

vom 30.05.2018, 09:00 Uhr

Mensch

Update: 30.05.2018, 09:42 Uhr

Isolation

## Volkskrankheit Einsamkeit

Von Eva Stanzl

Zwei Drittel der Österreicher haben Angst, gegen ihren Wunsch allein zu sein.



Wien. Gemeinschaft ist eine Grundlage des Lebens. Ohne sie keine Partnerschaft, keine Familie, keine Freunde, weniger Vergnügen - und evolutionäre Nachteile. Denn vielerlei Vorbilder lehren uns vielfältige Verhaltensweisen, die uns fürs Leben rüsten, **berichteten Forscher jüngst anhand einer Studie an Erdmännchen**. Auf den Homo sapiens umgelegt bedeutet das: Der Mensch ist ein Herdentier. Unter unsereins fühlen wir uns wohl. Wir verbringen 80 Prozent unserer wachen Zeit mit anderen. Unerwünschtes Alleinsein schmerzt.

Dass Einsamkeit auch krank machen kann, zeigen die Warteschlangen beim Arzt.

Nordirische Allgemeinmediziner fordern nun Unterstützung von der Regierung in London im Umgang mit Patienten, die über chronische Einsamkeit klagen: "Das zehnmünitige Gespräch in der Ordi, das oft der einzige Kontakt am Tag ist, ist viel zu wenig im Umgang mit der neuen Volkskrankheit Einsamkeit", schlagen Branchenvertreter im Sender BBC Alarm: Einer von fünf Patienten käme "hauptsächlich aus Einsamkeit" zum Arzt.

Laut dem Roten Kreuz fühlen sich mehr als neun der 66 Millionen Briten oft allein. 200.000 Senioren sprechen höchstens ein Mal im Monat mit Freunden oder Verwandten. "Das Gefühl der Einsamkeit löst im Körper Stress aus. Wenn wir spüren, dass wir keine Kontrolle haben, leiden wir - ähnlich wie bei ständiger Überbelastung - unter chronischem Stress", erklärte der Gehirnforscher Manfred Spitzer jüngst im Interview mit der "Wiener Zeitung". Somit begünstige Einsamkeit Bluthochdruck, Herz-Kreislauf-Erkrankungen und sogar Krebs.

US-Wissenschaftler der Universität Utah haben entdeckt, dass chronische Einsamkeit ebenso gesundheitsschädlich sei wie das Rauchen von 15 Zigaretten am Tag oder Übergewicht und Bewegungsmangel. Und ein Team der Universität Chicago berichtet, dass Einsamkeit sogar ansteckend wirkt: Wenn eine Person sich alleine fühlt, können diese Gefühle bald auch von Lebenspartnern oder Familienmitgliedern empfunden werden.

### Ministerium für Einsamkeit

Gesellschaftliche Veränderungen verstärken Isolation - etwa, wenn Arbeitslose für einen Job weite Strecken pendeln oder in eine unbekannte Stadt ziehen müssen. Flexibilität wird dabei insbesondere von Menschen gefordert, die ohnehin keine Familie haben und damit emotional auf sich selbst zurückfallen. Besonders häufig betroffen sind auch Menschen, die am Rande der Gesellschaft stehen, etwa sozial Schwache und Menschen mit psychischen Erkrankungen. "Stellen Sie sich vor, es gäbe eine Krankheit, die immer häufiger auftritt und chronische Schmerzen verursacht - eine ansteckende, kaum erforschte



Nicht nur ältere, sondern auch immer mehr junge Menschen fühlen sich isoliert - neue Technologien leisten einen Beitrag dazu.

© fotolia/tenenbaum

### Links

**"Time": How the World's First Loneliness Minister Will Tackle 'the Sad Reality of Modern Life'**

### Information

Link: Parliamentary Under Secretary of State for Sport and Civil Society

### Mehr zu diesem Thema

#### Wenn Einsamkeit krank macht

Gehirnforscher Manfred Spitzer über ein Phänomen unserer Zeit.

weiter



3

#### Ministerium für Einsamkeit

Die Briten sind einsam - die Regierung schafft dafür ein eigenes Ressort.

weiter



#### Der Mensch soll nicht alleine leben

Der Mensch soll in Gemeinschaft leben. Am besten in stabilen Verbänden, die in größere gesellschaftliche Umfelder eingebettet

sind...weiter 1



### Mehr aus dem Ressort

#### Was den Menschen ausmacht

Wie ist unser Gehirn so groß geworden? Eine Gen-Familie könnte der Treiber sein.

weiter



#### Auch E-Zigaretten begünstigen Herz-Erkrankungen

#### Rund eine Milliarde Menschen rauchen

#### Revival der Klassenfrage

### Beliebte Inhalte

#### Meistgelesen

- 30.000 Jahre nach Dino-Killer-Asteroid blühte Leben auf
- Was den Menschen ausmacht
- Jupiter in den Fangarmen des Skorpions
- Rund eine Milliarde Menschen rauchen
- Auch E-Zigaretten begünstigen Herz-Erkrankungen

#### Meistkommentiert

- Das Leben nach dem Asteroiden
- Rehabilitierung der Frühstückseier
- Mission to the Moon
- Volkskrankheit Einsamkeit
- Moderner Mensch ließ Neandertaler und Co aussterben

Werbung

In Österreich haben insbesondere ältere Menschen Angst, zu vereinsamen. Laut einer Umfrage der Silver Living Gruppe befürchtet die Hälfte der 60- bis 69-Jährigen, am Lebensende zu wenige Freunde und Bekannte zu haben. Zwei Drittel der Österreicher haben Angst vor Einsamkeit.

