

Spokojenost se zdravotními systémy nadále klesá

... zatímco lidé se o své zdraví starají
více

46 000 respondentů
23 zemí

STADA



Evropané berou své zdraví do vlastních rukou

Práce se zpětnou vazbou a pečlivé naslouchání je klíčem k pokroku, což platí i pro zdravotnictví. Mezi celou řadou velmi zajímavých zjištění studie STADA Health Report 2024 vyniká jedno, které je obzvláště zásadní: spokojenost Evropanů s národními systémy zdravotní péče klesá. S úrovní poskytovaných služeb je aktuálně spokojen jen zhruba každý druhý Evropan, zatímco ještě před pěti lety to byli tři ze čtyř.

Důvody poklesu se mezi respondenty tohoto průzkumu, který je jedinečný svým rozsahem i hloubkou, liší napříč všemi 23 zeměmi. Mezi nejčastější stížnosti 46 000 respondentů patří nedostupnost termínů u lékaře, nedostatečná úroveň péče a nedostatek důvěry v tvůrce zdravotní politiky.

Jsou tu však i pozitivní signály. Důvěra v pracovníky ve zdravotnictví zůstává silná. V záplavě často protichůdných informací dostupných online a na sociálních sítích jsou jejich rady a expertíza stále vysoce ceněné. Údaje ze studie ukazují, že většina lidí v Evropě – bez ohledu na věk, pohlaví a etnicitu – se stále

více snaží pečovat o své vlastní zdraví. Ať už jde o doplňky stravy, cvičení nebo jiné aktivity. Zároveň roste povědomí o tom, že fyzická a duševní pohoda jsou si v péči o celkové zdraví rovny.

Jako CEO společnosti, jejímž účelem je pečovat o zdraví lidí z pozice důvěryhodného partnera, považuji tento trend za velmi povzbudivý. Vyzývám všechny zúčastněné strany – společnosti, které vyvíjejí, vyrábějí a dodávají základní léky, tvůrce politik a regulační orgány, kteří stanovují rámec pro jejich užívání, lékaře, kteří je předepisují, zdravotní sestry, které je podávají, lékárníky, kteří je vydávají i pacienti, kteří je užívají – aby se zapojily do diskuze o všech těchto výzvách i potenciálních možnostech řešení, které představujeme zde, v jubilejním desátém vydání STADA Health Report. Jen otevřeným dialogem založeným na empirických datech můžeme společně vybudovat odolné zdravotnické systémy pro budoucnost.

Peter Goldschmidt
CEO STADA Arzneimittel AG

Díky otevřenému dialogu založenému na empirických datech můžeme společně vybudovat odolné zdravotnické systémy pro budoucnost.





STADA Health Report 2024

Historie, cíle a metodologie

Naše systémy zdravotní péče byly opakovaně vystaveny zkouškám v podobě krizí posledních let. Není tedy žádným překvapením, že spokojenost Evropanů klesá, obzvláště v souvislosti s dlouhými čekacími lhůtami, přepracovaností lékařů a rostoucí byrokracií.

Převládá nedostatečná prevence, která je však jedním z nejdůležitějších nástrojů v péči o zdraví. Na druhou stranu, Evropané jsou ochotní do svého zdraví investovat. Mnozí mění svůj životní styl, více cvičí a stravují se zdravěji.

23 zemí. 46 000 respondentů.



Ohlédnutí zpět

STADA Health Report byl poprvé uveden v roce 2014, původně jako národní studie, která měla za cíl prozkoumat „zdravotní gramotnost“ německé populace. Od té doby se neustále rozrůstá a nyní slaví již desáté výročí. V průběhu posledních let se z ní stala největší a nejkomplexnější mezinárodní studie ve svém oboru, která pokrývá širokou škálu témat souvisejících se zdravím. Od své transformace v mezinárodní studii v roce 2019 zkoumá chování evropské populace a její fyzické i duševní zdraví s ohledem na aktuální trendy a události. Upozorňuje také na vývoj a změny v průběhu času. V souladu s posláním společnosti STADA „Pečovat o zdraví lidí z pozice důvěryhodného partnera“ odhaluje letošní Health Report i nepříjemné pravdy a aktuální problémy, zkoumá jejich možné příčiny a navrhuje řešení.

Vzorek a metodologie 2024

Mezinárodní průzkum za rok 2024 byl proveden agenturou Human8, a to v podobě online dotazování v průběhu února a března 2024. Sběr dat probíhal v těchto zemích: Belgie, Bulharsko, Česká republika, Dánsko, Finsko, Francie, Irsko, Itálie, Kazachstán, Maďarsko, Německo, Nizozemsko, Polsko, Portugalsko, Rakousko, Rumunsko, Slovensko, Srbsko, Španělsko, Švédsko, Švýcarsko, Velká Británie a Uzbekistán. Ačkoliv jsou Kazachstán a Uzbekistán z geografického hlediska součástí Střední Asie, pro potřeby této studie jsou obě země zahrnuty mezi dalších 21 evropských států.

Celkově panel respondentů čítal 46 033 osob ve věku 18-99 let, z každé země zhruba 2 000. Jako vždy je průzkum reprezentativní (věk, pohlaví, náboženské vyznání).

Dotazník zahrnoval více než 30 otázek na témata související se spokojeností se systémy zdravotní péče, důvěrou v lékaře a lékárníky, prevencí, duševním zdravím a mnohými dalšími.

Základní předpoklady pro to, aby Evropané převzali odpovědnost za své zdraví, tu jsou, stále však chybí dostatečná podpora ze strany systémů zdravotní péče. Naším cílem bylo zjistit, kde vznikají překážky, abychom mohli přijít s návrhem možných řešení: Jak Evropané hodnotí současný stav zdravotnického systému ve své zemi? Odpovídá toto hodnocení jejich obecné důvěře v konvenční medicínu? A jak moc důvěřují tvůrcům zdravotní politiky, lékařům a lékárníkům? Odpovědi na tyto a mnoho dalších otázek najdeme ve studii STADA Health Report 2024.

Zdravotní systém & konvenční medicína

Kapitola 1

2024

Jaký je stav systémů zdravotní péče v Evropě?

Evropské zdravotnictví se potýká se zásadním problémem – spokojenost občanů je na historicky nejnižší úrovni. Zároveň však roste důvěra v konvenční medicínu. Jisté řešení problémů by mohla přinést umělá inteligence, avšak v oblasti péče o zdraví na ni lidé nahlíží s nedůvěrou. Rozhodující roli při udržování kvalitního systému zdravotní péče hrají jednotliví pracovníci ve zdravotnictví.

Zdravotní systém & konvenční medicína

Analýza



Hořká pilulka ke spolknutí:

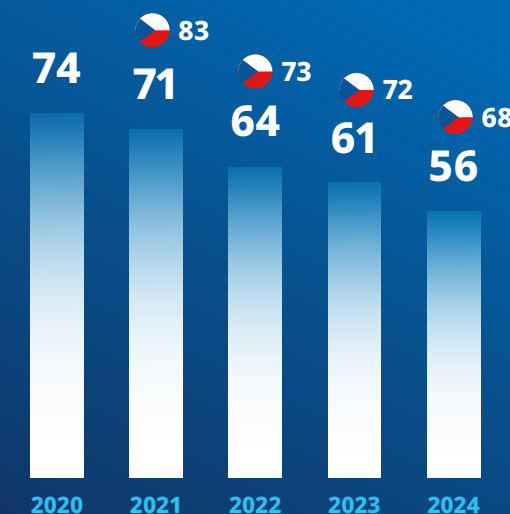
Spokojenost Evropanů se systémy zdravotní péče stále klesá

Navzdory hvězdným úspěchům moderní medicíny a zdravotní péče a jejich stabilitě tváří v tvář globálním zdravotním krizím roste mezi Evropany nespokojenost. Frustrace z nedostupnosti termínů, úrovně služeb poskytovaných ve zdravotnických zařízeních, z nedostatku personálu a obecná nedůvěra k těm, kteří přijímají politická rozhodnutí v oblasti zdravotnictví, se ozývají ze všech koutů Evropy.

