



Definition und Eigenschaften von Zivilisationskrankheiten

Zivilisationskrankheit ist ein Sammelbegriff. Er umfasst Krankheiten und Gesundheitsstörungen, an deren Entstehen und Verbreitung die Bedingungen der zivilisierten Lebenswelt auslösende, begünstigende oder auch ursächliche Bedeutung haben.

Die Skala der Einflüsse reicht von den Lebensbedingungen (z.B. Wohnung, Kleidung, Ernährung, Hygiene) über die Arbeits- und Lebensgewohnheiten bis zum Zusammenleben der Menschen und den nachteiligen Seiten der Technisierung (unphysiologische einseitige Belastung, Lärmeinfluss, Luftverunreinigung, Genussmittelmissbrauch, abnorme Betriebsamkeit des modernen Erwerbslebens, Unsicherheit, Existenzangst). Das Entstehen von Zivilisationskrankheiten ist auch verhaltensbedingt.



Durch Veränderung der persönlichen und sozialen Lebensführung kann der Mensch viele dieser gesundheitlichen Risiken beeinflussen und eigene Ressourcen als Schutzfaktoren stärken.

Unser Alltag und Beruf ist zunehmend von sitzenden Tätigkeiten geprägt. Wir sitzen hinter dem Steuer unseres Autos, hinter dem Schreibtisch oder am gedeckten Tisch. Wir sitzen vor dem Bildschirm oder PC. Rolltreppen und Aufzüge nehmen uns die Bewegung ab. Immer weniger Berufe stellen noch körperliche Anforderung; und wenn doch, dominieren einseitige und momentane Muskelbeanspruchungen. Gestiegen sind dagegen die psychischen Anforderungen, die im Alltag mit Hetze, Termindruck, Verpflichtungen, Verdichtung usw. verbreitet sind.

Epidemiologische Daten zum Gesundheitszustand der Bevölkerung belegen, dass Zivilisationskrankheiten zunehmen, ihr Spektrum sich beständig erweitert und immer mehr Menschen immer früher betroffen sind.

Die größten Gruppen sind:

- Herz-Kreislauf-Erkrankungen
- Lungen- und Bronchialkrebs
- Bronchitis
- Zuckerkrankheiten
- Krankheiten der Verdauungsorgane
- Muskel-Skelett-Erkrankungen
- Psychische Erkrankungen

Kernaussage des Gesundheitsberichts „Gesundheit in Deutschland“ (Robert-Koch-Institut, 2008) ist, dass noch immer zu viel Menschen rauchen, zu dick sind, sich zu wenig bewegen und zu viel Alkohol trinken.