgabenposten für Sport gehören der Besuch privatwirtschaftlicher Sportstätten (4 Mrd. Euro), Vereinssport (3,8 Mrd. Euro), Fahrten zur Sportstätte (2,6 Mrd. Euro) und Sportzeitschriften und -bücher (1 Mrd. Euro). Im gleichen Zeitraum ist der Anteil des Sports am Bruttoinlandsprodukt von 1,4 % auf 1,5 % gestiegen und hat damit an der Bruttowertschöpfung einen ähnlich hohen Anteil wie die Landwirtschaft oder die mineralölverarbeitende Industrie.

Material downloaden



## Anteil von Sport an der Freizeitgestaltung



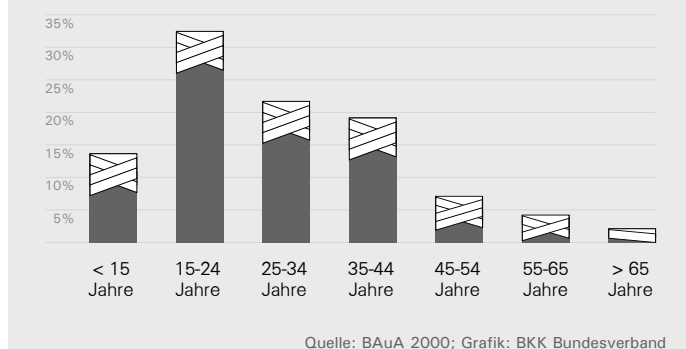
## Deutsche treiben täglich eine halbe Stunde Sport

Männer treiben mit durchschnittlich 35 Minuten am Tag etwas mehr Sport als Frauen mit einer halben Stunde. Der Zeitaufwand für sportliche Betätigung hat sich bei Frauen und Männern 2002 im Vergleich zu Anfang der Neunzigerjahre nicht verändert, obwohl beide mittlerweile mehr Zeit für Freizeitaktivitäten haben. Frauen haben 18 Minuten mehr Freizeit, Männer verfügen sogar über 37 Minuten mehr freie Zeit als noch zu Beginn der Neunzigerjahre. Den größten Anteil an Freizeitaktivitäten nehmen bei Frauen soziale Kontakte und Unterhaltung mit über zwei Stunden am Tag ein, gefolgt von Fernsehen und Musik hören mit knapp zwei Stunden. Männer sind etwas mehr als zwei Stunden am Tag mit Fernsehen und Musik hören beschäftigt und verwenden zwei Stunden täglich auf soziale Kontakte und Unterhaltung.

[Material downloaden](#)



## Sportverletzungen nach Altersgruppen



## Sportunfälle zwischen 15 und 24 Jahren am häufigsten

Ein Drittel der Sportunfälle in Deutschland passiert in der Altersgruppe der 15 bis 24-Jährigen. In den Altersgruppen von 25 bis 44 kommt es nur noch zu rund je einem Fünftel aller Sportunfälle. Bei den über 65-Jährigen ist das Risiko von Sportunfällen am geringsten, nur 2,1 % der Unfälle treffen Menschen aus dieser Altersgruppe. Von den jährlich etwa 5,4 Mio. Unfallverletzungen in Heim und Freizeit ereignen sich rund 27 %, also etwa 1,5 Mio. Unfälle beim Sport. Zwischen Männern und Frauen ist die Verteilung bei Sportunfällen etwa zwei Drittel zu einem Drittel. Während jährlich rund 1 Mio. Männer einen Unfall beim Sport haben, sind es nur knapp eine halbe Million Frauen.

[Material downloaden](#)



## Verletzungsarten beim Sport

Anteile in Prozent



## Sehnen- und Muskelverletzungen häufigste Folge von Sportunfällen

Die häufigsten Sportverletzungen sind Sehnen- und Muskelverletzungen bei gut einem Viertel der Unfälle. Zu Verstauchungen und Prellungen sowie zu Knochenbrüchen kommt es bei einem Fünftel der Unfälle beim Sport. Zu Prellungen und Verrenkungen kommt es weniger oft. Eher selten kommt es bei Sportunfällen zu offenen Wunden und Abschürfungen. Bei den Unfallorten liegt der Sportplatz mit gut 30 % der Sportunfälle an erster Stelle, gefolgt von der Sporthalle mit gut 28 %. Ein Zehntel der Unfälle ereignet sich in der freien Natur, gut 6 % im Wohnbereich. Ein Viertel der Unfälle ist auf sportlichen Einsatz bzw. einen fairen Remppler bei Sport und Spiel zurückzuführen, gut 17 % auf einen Fehler oder die Unachtsamkeit einer anderen Person.