V desetileté historii studie STADA Health Report se ještě nestalo, že by Evropané byli tak moc zklamaní ze zdravotních systémů ve svých zemích. Tento pesimismus je však doprovázen opačným trendem: rostoucí důvěrou v konvenční medicínu. Tento závěr je nejen výzvou k řešení problémů, ale především výrazem naděje pro budoucnost evropského zdravotnictví.

Spokojenost se systémy zdravotní péče klesá čtvrtý rok v řadě – na alarmující historické minimum

Všechna data v %



Od roku 2021 zaznamenává STADA Health Report kontinuální pokles spokojenosti se systémy veřejné zdravotní péče v Evropě – a tento trend i nadále pokračuje. V roce 2020, těsně před vypuknutím pandemie, byla celková spokojenost na úrovni 74 %. V roce 2021 klesla na 71 % (v ČR 83 %, první ročník zahrnutí ČR do studie). V roce 2022 byla spokojenost 64 % (ČR 73 %) a v roce 2023 klesla na 61 % (ČR 72 %). Dnes je se systémem zdravotní péče ve své zemi spokojeno pouze 56 % Evropanů (68 % Čechů). Zatímco některé země, které byly zahrnuty poprvé, se dostávají do popředí, průměrná spokojenost mezi dlouhodobě zúčastněnými zeměmi klesla v porovnání s rokem 2023 o 3 procentní body (pb). Nejvýraznější pokles zaznamenala Velká Británie (-11 pb), kde všeobecnou nespokojenost pravděpodobně umocnil tlak na národní zdravotní službu po pandemii. Dále pak Kazachstán (-10 pb) a Německo (-8 pb). V těchto třech zemích respondenti jako hlavní důvod nespokojenosti často zmiňovali potíže s rezervací termínů na lékařskou prohlídku (69 % ve Velké Británii, 68 % v Německu) a nízký standard péče (61 % v Kazachstánu).



Za nespokojeností stojí nedostupnost termínů u lékaře, nízká úroveň zdravotní péče a nedůvěra

Celkově jsou nejvíce nespokojeni se systémem zdravotní péče lidé v Maďarsku, kde se 72 % lidí domnívá, že péče je nedostatečná, následují Kazachstán (67 %) a Srbsko (65 %). V České republice je nespokojeno 27 % lidí. Nejčastějším důvodem nespokojenosti napříč Evropou jsou potíže se získáním termínu lékařského vyšetření, které uvedlo 54 % lidí (40 % v ČR). Obzvláště obtížné sehnat termín je v Maďarsku (73 %). Dalším důvodem je osobní zkušenost nebo zkušenost blízkých s nedostatečnou poskytnutou péčí (47 %, ČR 51 %). Tento důvod byl nejčastěji zmiňován ve Švédsku (63 %). Kromě toho téměř každý druhý Evropan (46 %) uvedl, že obecně nedůvěřuje lidem zodpovědným za zdravotní politiku. Tato nedůvěra je nejvyšší v České republice (66 %). Mezi další důvody nespokojenosti se zdravotními systémy patří nedostatečná udržitelnost (39 %, ČR 45 %), privatizace a její negativní dopady na zdravotnické služby (30 %, ČR 24 %), špatná dostupnost preventivních služeb a nedostatek zdravotnického personálu v nemocnicích (oboje 28 %, ČR 20 a 29 %). Až 42 % Evropanů (34 % Čechů) si dokáže představit, že by za kvalitní zdravotní péči platilo, nejedná se však o většinové přesvědčení, především proto, že každý třetí Evropan říká, že si nemůže dovolit platit více (v ČR 37 %). Nejvyšší ochota platit je v Uzbekistánu (75 %).

Důvěra v pracovníky ve zdravotnictví i spokojenost s dostupností léků je vysoká

Nejspokojenější s národními systémy zdravotní péče zůstávají v Belgii (85 %), Švýcarsku a Nizozemsku (oboje 81 %) – především díky kvalitnímu poradenství od lékařů či lékárníků >>

Zdravotní systém & konvenční medicína

Možná řešení

Co lze udělat pro zlepšení zdravotních systémů v Evropě?

Evropané nejčastěji hovoří o odbornosti a pobídkách



(všechny zmíněné země po 56 %) a dostupnosti léčiv (Belgie 64 %, Nizozemí a Švýcarsko 63 %). V České republice (68 %) jsou hlavními důvody spokojenosti dostupnost léčiv v případě potřeby (63 %) a dostupnost potřebných preventivních lékařských prohlídek (62 %). I přes opakovaný nedostatek vybraných léků, především pro děti, zůstává dostupnost léčiv jedním z hlavních důvodů spokojenosti občanů s lokálním zdravotnictvím i v Německu (66 %, evropský průměr je 56 %). Dalšími faktory jsou cenově dostupné léky (43 %), což je ceněno především v Belgii (59 %) a dobrá dostupnost preventivní lékařské péče (41 %), která je vyzdvižována především v České republice (62 %). V rámci studie Health Report 2023 byli také Češi na prvním místě mezi zeměmi v počtu absolvovaných preventivních prohlídek napříč populací.

Poznámka: spokojenost se systémy zdravotní péče by mohla souviset s pravidelnou péčí o sebe sama. Lidé, kteří se o sebe starají, jsou častěji spokojenější (57 %) než ti, kteří odpovíděli, že o své zdraví příliš nepečují (47 %).

Napříč Evropou se ozývá volání po odbornosti a pobídkách

Vedle výše uvedených bezprostředních příčin nespokojenosti mají Evropané i další představy o tom, na čem je třeba zapracovat, aby se systémy

zdravotní péče do budoucna zlepšily. Téměř každý druhý (48 %, ČR 46 %) se domnívá, že by pomohlo, kdyby lidé, kteří tvoří zdravotní politiku, měli vzdělání v oboru – vzhledem k tomu, že právě nedostatek důvěry k tvůrcům politik je hlavní příčinou nespokojenosti, jeví se tento návrh jako validní. Druhým nejzmiňovanějším opatřením je zvýšení platů pracovníků ve zdravotnictví – 47 % Evropanů (40 % Čechů) doufá, že by to mohlo motivovat více lidí ke kariéře v oboru. 43 % respondentů se domnívá, že by mohl pomoci také nárůst lokální výroby léků, namísto dovozu. V České republice je to dokonce 57 % lidí. Více než jeden ze tří Evropanů (35 %, ČR 27 %) by si přálo rozšíření pravomocí lékárníků, které by ulevilo kapacitám lékařů, a téměř shodný počet respondentů (31 %, 28 % v ČR) je v rámci řešení nedostatku lékařů nakloněn alternativním kariérním cestám k lékařskému povolání. Pětina respondentů (v ČR 13 %) by volila snížení vstupních požadavků na zdravotnické profese, což by dle nich pomohlo navýšit počet osob pracujících v oboru.

Přes veškerou nespokojenost se systémy zdravotní péče roste důvěra Evropanů v konvenční medicínu

Téměř 7 z 10 Evropanů (69 %, v ČR 60 %) říká, že zcela nebo z velké části důvěřuje konvenční medicíně a současně se o zdravotnických tématech sami vzdělávají na internetu – to je

Řešení 2

47 % 40 %

volá po navýšení platů zdravotnických profesí

Řešení 1

48 % 46 %

se domnívá, že tvůrci zdravotnických politik by měli mít zdravotnické vzdělání



Řešení 3

43 % 57 %

by bylo klidnějších, kdyby se více léků vyrábělo přímo v jejich zemi.

o 7 procentních bodů více než v roce 2022. Muži častěji než ženy nemají vůči konvenční medicíně žádné výhrady (35 %, ČR 26 %) (ženy 25 %, ČR 18 %). V otázce důvěry na úrovni jednotlivých zemí vede Finsko (84 %) následované Španělskem (82 %), které vždy patřilo k horlivým zastáncům konvenční medicíny.