Das Österreichische Rote Kreuz musste die Zahl seiner freiwilligen Helfer seit 2014 um fast ein Drittel auf 14.172 im Jahr 2017 erhöhen, weil unter anderem im Besuchsdienst immer mehr Leute benötigt werden. "Der Bedarf alter Leute nach Gesprächspartnern steigt", sagt Bereichsleiterin Monika Wild. "Der ökonomische Druck hat in der mobilen Betreuung dazu geführt, dass der Blick auf die Uhr die Arbeit dominiert. Es wäre nötig, wieder den Menschen in den Mittelpunkt zu stellen."

Schon allein wegen der demografischen Entwicklungen stellt Einsamkeit im Alter eine enorme Herausforderung dar. Immer mehr junge Menschen verlassen ihre Familien am Land für die Stadt. Das britische Statistikbüro in London berichtet jedoch, dass sich die 16- bis 24-Jährigen sogar noch isolierter fühlen als Pensionisten. Technologien wie das Internet gelten als Grund, die wachsende Zahl der Single-Haushalte und die steigende Anzahl der Scheidungen als weitere. Einsame junge Menschen seien häufiger wegen psychischer Probleme beim Arzt. In London nimmt sich das Ministerium für Einsamkeit dieser traurigen Realität an. Ressortchefin Tracey Crouch hat eine Herkulesaufgabe, auch zumal die Regierung immer mehr Jugendzentren schließt.



Kommentare (2) | Drucken

#### Schlagwörter

Isolation, Volkskrankheit, Alleinsein, Krankheit;Alter, Jugend, Einsamkeit

## 2 Leserkommentare

Ihr Name * <input type="text"/>	Geben Sie hier Ihren Kommentar ein... <div style="border: 1px solid #ccc; height: 40px;"></div>
Ihre E-Mail-Adresse * <input type="text"/>	
Mit dem Absenden des Kommentars erkennen Sie unsere <a href="#">Online-Nutzungsbedingungen</a> an.	
<input type="checkbox"/> Bei Antworten benachrichtigen	<input type="button" value="Absenden"/>

\* Pflichtfelder (E-Mail-Adresse wird nicht veröffentlicht)



**SOLO**  
30.05.2018  
10:19 Uhr

Der Spruch meiner Großmutter war:

"Wer eine Familie / wer Kinder hat lebt wie ein Bettler und stirbt wie ein Fürst, wer keine hat, lebt sein Leben wie ein Fürst und stirbt wie ein Bettler "

ö [weiterlesen](#)

Antworten | Gefällt mir (9) | Gefällt mir nicht (6) | Als bedenklich melden



**fraggletoser**  
30.05.2018  
11:09 Uhr

"Kinder rauben Zeit, kosten Geld beieten aber Gemeinschaft"

Gemeinschaft aber nur so lange, wie sie Kinder sind. Ab zwölf gibts keine Gemeinschaft mehr, obwohl sie meist noch zuhause leben. Wenn sie ö [weiterlesen](#)

Gefällt mir (10) | Gefällt mir nicht (4) | Als bedenklich melden

### Schlagwörter

**Biologie** Evolution

Gesundheit großes Gehirn Medizin

Tiere WHO

### Vatertags-Abo

Ein 6-Monats-Abo  
um € 8,90/Monat!



Werbung

zurück	Themen Channel	Meinungen	Dossiers	Fotos	Amtsblatt	Abo	Newsletter	ePaper
	Reflexionen	Spiele	Stadt & Land	Wissen	Zeitreisen		Beilagen	Anzeigen & Service
<b>Sie sind hier:</b> Themen Channel Wissen Mensch Volkskrankheit Einsamkeit							Wien Innere Stadt 20° / 27°	

<b>Themen Channel</b>	Bildung	Digital	Integration	Literatur	Lebensart	Musik	Recht	Reflexionen	Spiele	Stadt & Land	Wissen	Zeitreisen
<b>Meinungen</b>	Leitartikel	Glossen	Gastkommentare	Kommentare	Blogs	Leserforum	Analysen	Porträts	Cartoons			
<b>Dossiers</b>	Armenischer Genozid	Artenschutz	Asyl	Autismus	Blockchain	Brexit	Cannes	CETA	Comics & Mangas	Datenschutz	Dylan	
	Römische Verträge	Februar 1934	Future Challenge	Fukushima	Heldenplatz	Jahresvorschau 2018	Künstliche Intelligenz	Die Kurden				
	Netzpolitik	70 Jahre Israel	Oscar	Parken in Wien	Raumfahrt	Scroll Stories	Shakespeare	Spione	Raumvisionen			
	Syrien - Ein zerstörtes Land	TTIP	Uganda	Urlaub	Vor Gericht	Wald	Wiener Festwochen	100 Jahre				
<b>Amtsblatt</b>	Suche	Aktuelle Ausgabe	Alte Ausgaben	Konkurse	Mein Bereich	Jobs	Info	Immobilien				
<b>Abo</b>	Aboangebote	Abovorteile	ABO+	Abo-Service								
<b>Beilagen</b>	Wiener Journal	extra	ProgrammPunkte	Future	Weinzeit	Sonderthemen "Plus"						
<b>Unternehmen</b>	Kontakt	Verlag	Redaktion WZ	Jobs bei der Wiener Zeitung	Redaktionsstatut	Impressum	AGB	English Information about Wiener Zeitung				
<b>Volltextsuche</b>	Datenschutz											