[Material downloaden](#)



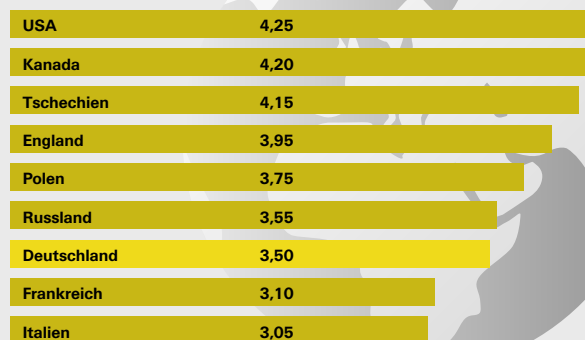
## Jugendliche sind 3-4 Mal pro Woche sportlich aktiv

Am meisten bewegen sich 15-jährige Jugendliche in den USA. Sie sind im Durchschnitt 4,3 Tage pro Woche mehr als eine Stunde körperlich aktiv. Auch in Kanada und der tschechischen Republik treiben Jugendliche an mehr als vier Tagen mindestens eine Stunde Sport. Deutsche Jugendliche sind weniger aktiv, durchschnittlich an dreieinhalb Tagen pro Woche. Damit liegen sie mit den 15-jährigen Österreichern gleichauf. Etwas mehr Sport treiben die gleichaltrigen Russen, Polen und Engländer. Ausgesprochene Bewegungsmuffel sind Jugendliche in Frankreich und Italien. Sind sind nur an durchschnittlich 3,1 Tagen mehr als eine Stunde körperlich aktiv.

Material downloaden



## Anzahl der Tage pro Woche, an denen 15-jährige Jugendliche mehr als eine Stunde Sport treiben im Ländervergleich



Quelle: WHO 2005; Grafik: BKK Bundesverband

## Präventionsausgaben auf Rekordhoch

Die Betriebskrankenkassen gaben im Jahr 2005 38,6 Mio. Euro für Prävention aus, das sind 40 % mehr als im Vorjahr. Sie sind damit Spitzenreiter bei den Präventionsleistungen. Mit 2,64 Euro je Versicherten liegt die BKK über dem GKV-Durchschnitt von 2,48 Euro. Mit der Initiative „Mehr Gesundheit für alle“ engagiert sich der BKK Bundesverband besonders zugunsten sozial benachteiligter Bevölkerungsgruppen.

Material downloaden

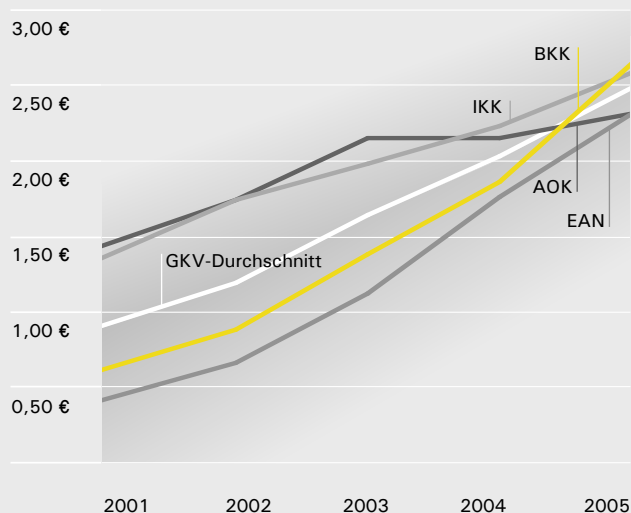


### Datencheck:

40 % aller Fußballprofis haben Fußpilz. Nagelpilz hatten schon einmal 12 % aller Deutschen (rund 10 Mio.), in 80 % der Fälle beginnt dieser am großen Zeh.

Quelle: healthy living

## Entwicklung der Ausgaben für Prävention je Versicherten 2001 bis 2005



Quelle: KV45 1.-4. Quartal, Grafik: BKK Bundesverband

## BKK Faktenspiegel: Der Newsletter für Gesundheitsdaten

BKK Faktenspiegel erscheint monatlich. Unter [www.bkk.de/faktenspiegel](http://www.bkk.de/faktenspiegel) können Sie den Newsletter kostenlos abonnieren. Abdruck und Nutzung der Inhalte des BKK Faktenspiegels sind im Rahmen redaktioneller Berichterstattung und mit Urhebervermerk kostenlos. Ein Beleg wird erbeten. Zusätzliche Hintergrundinformationen zu ausgewählten Themen und weitere Zahlen und Daten finden Sie unter [www.bkk.de](http://www.bkk.de)

### Impressum:

Herausgeber: BKK Bundesverband (BKK BV), Kronprinzenstraße 6, 45128 Essen  
 Redaktion: BKK BV, Abteilung Presse und Öffentlichkeitsarbeit, Reinhard Hellwig, Tel.: 0201/179-1162,  
 Fax: 0201/179-1010, E-Mail: [faktenspiegel@bkk-bv.de](mailto:faktenspiegel@bkk-bv.de)  
 Gestaltung: Berliner Botschaft, Berlin

BKK® und das BKK Logo sind registrierte Schutzmarken des BKK Bundesverbands.