Hlavním důvodem vysoké důvěry v konvenční medicínu jsou samotní zdravotníci, například lékaři a lékárníci – 48 % lidí (v ČR 53 %) výslovně oceňuje jejich znalosti a věří, že tito odborníci „vědí, co je nejlepší“. Obzvláště vysoké důvěře se zdravotníci těší v Belgii a Irsku (56 % u obou). Další 42 % respondentů (v ČR 38 %) důvěřuje konvenční medicíně proto, že prokazuje svou účinnost. To vyzdvihují především lidé ve Finsku (57 %), Velké Británii a Irsku (oboje 51 %). Další 41 % lidí (ČR 36 %) svou důvěru staví na desítky let trvajících výzkumech, které vedly k mnoha přelomovým objevům v konvenční medicíně a 39 % lidí uklidňují přísné regulační procesy a kontroly, které vedou k vysokým kvalitativním standardům (v ČR je to 35 %).

Zdá se, že důvěra v konvenční medicínu jde ruku v ruce s vyšší spokojeností se zdravotní péčí – 59 % respondentů, kteří říkají, že důvěřují konvenční medicíně, je spokojených se >>

zdravotním systémem ve své zemi. Z lidí, kteří mají vůči konvenční medicíně výhrady, je spokojených pouze 28 %. I přesto však nárůst důvěry sám o sobě nestačí k vyrovnání rostoucí nespokojenosti se zdravotními systémy – příčinou nespokojenosti se tak zdají být spíše nedostatky systému, nikoliv medicína samotná.

V některých zemích zatím převládá skepse

Nejobezpečnější vůči konvenční medicíně jsou respondenti v Kazachstánu (23 %). V Uzbekistánu pak očividně panuje dvojí názor: je zde nejvyšší podíl lidí, kteří zcela důvěřují konvenční medicíně (56 %) a zároveň vysoké procento lidí (22 %), kteří to mají zcela naopak. Napříč Evropou se 44 % lidí (v ČR 35 %) obává, že pracovníci konvenční medicíny se pouze snaží vydělat peníze. Stejný podíl respondentů (43 %, v ČR 42 %) je frustrovaný z toho, že konvenční medicína se zaměřuje spíše na léčbu symptomů, nikoliv na řešení základních příčin. Tento názor převládá u žen (46 %, v ČR 45 %) více než u mužů (39 % Evropa i ČR). Více než třetina lidí (35 % Evropa i ČR) se domnívá, že pandemie COVID-19 odhalila nedostatky konvenční medicíny, což je

názor, který sdílí především lidé v Srbsku (49 %) a Rumunsku (48 %). 17 % osob (v ČR 13 %) má za sebou zklamání z rad, které jim dal jejich lékař, nebo preferují alternativní způsoby léčby, jako je například homeopatie (v ČR 15 %). Právě alternativní medicína je populární především ve Švýcarsku (34 %). Pro 16 % lidí jsou důvodem k nedůvěře negativní zprávy v médiích (v ČR 9 %) a 15 % (ČR 18 %) respondentů si stěžuje na nedostatečnou dostupnost konvenčních léků.

Důvěra v konvenční medicínu je pevná, ale prostor ke zlepšení tu je

46 % Evropanů a 44 % Čechů se domnívá, že posílení důvěry v konvenční medicínu by podpořilo větší zaměření zdravotníků na individuální potřeby a přání jednotlivých pacientů. Tento názor je nejsilnější ve Španělsku a Finsku – oboje 59 %. Stejně tak by pomohla lepší komunikace mezi lékaři a pacienty během konzultací – přátelštější přístup by uvítala například více než polovina Portugalců a 40 % Čechů. Co se výkonu medicíny týče, 41 % Evropanů i Čechů by uvítalo více průlomových objevů, zejména v léčbě závažných onemocnění, například rakoviny. 40 % lidí (v ČR 37 %) by ocenilo celostnější přístup, který by bral v úvahu jak fyzické, tak duševní zdraví. Aby byla konvenční medicína ještě dostupnější, ocenilo by 29 % lidí (28 % v ČR) dostupnost seznamů specializovaných lékařů na konkrétní obtíže, snazší sladění pracovních povinností a návštěv lékaře (28 %, v ČR 32 %) a také komplexnější materiály, které by pacientům pomohly seznámit se s nemocemi a možnostmi léčby a uživatelsky přívětivější léky (25 %, v ČR 27 %).



44 %

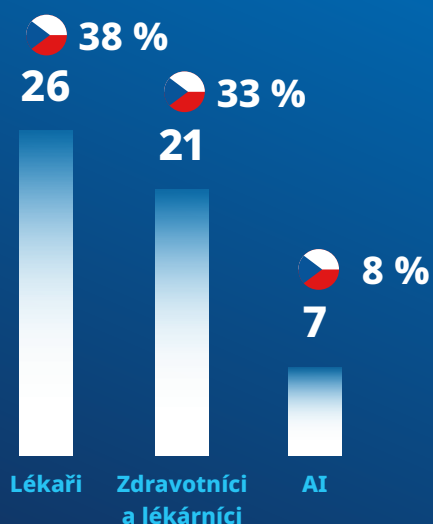
46 %

říká, že konvenční medicína by měla k jednotlivým pacientům přistupovat individuálněji



Praktičtí lékaři a lékárníci jsou v případě udílení doporučení v oblasti zdravotní péče vnímáni o mnoho důvěryhodněji než umělá inteligence.

Všechna data v %.



Na pozadí klesající spokojenosti představují zdravotníci základnu důvěry

Zdravotníci, jako jsou praktičtí lékaři a lékárníci, jsou pro veřejnost nejdůležitějšími zdroji informací, pokud jde o nákup volně prodejných léčivých přípravků a doplňků stravy. Nejdůvěryhodnější jsou praktičtí lékaři (63 %, v ČR 60 %), následovaní lékárníky (54 %, ČR 52 %) a ostatními zdravotníky (49 %, v ČR 39 %).

Velká důvěra v doporučení lékaře či lékárníka panuje především v Irsku (72 % a 71 %) a Finsku (70 % a 65 %). Pokud se podíváme na věk respondentů, vyšší důvěra v názor praktického lékaře panuje mezi straš generací nad 55 let, zatímco mladí lidé od 18 do 34 let hodně dají na

zkušenosti rodiny a přátel. Praktičtí lékaři, lékárníci a zdravotníci jsou nejen nejdůvěryhodnější, ale jejich doporučení mají také největší vliv při nákupu léčivých přípravků – v případě praktických lékařů jde o 26 % lidí (ČR 38 %), u lékárníků a dalších zdravotnických pracovníků po 21 % (ČR 33 % a 30 %). Pro srovnání – mnohem méně důvěryhodné jsou při rozhodování o nákupu doporučení od umělé inteligence (7 %, ČR 8 %), online reklama (11 %, ČR 14 %), doporučení ze sociálních médií a od influencerů (12 %, ČR 11 %) či výsledky vyhledávání na Googlu (11 %, ČR 17 %).

Když lidé přemýšlí o budoucnosti kamenných lékáren, 46 % Evropanů by uvítalo dostupnější možnosti léčby a léky, především pak ve Finsku (62 %) a v České republice (61 %). Zhruba každý třetí (32 %, v ČR 31 %) by ocenil možnost nechat si doručit léky na předpis a další léčiva až domů – tato myšlenka je populární především v Německu (42 %). Další třetina lidí (31 %, v ČR 33 %) by si přála, aby lékárny poskytovaly více souvisejících služeb, například vyšetření zraku či sluchu a 31 % lidí (v ČR 27 %) by v lékárně uvítalo více informací o užívání či aplikaci léků.

