Frauen geben in der Partnerschaft häufiger Gesundheitstipps als Männer

Frauen geben in der Partnerschaft häufiger Gesundheitstipps als Männer
Immerhin jeder Vierte reagiert genervt auf Ratschläge
Frauen geben ihren Partnern häufiger Ratschläge zur Gesundheit als Männer. Das geht aus einer aktuellen Umfrage im Auftrag der Präventionskampagne "Denk an mich. Dein Rücken" hervor. Danach geben 68 Prozent der befragten Frauen ihren Partnern sehr oft oder oft Gesundheitstipps, während nur 46 Prozent der Männer ihrer Liebsten beratend zur Seite stehen. Dabei ist der Einfluss groß: Die Mehrheit reagiert auf Ratschläge des Partners oder der Partnerin dankbar und versucht diese zu befolgen. Ungefähr ein Viertel ist allerdings genervt davon oder ignoriert den Rat.
Rund drei von vier Befragten gaben an, dass ihr Partner beziehungsweise ihre Partnerin schon einmal unter Rückenbeschwerden gelitten habe. Bevorzugte Gegenmaßnahme ist mehr Bewegung, aber häufig wird auch über Schmerzen geklagt und der Arzt aufgesucht.
Mehr Bewegung tut dem Rücken nicht nur bei konkreten Beschwerden, sondern auch als vorbeugende Maßnahme gut. Nur wie bekommt man die bessere Hälfte dazu, aktiver zu werden? "Es bringt wenig, Verhalten in einer angespannten Situation zu kritisieren", sagt Dr. Hiltraut Paridon, Leiterin des Bereichs "Psychische Belastungen und Gesundheit" am Institut für Arbeit und Gesundheit der DGUV (IAG). "Wenn der andere Schmerzen hat, ein 'Hättest Du Dich mehr bewegt' hinterherzuschicken, führt kaum zu einer Verhaltensänderung." Besser sei, eine entspannte Situation abzuwarten und dann das Gespräch zu suchen. "Dabei sollte man auch die eigene Motivation verdeutlichen. Also keine Vorwürfe machen, sondern mitteilen, dass einem etwas am anderen liegt und man deshalb möchte, dass sich etwas ändert."
Die Aussicht, in der Zukunft gesundheitliche Probleme zu vermeiden, reicht nach Ansicht der meisten Befragten übrigens nicht aus, um den Partner oder die Partnerin zu motivieren, sich mehr zu bewegen. Jede vierte Person meint dagegen, dass mehr Freizeit oder aber Gesellschaft beim Sport dazu anregen würden, aktiver zu werden.
Hintergrund "Denk an mich. Dein Rücken"
In der Präventionskampagne "Denk an mich. Dein Rücken" arbeiten die Berufsgenossenschaften, Unfallkassen, ihr Spitzenverband Deutsche Gesetzliche Unfallversicherung (DGUV), die Sozialversicherung für Landwirtschaft, Forsten und Gartenbau und die Knappschaft zusammen. Gemeinsam verfolgen sie das Ziel, Rückenbelastungen zu verringern.
Weitere Informationen unter http://www.deinruecken.de

Ansprechpartner für Journalisten
DGUV - Pressestelle
Mittelstraße 51
10117 Berlin-Mitte
presse@dguv.de
Pressesprecher:
Gregor Doepke
Stv. Pressesprecher:
Stefan Boltz
Tel.: 030 288763768
Pressereferentin:
Elke Biesel
Tel.: 030 288763767

Pressekontakt

Deutsche Gesetzliche Unfallversicherung - DGUV

10117 Berlin-Mitte

dguv.de
info@dguv.de

Firmenkontakt

Deutsche Gesetzliche Unfallversicherung - DGUV

10117 Berlin-Mitte

dguv.de
info@dguv.de

Weitere Informationen finden sich auf unserer Homepage