

„Erschöpftes Land: Anhaltende Müdigkeit ist für viele Deutsche ein ständiger Begleiter“

Übersicht Umfrageergebnisse (Auswahl)

Antworten (Auswahl)	Gesamt	Geschlecht	
		männlich	weiblich
Welche der folgenden Erfahrungen haben Sie gegebenenfalls in den letzten 12 Monaten gemacht? (Basis: 2.002 Befragte)			
Müdigkeit	41 %	36 %	45 %
Schlafmangel	41 %	33 %	48 %
Nicht genügend Zeit zu haben, um sich zu entspannen/runterzukommen	35 %	29 %	41 %
Das Gefühl, „always on“ zu sein	34 %	27 %	41 %
Was sind Ihrer Meinung nach die größten Faktoren, die zu Ihrem Gefühl von Müdigkeit oder Erschöpfung beitragen? (Basis: 1.597 Befragte)			
Schlafmangel	35 %	30 %	39 %
Nicht genügend Zeit zu haben, um sich zu entspannen/runterzukommen	23 %	19 %	26 %
Das Gefühl, „always on“ zu sein	20 %	17 %	22 %
Welche der folgenden Aktivitäten mussten Sie gegebenenfalls aufgrund von Müdigkeit oder Erschöpfung aufgeben? (Basis: 2002 Befragte)			
Zeit mit Freunden zu verbringen	27 %	24 %	31 %
Sport	27 %	27 %	27 %
Konzentration auf das eigene Wohlbefinden	22 %	16 %	27 %
Ein neues Hobby beginnen	17 %	15%	19%
Gesündere Ernährung	17 %	14 %	20 %



In welche der folgenden Aktivitäten würden Sie mehr Zeit investieren, wenn Sie mehr Energie hätten? (Basis: 2.002 Befragte)			
Zeit mit der Familie verbringen	44 %	40 %	48 %
Auf das eigene Wohlbefinden konzentrieren	42 %	37 %	47 %
Bestehende Hobbys pflegen	39 %	36 %	42 %
Mein Energielevel im Blick zu haben und aufrecht zu erhalten ist... (Basis: 2.002 Befragte)			
Sehr wichtig	29 %	25 %	33 %
Wichtig	60 %	63 %	58 %
Eher unwichtig	9 %	11 %	8 %
Gar nicht wichtig	2 %	2 %	2 %
Inwieweit stimmen Sie den folgenden Aussagen zu bzw. nicht zu? (Differenz zu 100 % sind „weder/noch“-Angaben)			
Manchmal bin ich zu müde, um Spaß mit meiner Familie oder Freunden zu haben (Basis: 2.002 Befragte)	Stimme zu	Stimme nicht zu	
	53 %	25 %	
Manchmal weiß ich nicht, woher ich die Energie bekommen soll, um meinen Lebensstil aufrechtzuerhalten (Basis: 2.002 Befragte)	Stimme zu	Stimme nicht zu	
	48 %	26 %	
Ich wünschte ich hätte mehr Energie, um mit meinen Kindern zu spielen (Basis: 433 Befragte)	Stimme zu	Stimme nicht zu	
	63 %	16 %	
Müdigkeit ist Teil des modernen Lebens und etwas, das man ertragen muss (Basis: 2.002 Befragte)	Stimme zu	Stimme nicht zu	
	31 %	36 %	
Ich benötige eine Lösung für meine tägliche Müdigkeit (Basis: 2.002 Befragte)	Stimme zu	Stimme nicht zu	
	54 %	23 %	

Die angegebenen Ergebnisse beruhen auf einer Umfrage, durchgeführt von Opinium Research, an der 2.002 Personen (981 Männer und 1.021 Frauen) ab 18 Jahren vom 14.-17.10.2019 teilnahmen. Die Ergebnisse wurden gewichtet und sind repräsentativ für die deutsche Bevölkerung ab 18 Jahren. Die Befragung wurde von der Abbott GmbH & Co. KG initiiert.