Umělá inteligence ve zdravotnictví: všeobecná nedůvěra i potenciál do budoucna

Skutečný rozsah, v jakém bude umělá inteligence v dalších letech ovlivňovat naše online i offline životy, je obtížné odhadnout, Evropané ji však celkově považují za pozitivní nástroj. To platí nejen pro 47 % (ČR 45 %) těch, kteří říkají,



že mají představu o tom, co AI je, ale i pro 15 % respondentů (ČR 17 %), kteří přiznávají, že se v této oblasti neorientují, ale vnímají AI jako možný prostředek ke zlepšení společnosti. Navzdory tomu, že umělá inteligence zásadně mění způsob, jakým lze zpřístupnit a přizpůsobit informace na míru, většina Evropanů stále dává přednost rychlému vyhledávání zdravotnických informací na Googlu (62 %, ČR 70 %), v online článkách (35 %, ČR 38 %) nebo na webových stránkách zdravotnických zařízení a institucí (33 %, v ČR 30 %). Bez ohledu na rostoucí popularitu v posledních letech se zatím AI lidem neosvědčila jako zdroj pro získávání informací o zdraví (pouze pro 8 % respondentů to tak je, v ČR 4 %). 14 % respondentů (12 % Čechů) dokonce uvádí, že při získávání informací na témata související se zdravím nepoužívají vůbec žádné online zdroje.

Váhavý přístup k umělé inteligenci ve zdravotnictví může svědčit o širší skepsi

Využití umělé inteligence ve zdravotnictví, ať už při rezervaci lékařských prohlídek, určení diagnózy nebo informování o uzdravení, stále většinu Evropanů znepokojuje – více ženy než muže. Je to zajímavý fakt, zejména proto, že umělá inteligence by potenciálně mohla pomoci ordinacím zefektivnit plánování schůzek, stanovování diagnóz a léčby, což by mohlo být velkým přínosem i pro pacienty.

Seznam obav týkajících se používání AI ve zdravotnictví je dlouhý

64 % Evropanů (61 % Čechů) se obává možného zneužití umělé inteligence, nejvíce v Uzbekistánu (81 %) a 57 % (ČR 51 %) respondentů si není jisto zabezpečením dat – nejsilnější obavy v tomto ohledu panují v Irsku a Kazachstánu (oboje 68 %). Možná ztráta lidské interakce po vstupu AI do zdravotnictví znepokojuje 59 % Evropanů (55 % v ČR), nejvíce v Irsku (72 %) a Velké Británii (69 %). Podobné množství lidí se obává toho, že technologie budou lidem ve zdravotnictví brát práci (56 %, v ČR 46 %), nejvíce znepokojeni jsou opět občané Irska (71 %) a Velké Británie (66 %). Dle 42 % lidí (29 % v ČR) by nástup umělé inteligence mohl vést k omezení informovaného souhlasu, autonomie a možnosti odmítnout navrhovanou léčbu. Evropané se zároveň obávají možných zkreslení při využití umělé inteligence z hlediska kulturní citlivosti (34 %, v ČR 23 %) a obecně ztráty kontroly nad způsobem, jakým se AI rozhoduje (53 %, v ČR 44 %). Pozoruhodné je, že v Uzbekistánu je jak nejvyšší počet lidí, kteří se zavedení umělé inteligence do osobní zdravotní péče obávají, tak těch, kteří se jí nebojí vůbec.

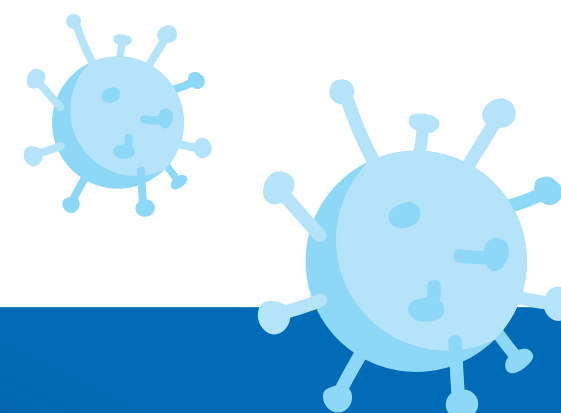
Ačkoliv se bude umělá inteligence prosazovat

30 %

Evropanů věří, že do deseti let
již většina typů rakoviny
nebude smrtelná



33 %



v porovnání s pouhými

20 %

kteří věří, že vědci najdou lék na
běžné nachlazení nebo chřipku.



32 %



v čím dál tím více oblastech zdravotní péče, Evropané mají jasno: měla by být doplňkem, nikoliv náhradou osobní interakce s kvalifikovanými odborníky. A veškeré kroky vedoucí k zapojení této nové a rozvíjející se technologie musí být vedeny transparentně, aby se rozptýlily obavy o bezpečnost jejího využití.

Digitální zdravotnická řešení, která Evropané vítají

Jedním z vítaných nástrojů jsou elektronické recepty (59 %), které jsou nejvíce ceněné v České republice (78 %), kde jsou povinné již od roku 2018, a ve Finsku (77 %), které má s jejich využitím rovněž zkušenost. Digitalizované záznamy o pacientech by uvítalo 54 % lidí (ČR 58 %), stejně jako vyšší počet virtuálních konzultací s lékaři či lékárníky (48 %, ČR 50 %), což je služba, která je momentálně nejvíce žádaná v Bulharsku (59 %) a Portugalsku (58 %). Mezi další oblíbená řešení patří různé zdravotní aplikace (40 %, ČR 37 %) a elektronické příbalové letáky (38 %, ČR 42 %).

Optimistický pohled na budoucnost medicíny posiluje důvěru Evropanů v konvenční zdravotnictví

Nejvíce Evropanů (46 %, ČR 41 %) sdílí názor, že během příštích 10 let bude vyvinuto více vakcín proti běžným onemocněním. Neoptimističtější jsou v tomto směru Portugalci, Španělé, Finové a Švédové (všichni po 57 %). V Maďarsku (53 %), Rakousku (51 %), Německu (50 %) se lidé nejčastěji domnívají, že roboti budou nedílnou součástí lékařských zákroků a operací (evropský průměr je 41 %, v ČR tento názor sdílí 46 % respondentů). Ať už s pozitivním, nebo negativním pohledem na věc, 38 % Evropanů (24 % Čechů) se domnívá, že umělá inteligence se stane ústředním nástrojem při diagnostice většiny nemocí – nejvíce v Rumunsku (46 %), kde jsou k této technologii v současnosti velké výhrady.

Evropané také věří, že i díky pokroku ve zdravotnictví většina druhů rakoviny již nebude smrtelná (30 %, v ČR 33 %), budou k dispozici možnosti online diagnostiky a konzultace s odborníky z celého světa (29 %, v ČR 21 %), pěstování náhradních orgánů z buněk odebraných z našich vlastních těl (26 %, v ČR 21 %) či užívání personalizovaných doplňků stravy připravených na míru individuálním potřebám každého člověka (24 %, v ČR 26 %).

Zajímavost: Evropané považují všechny výše zmíněné scénáře za pravděpodobnější než to, že vědci najdou lék na běžné nachlazení nebo chřipku – pouze jeden z pěti Evropanů se domnívá, že se tak stane. Česká republika je v tomto ohledu nad průměrem – ve vývoji léku na zmíněná onemocnění věří 32 % respondentů. ■

Jak se daří Evropanům...

fyzicky?

54 %



Evropanů považuje své fyzické zdraví za „dobré“ nebo „velmi dobré“. Zdá se, že mezi fyzickým a duševním zdravím existuje souvislost: 70 % Evropanů (60 % Čechů), kteří považují své duševní zdraví za dobré, uvádí i dobré zdraví fyzické. Tato souvislost však klesá na pouhých 17 % (ČR 15 %) mezi těmi, kteří své duševní zdraví hodnotí jako špatné.

Jak dobré nebo špatné je v současné době vaše fyzické zdraví?



Všechna data v grafu jsou v %
výběr výsledků z jednotlivých zemí

psychicky?

65 %



53 %

Evropanů hodnotí svou duševní pohodu jako „dobrou“ nebo „velmi dobrou“. Muži (69 %, ČR 59 %) hodnotí své duševní zdraví výrazně pozitivněji než ženy (61 %, ČR 48 %).

Jak byste s přihlédnutím ke všemu hodnotili své vlastní duševní zdraví?



systémově?

56 %



68 %

je spokojeno se systémem zdravotní péče ve své zemi. Jedná se o nejnižší hodnotu za posledních pět let. V roce 2020 byl tento údaj 74 % (v ČR 83 % v 2021) a od té doby se rok od roku neustále snižuje.

Jak jste celkově spokojeni se systémem veřejného zdravotnictví ve vaší zemi?



Duševní zdraví & stárnutí

Kapitola 2

2024

Jaký je stav duševního zdraví Evropanů?

Přestože jsou lidé propojeni více než kdy dříve, cítí se většina Evropanů osaměle. Navzdory tomu, že příslušníci mladé generace uvádí nejvyšší míru celkového štěstí, jsou to právě oni, kdo s touto epidemií osamělosti nejvíce bojují. To pravděpodobně nejsou nejlepší vyhlídky pro podzim života, na který mají Evropané obecně dvojí názor.

Duševní zdraví a stárnutí

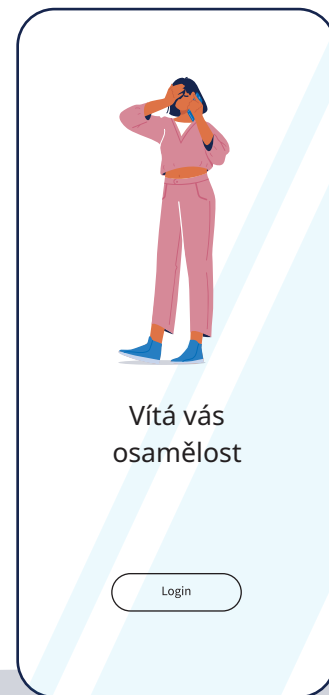
Analýza

52 %

Evropanů se neustále, často, nebo příležitostně cítí osaměle



54 %



Vítá vás osamělost

Login

Ztracená generace:

Cena, kterou mladá generace platí za život online

Paradox dnešní doby: jsme propojeni více než dříve, a přesto se cítíme osamělí. Na téma prakticky neustálého připojení k internetu se proto vedou nesčetné diskuse o dopadu na naše duševní i fyzické zdraví. Pozitivní zpráva je, že podle studie STADA Health Report 2024 je duševní zdraví Evropanů v porovnání s údaji z předchozích let poměrně stabilní.

Na druhou stranu se objevuje znepokojivý trend – přestože mladí Evropané vykazují vyšší míru celkového pocitu štěstí než jiné věkové skupiny, výrazně více bojují se svým duševním zdravím. Důvody jsou různé – a jen část z nich je vyvolána vlastními osobními problémy.

Dva ze tří Evropanů (67 %, ČR 63 %) se považují za „docela“ nebo „velmi šťastné“; další čtvrtina (26 %, ČR 30 %) se nachází někde uprostřed – osciluje mezi „ani šťastní“ a „ani nešťastní“, a 7 % Evropanů i Čechů se označuje za (velmi) nešťastné. Na první pohled není tato statistika příliš znepokojivá. Dalo by se současně očekávat, že skandinávské země budou dominovat na prvních místech jako nejšťastnější lidé v Evropě, jak nedávno prezentovaly údaje shromážděné pro World Happiness Report 2024¹. Zpráva STADA Health Report však vykresluje poněkud jiný obrázek. Zatímco obyvatelé Finska (65 %), Dánska (67 %) a Švédska (63 %) uvádějí průměrnou nebo dokonce mírně podprůměrnou úroveň individuálního štěstí, Uzbekistán (87 %), Nizozemsko (80 %), Irsko (77 %), Francie (74 %), Velká Británie a Švýcarsko (po 73 %) je v tomto ohledu „válčují“. Zpráva STADA Health Report 2024 také ukazuje společný trend: obecně platí, že míra pocítovaného štěstí s věkem klesá. Mezi Evropany ve věku 18 až 34 let je 72 % „docela“ nebo „velmi šťastných“ (ČR 70 %), mezi dotazovanými ve středním věku je to 67 % (ČR 62 %) a u lidí nad 55 let pak 65 % (ČR 59 %).

Je však subjektivní úroveň štěstí předpokladem dobrého duševního zdraví? Dělá nám štěstí dobře?

Hodnocení vlastního duševního zdraví Evropanů se zhoršilo

Zatímco mezi lety 2022 až 2023 vzrostlo vlastní hodnocení dobrého duševního zdraví o 10 procentních bodů na 67 % (v ČR na 57 %), dnes hodnotí svou duševní pohodu jako „dobrou“ nebo „velmi dobrou“ jen 65 % Evropanů (v ČR 53 %). Zdá se navíc, že země střední a východní Evropy mají k duševnímu zdraví rozpolcený vztah: země jako Rumunsko (85 %) a Bulharsko (80 %) uvádějí své duševní zdraví jako dobré, zatímco Maďarsko (48 %) a Česká republika (53 %) mají o svém duševním zdraví mínění opačné. Zajímavé je, že muži (69 %, v ČR 59 %) hodnotí své duševní zdraví výrazně pozitivněji než ženy (61 %, v ČR 48 %) a pokud se podíváme na rozdíly mezi jednotlivými generacemi, vedou ve vnímání dobrého duševního zdraví Evropané starší 55 let se 70 % (v ČR 53 %), následují lidé ve věku 35 až 54 let (64 %, v ČR 57 %) a mladí Evropané jsou na úplném chvostu (59 %, ČR 47 %). Je zřejmé, že za dobrým duševním zdravím stojí více než „jen“ štěstí. >>



2 ze 3

Evropanů se považují za „docela“ nebo „velmi šťastné“

^[1] Helliwell, J. F., Layard, R., Sachs, J. D., De Neve, J.-E., Aknin, L. B., & Wang, S. (Eds.). (2024). World Happiness Report 2024. University of Oxford: Wellbeing Research Centre.

Duševní zdraví a stárnutí

Možná řešení

Co dělat proti osamělosti?

Časté téma Evropanů:



42 %

46 %

Řešení

Téměř každý druhý Evropan volá po lepší rovnováze mezi pracovním a soukromým životem.

Prochází Evropa pandemií osamělosti?

V roce 2023 Světová zdravotnická organizace prohlásila osamělost za „globální problém veřejného zdraví“, její možné zdravotní důsledky přirovnala dokonce k silnému kouření a zdůraznila, že „sociální izolace nezná věk ani hranice“. Více než polovina – 52 % Evropanů (54 % Čechů) – tvrdí, že se neustále, často nebo občas cítí osaměle. A ačkoli se může zdát, že pocity osamělosti se týkají zejména starších lidí, opak je pravdou.

Mezi Evropany staršími 55 let se cítí osaměle 41 % lidí (v ČR 45 %), což je výrazně méně než u 63 % Evropanů (68 % Čechů) ve věku 18 až 35 let. Většina lidí, kteří uvádějí, že tráví na sociálních sítích „mnoho“ (64 %, ČR 67 %) nebo „přiměřeně“ (53 %, ČR 54 %) času, zažívá pocity osamělosti výrazně častěji než ti, kteří čas strávený u obrazovky omezují (43 %, ČR 47 %). Lidé trávící delší čas u obrazovky mají také tendenci zažívat závažnější pocity osamělosti (44 %) než ti, kteří tráví na internetu času méně (26 %). Pravděpodobně nepřekvapí, že Evropané mladší 34 let tráví se svými zařízeními dlouhé hodiny mnohem častěji (41 %, ČR 43 %) než lidé ve věku 35-54 let (22 %, ČR 18 %) a lidé starší 55 let (13 %, ČR 12 %). Co se týče sebereflexe v souvislosti s touto problematikou, mají před sebou mladí Evropané ještě dlouhou cestu: pouze 20 % z nich (v ČR 18 %) připisuje svůj pocit osamělosti právě přílišnému množství času strávenému na sociálních sítích nebo hraním počítačových her. Pro ně je klíčovým důvodem osamělosti práce (27 %, v ČR 26 %), dále práce na dálku (15 %, v ČR 7 %), povinnosti spojené s péčí o děti (15 %, v ČR 21 %), ztráta blízkých (14 %, v ČR 13 %) nebo stěhování z kariérních důvodů (14 %, v ČR 13 %).

Ve srovnání jednotlivých zemí se nejosaměleji cítí obyvatelé Polska (61 %), Finska a Švédska (po 59 %), Slovenska (58 %), Itálie a Kazachstánu (po 57 %), v ČR 54 %. V celé Evropě jsou jako příčiny osamělosti nejčastěji uváděny práce a nedostatečné množství volného času (23 %, v ČR 24 %), ztráta partnera, rodinných příslušníků nebo přátel (17 % Evropa i ČR) a špatný zdravotní stav nebo problémy s mobilitou (14 %, v ČR 15 %). Ženy (57 %, v ČR 62 %) se cítí výrazně osamělejší než muži (46 % Evropa i ČR) a dvakrát častěji uvádějí jako důvod pocitu osamělosti povinnosti spojené s péčí o děti (16 %, v ČR 18 %), než jejich mužské protějšky (8 %, v ČR 6 %).

Dobrá zpráva: 63 % Evropanů nepovažuje svou osamělost, ať už je jakkoli častá, za závažnou. Obecně se méně osaměle cítí lidé, kteří jsou spokojeni se svým vzhledem a mají dobré duševní i fyzické zdraví.

Přesto osamělost skrývá možné dlouhodobé závažné důsledky: kromě zjevných následků, jako jsou deprese a úzkost, zvyšuje také riziko mrtvice, srdečních onemocnění, cukrovky 2. typu, závislostí, a dokonce i demence. Jako možné řešení epidemie osamělosti vidí téměř každý druhý Evropan (46 %, ČR 42 %) zlepšení rovnováhy mezi pracovním a soukromým životem, a to zejména v Srbsku (59 %) a Portugalsku (58 %). Vedle toho 43 % Evropanů (v ČR 46 %) vidí možné východisko ve zlepšení ekonomické situace, týká se to zejména obyvatel Srbska (63 %). Mezi další možné způsoby řešení problému s osamělostí patří podle respondentů zlepšení dostupnosti volnočasových aktivit (35 %, ČR 31 %), tři z deseti lidí (30 %, ČR 31 %) se domnívají, že by měli trávit méně času online. Kromě toho si 28 % evropských respondentů (v ČR 19 %) myslí, že by měla existovat cílenější podpora zaměřená na starší populaci, 27 % (v ČR 17 %) si přeje lepší přístup k terapii, jejíž potřeba se zdá být obzvláště naléhavá ve Španělsku, kde po ní volá 44 %, Polsku (41 %) a Finsku (40 %).

Nerovnováha mezi pracovním a soukromým životem a nedostatek terapie vedou k vyčerpání: 60 % Evropanů (61 % Čechů) uvádí, že již trpí nebo alespoň dočasně zažilo pocit vyhoření. V roce 2022, kdy se Health Report tímto tématem zabýval naposledy, se to týkalo 59 % Evropanů (a dokonce 61 % Čechů). Dnes nejčastěji uvádějí pocity vyhoření lidé v Dánsku (73 %), Srbsku (72 %), Irsku (71 %) a Kazachstánu (68 %). Možná překvapivým zjištěním je, že nejvíce se s pocitem vyhoření setkávají Evropané, kteří pracují a studují zatím krátce: lidé ve věku 18 až 34 let (69 % Evropa i ČR). Kromě toho jsou k vyhoření náchylnější ti, kteří tráví na sociálních sítích dlouhé hodiny (68 % Evropanů, 74 % Čechů oproti 53 % Evropanů, 57 % Čechů trávícím na internetu málo času), a také ženy (65 %, v ČR 63 %) ve srovnání s muži (54 %, v ČR 60 %).





Stárnutí straší zejména mladší lidi

Kromě jasně artikulovaných obav o svůj duševní stav leží před mladými Evropany další nepříjemná neznámá v podobě budoucnosti: 46 % (ČR 55 %) z nich se obecně obává stárnutí a všeho, co s ním souvisí.

Obavy ze stárnutí trápí na celoevropské úrovni 43 % lidí (v ČR 47 %), téměř totožná část, 44 % (ČR 36 %), se pomyšlení na stáří neděsí, dalších 13 % (ČR 17 %) si v této věci není jisto. Na úrovni konkrétních zemí se tyto obavy týkají nejvíce obyvatel Polska (53 %), Velké Británie (51 %) a Irska (50 %) méně pak v Nizozemsku (31 %), Švýcarsku (32 %) a Srbsku (33 %).

Proč jsou napříč zeměmi takové rozdíly? Rozhodující roli hraje zřejmě akceptace. 79 % těch, kteří tvrdí, že se stárnutím netrápí, jej popisuje jako „přirozenou součást života“ – což je pravděpodobně hlavním mottem Finů (87 %, v ČR 82 %). K dalším aspektům, které lidem přispívají v otázce stáří ke klidu, patří určitá lhostejnost vůči věcem, které nelze změnit (tento postoj se týká 48 % lidí, které stáří neznepokojuje), která

je patrná zejména v Maďarsku a České republice (59 %). Mezi další důvody patří těšení se na odchod do důchodu a na to, že budou mít čas sami na sebe nebo na své blízké (16 % v rámci Evropy i ČR), tento pohled je silnější v Rakousku (33 %), Německu (27 %), Švédsku (26 %) a Švýcarsku (24 %). Náboženství a přesvědčení, že lidská existence obnáší i něco víc než pozemský život, je zdrojem útěchy pro 16 % Evropanů (12 % Čechů), zejména v Rakousku, Švýcarsku, Irsku, Slovinsku a Maďarsku (po 20 %).

A konečně menší obavy ze stárnutí mají obecně lidé, kteří se cítí šťastní (40 % oproti 59 % nešťastných), spokojení se svým vzhledem (37 % oproti 54 % nespokojeným) a mají dobré duševní zdraví (38 % oproti 58 % se špatným duševním zdravím).

Co Evropany na stáří děsí nejvíce? Primárně jde o možný úpadek fyzických schopností v souvislosti s věkem (68 %, ČR 76 %), což trápí zejména obyvatele Finska (79 %) a Maďarska (77%). Dále nemoci, které stáří provázívětší míře,

Největší obavy Evropanů ze stárnutí

Všechna data v %



zejména Parkinsonova choroba, Alzheimerova choroba a demence – 6 z 10 Evropanů je považuje za znepokojující, zejména obyvatelé Portugalska (75 %, v ČR 71 %). Fakt, že by se mohli stát přítěží pro ostatní, sdílí 59 % Evropanů (v ČR 62 %), což je rovněž hlavní obava pro obyvatele Portugalska (74 %) a Španělska (73 %). Více než každý druhý (55 %) se obává chronických onemocnění, jako je rakovina a srdeční problémy, a to zejména v Portugalsku (68 %), České republice (65 %), Srbsku a Švédsku (po 63 %). Zajímavé je, že zhoršení fyzického vzhledu je pro Evropany nepatrně více nebo přibližně stejně nepříjemné, jako ztráta přátel a rodiny (43 % vs. 42 %, u Čechů je to 43 % vs. 34 %). Pouze každý třetí Evropan se obává, že bude ve stáří osamělý kvůli izolaci (ČR 36 %).

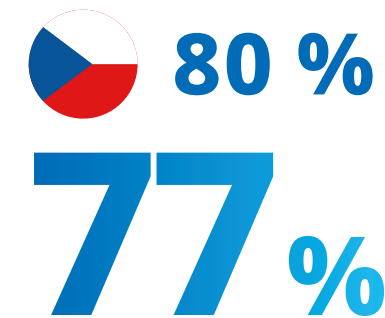
Genetické testování – rozumný pohled do budoucnosti?

I když některé z těchto obav mohou být oprávněné, jsou dnes již k dispozici metody, které mohou pomoci napravit nebo zabránit tomu, aby se některé z výše uvedených scénářů staly skutečností. Genetické testování může například odhalit individuální predispozice k určitým nemocem a díky včasnému zásahu jim předejít nebo je léčit dříve, než se projeví.

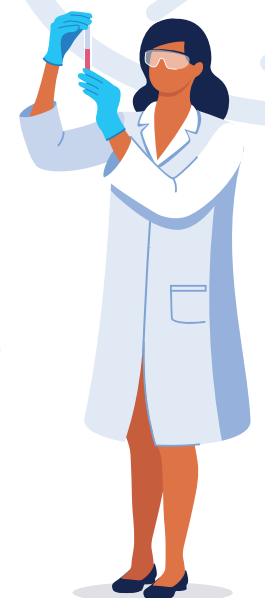
Obecně platí, že 77 % Evropanů (80 % Čechů) by s takovým testem souhlasilo, pokud by jim ho doporučil jejich praktický lékař, jedná se tak o pokles o 4 procentní body oproti roku 2023 (v případě Čechů o 3 pb méně než v 2023). Z těch, kteří by genetické testování podstoupili,

by se však 16 % (ČR 19 %) cítilo nepříjemně při představě, že budou zkoumány jejich genetické informace.

Nejvíce otevření genetickému testování jsou lidé v Portugalsku, kteří se možných zdravotních komplikací ve stáří obávají velmi silně, 9 z 10 jich uvedlo, že by s takovým testem souhlasilo. Jen malé výhrady k novým možnostem testování mají i lidé v Polsku (84 %), Srbsku a Irsku (82 %). Přibližně 1 z 10 Evropanů je vůči genetickému testování obezřetný a raději by o možných budoucích zdravotních problémech nevěděl (13 %, ČR 12 %), přičemž nejvíce skepse panuje ve Švýcarsku (22 %) a Nizozemsku (21 %).



Evropanů by podstoupilo genetický test, pokud by jim ho doporučil jejich praktický lékař



Péče o sebe & vzhled

Kapitola 3

2024

Co formuje přístup Evropanů ke zdraví?

Navzdory zprávám o dobrém fyzickém zdraví se Evropané potýkají s problémy s vnímáním sebe sama, což se týká zejména žen. Dochází rovněž k posunu směrem k aktivní péči o zdraví, včetně fyzických aktivit, zdravé výživy a prevence duševního zdraví, což pravděpodobně souvisí s rostoucí nespokojeností se systémy zdravotní péče.

Nelehký úkol:

Evropa v kontrastech: silný aktivismus v péči o zdraví doprovází pochybnosti o vlastním vzhledu

Evropané berou péči o své zdraví do vlastních rukou. Cesta k vysněnému pevnému zdraví je však lemována i některými překážkami: ačkoliv v individuálním hodnocení vysoké procento Evropanů referuje o svém dobrém fyzickém zdraví, podobná část se domnívá, že má nadváhu. Velké procento populace investuje nebo se zajímá o produkty a procedury související s vylepšením vzhledu, což podtrhuje složitý vztah mezi tělesným vzhledem a sebevědomím. Tělesná i duševní pohoda a štěstí spolu úzce souvisejí a je třeba je udržovat v rovnováze – zvláště ženy jsou v tomto ohledu ohroženy tím, že se z ní v některém směru vychýlí.



Více než polovina Evropanů (54 %, ČR 41 %) tvrdí, že je v dobrém fyzickém stavu. Obzvláště dobře se cítí obyvatelé Uzbekistánu (71 %), Rakouska (68 %), Rumunska (67 %) a Švýcarska (66 %). O něco více než třetina Evropanů (35 %, ČR 41 %) označuje své fyzické zdraví za „dobré“ a 11 % za „špatné“ – v čele s obyvateli Švédska a Maďarska (po 22 %) a České republiky (18 %). Zdá se, že existuje jasná souvislost mezi vnímaným fyzickým a duševním zdravím a celkovým štěstím, neboť ti, kteří uvádějí špatné duševní zdraví a podprůměrnou úroveň štěstí, hodnotí své fyzické zdraví dramaticky hůře než ti, kteří považují své duševní zdraví za dobré (70 % vs. 17 %, v ČR 59 % vs. 15 %) a referují o vyšší úrovni štěstí (68 % vs. 17 %, v ČR 53 % vs. 17 %).

Většina Evropanů uvádí „nezdravý“ BMI

Index tělesné hmotnosti (BMI), který vypočítává číselnou hodnotu na základě poměru tělesné hmotnosti a výšky, je sice kontroverzní, ale stále se běžně používá jako nástroj pro hodnocení procenta tělesného tuku. Ve srovnání s mírnou většinou Evropanů, kteří se považují za fyzicky zdravé, má BMI v normě pouze 40 % z nich (34 % Čechů). Do tohoto rozmezí spadají zejména obyvatelé Uzbekistánu (52 %), Itálie (48 %) a Francie (46 %). Ženy (45 %, ČR 42 %) častěji uvádějí zdravý BMI než muži (34 %, ČR 26 %). O něco více než třetina Evropanů (35 %, ČR stejně) by byla podle BMI považována za osoby s nadváhou a dalších 17 % (ČR 23 %) spadá do kategorie „obézních“ s BMI 31 a více.

Každý pátý Evropan je nespokojen se svým vzhledem

Přibližně třetina Evropanů (29 %, ČR 32 %) zaujímá ke svému fyzickému vzhledu neutrální postoj, jen zhruba polovina Evropanů (49 %, ČR 46 %) je se svým vzhledem spokojena. Nejvíce se tato spokojenost projevuje u obyvatel Uzbekistánu (78 %) a Nizozemska (67 %) a většina těch, kteří se cítí se svým vzhledem spokojeni, říká, že se přijímají takoví, jací jsou (63 %, ČR 74 %). Ostatní mají pocit, že byli obdařeni dobrým vzhledem (23 %, ČR 15 %) nebo dobrou postavou (23 %, ČR 14 %). 16 % respondentů (ČR 11 %) uvádí, že jim k dobrému pocitu pomáhá vnější potvrzení v podobě komplimentů, a 15 % (ČR 13 %) tvrdí, že na svém těle tvrdě pracovali. Více než čtvrtina Evropanů (28 %, ČR 21 %) také uvádí, že spokojenost s jejich fyzickým vzhledem se zvyšuje s věkem.

Nadváha a srovnávání s ostatními vedou k pocitům nepohody

Přibližně každý pátý Evropan (21 %, ČR 22 %) tvrdí, že je nespokojený se svým tělem. Nejvíce je tento pocit patrný v Rumunsku (35 %), Kazachstánu a Irsku (po 31 %). Při srovnání postojů mužů a žen jsou k sobě mnohem více kritické ženy (spokojených je 46 %, v ČR dokonce jen 43 %), u mužů je to 53 % (v ČR 49 %). Nejčastějšími argumenty jsou nadváha (49 %, ČR 53 %) a to, že ostatní lidé jim jednoduše připadají atraktivnější než oni sami (23 %, ČR 27 %). Zdá se, že mezi muži a ženami existuje celková nerovnováha, pokud jde o vnímání sebe sama a spokojenost: ačkoliv ženy uvádějí v průměru zdravější BMI než muži, výrazně častěji než muži se domnívají, že mají nadváhu (ženy vs. muži 55 % vs. 40 %, ČR 52 % vs. 54 %). Zvláště přísné jsou na sebe ženy ve věku 18 až 34 let, z nichž 51 % (ČR 43 %) si myslí, že mají nadváhu, a 38 % (ČR 31 %) se pravidelně srovnává s ostatními, např. na sociálních sítích. Pro srovnání: pouze 28 % mužů (ČR 23 %) v této věkové skupině si dělá starosti se svou váhou a 21 % (ČR 17 %) cítí tlak kvůli prezentaci ostatních v online světě.

Fyzický vzhled podporují Evropané pomocí doplňků stravy

Jak řeší Evropané nespokojenost se svým fyzickým vzhledem a souvisejícími pocity nejistoty? Odpovědi jsou vitamíny a minerály, za které 37 % (ČR 50 %), resp. 18 % Evropanů (20 % Čechů) utrácí „určitou“ nebo „značnou“ částku peněz. Druhým nejčastěji zmiňovaným výdajem jsou přípravky pro všeobecnou zdravotní péči, které si kvůli zlepšení svého vzhledu pořizuje 54 % respondentů (ČR 53 %). Kosmetické výrobky, jako jsou make-up, hydratační krémy a podobně, kupuje celkem 52 % Evropanů (ČR 51 %), z toho 71 % (ČR 72 %) žen.

Anakonec členství v posilovně nebo ve sportovních klubech spolu s potřebným vybavením jsou zastoupeny téměř stejně často u evropských mužů (29 %, ČR 21 %) i žen (26 %, ČR 14 %).



Vnímání zásahů do tělesného vzhledu u mužů a žen

Přestože pouze 2 % Evropanů (1 % Čechů) vynakládají peníze na plastické operace, v myšlenkách se tímto tématem zabývá mnohem větší část populace.

Porovnáme-li 8 % Evropanů (7 % Čechů), kteří podstoupili estetickou úpravu zubů, což je nejvyhledávanější kosmetický zákrok na celém kontinentu, s 58 % (ČR 68 %), kteří by o ní uvažovali, kdyby byla zdarma, je zřejmé, že cena je klíčovou bariérou. K dalším atraktivním procedurám patří laserová epilace, o níž by uvažovalo 38 % Evropanů (a stejné procento Čechů), v čele se Slovinskem (48 %). Jen necelá čtvrtina Evropanů by si dokázala představit, že by podstoupila operaci na redukci váhy (23 %, ČR 21 %) nebo celkovou plastickou operaci (23 %, ČR 25 %), k níž jsou nejotevřenější Rakušané (37 %).

Transplantace vlasů je jediným zákrokem, o kterém uvažuje více mužů (23 % oproti 16 % žen, ČR 23 % vs. 16 %), u všech ostatních typů estetických zákroků vedou ženy: 61 % žen (ČR 70 %) by si nechalo udělat estetický zákrok u zubaře (55 % mužů, ČR 66 %), 52 % (ČR 55 %) by zvážilo laserovou epilaci (24 % mužů, ČR 21 %), 30 % (ČR 34 %) je otevřeno plastické chirurgii (15 % mužů, ČR 16 %). 29 % žen (ČR 38 %) by uvažovalo o operaci na snížení hmotnosti (17 % mužů, ČR 22 %) a 28 % (ČR 22 %) by si dokázalo představit, že by si nechalo aplikovat botox nebo výplně (10 % mužů, ČR 5 %). Zdá se tedy, že i přes veškerou snahu překonat nerealistické ideály krásy je tlak na ženy v tomto ohledu stále značný.

Vlastní seberealizace, nebo společenský tlak?

Ačkoliv motivace ke kosmetickým zákrokům vychází především z individuálních zájmů, nikoli z touhy zalíbit se ostatním, 45 % Evropanů (53 % Čechů) tvrdí, že by podstoupili zákrok, aby se cítili lépe ve svém těle, a 41 % (ČR 47 %) je přesvědčeno, že by jim takové zákroky mohly pomoci zvýšit sebevědomí. Dalších 28 % (ČR 27 %) by absolvovalo zákrok, aby zvrátilo následky stárnutí, zatímco 25 % (ČR 29 %) je přesvědčeno, že by jim pomohl cítit se více „samí sebou“. Pouze 10 % (ČR 16 %) by podstoupilo úpravu těla, aby byli společensky přijatelnější, a 8 % (ČR 9 %) proto, aby udělali radost svému partnerovi. Celkové postoje k tématu fyzického vzhledu, sebevědomí a společenského dopadu jsou tedy rozporuplné.

77 % Evropanů (74 % Čechů) souhlasí s tím, že společnost a média kladou příliš velký důraz

na fyzický vzhled a 71 % (ČR 63 %) se domnívá, že společnost má před sebou ještě dlouhou cestu, pokud jde o akceptaci různého pojetí krásy. 59 % (ČR 55 %) respondentů také souhlasí s tím, že status člověka se určuje podle jeho fyzického vzhledu, a 56 % (ČR 43 %) požaduje přísnější předpisy a větší transparentnost při používání filtrů na sociálních sítích. 54 % (ČR 47 %) dokonce tvrdí, že plastická chirurgie by podle nich měla sloužit pro extrémní případy, ne honbě za ideálem krásy. Přestože Evropané v tomto směru vnímají společenskou předpojatost, 36 % (ČR 33 %) z nich je přesvědčeno, že by se jejich duševní zdraví výrazně zlepšilo, kdyby byli se svým fyzickým vzhledem spokojenější.

Péče o sebe & vzhled

Možná řešení

Co lze udělat pro zdravější život Evropanů?

Kroky ke zlepšení své životní pohody už Evropané podnikají. Jejich tři nejčastější přání v souvislosti s kontinuální podporou zdraví patří rady související se snížením příjmu cukru a tuků, jednodenní volno z práce nebo školy měsíčně, které by mohli věnovat péči o sebe či slevy na zdravotním pojištění.

Řešení 1

50 %

pravidelná fyzická aktivita

41 %



Evropané přebírají za své zdraví zodpovědnost

I přes patrnou nespokojenost se systémy zdravotní péče, problémy s duševním zdravím a nízké sebevědomí berou Evropané zdraví do vlastních rukou. V současné době se 89 % Evropanů (90 % Čechů) věnuje aktivitám na podporu své celkové pohody, z nichž nejoblíbenějším návykem je fyzické cvičení – pravidelně se hýbe každý druhý Evropan (ČR 41 %). Nejvíce aktivních Evropanů najdeme ve Finsku (66 %), Španělsku (62 %) a Itálii (60 %). A ačkoli by se mohlo zdát, že hlavní motivací je lepší fyzická kondice (87 %, Evropa i ČR), zlepšení duševního zdraví je také velmi silným faktorem pro 60 % z nich (ČR 61 %), což se týká ještě více žen (63 %, ČR 62 %) než mužů (57 %, ČR 60 %).

Zpráva STADA Health Report 2023 již loni upozornila na nedostatek preventivní zdravotní péče v Evropě. A vzhledem k tomu, že pouze 33 % Evropanů považuje preventivní prohlídky za součást péče o své zdraví, platí to i dnes. Nejčastěji navštěvují preventivní prohlídky obyvatelé České republiky (56 %), Německa a Slovenska (po 48 %).

Zdravá strava je přínosem pro tělesné i duševní zdraví

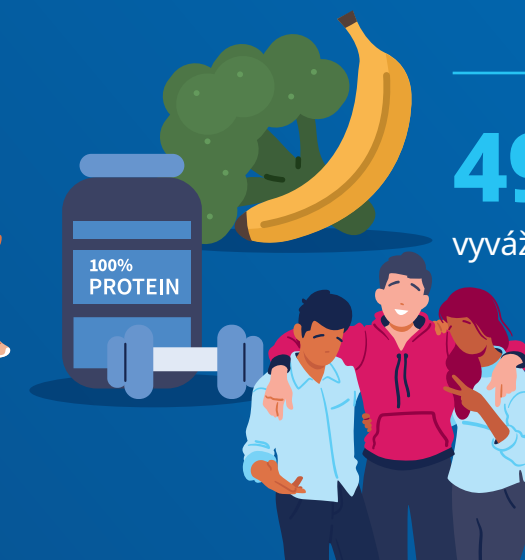
Druhým nejoblíbenějším návykem je zdravé stravování, které podle svých slov dodržuje 49 % Evropanů (33 % Čechů). Spolu s Itálií (67 %) jsou Nizozemí a Španělsko (po 68 %) podle vlastního vyjádření průkopníky vyváženého stravování. A výhody jsou zřejmé: 83 % (ČR 84 %) lidí tvrdí, že se zdravě stravuje, aby se cítili lépe po fyzické stránce a 50 % (ČR 56 %) tvrdí, že dobré jídlo prospívá i jejich duševnímu zdraví. Vitaminy a doplňky stravy užívá 32 % Evropanů, nejoblíbenější jsou v České republice (51 %), na Slovensku (50 %) a v Polsku (44 %).

Řešení 2

49 %

vyvážená strava

33 %



Sociálními vazbami k duševní odolnosti

Pro každého třetího Evropana (ČR 30 %) je spolehlivým zlepšovačem nálady setkání s přáteli. Drtivá většina z nich (79 %, ČR 81 %) současně tvrdí, že společné aktivity jim zlepšují mentální pohodu výrazně. Aktivity, které jsou explicitně změřené na mentální zdraví, zajímají častěji ženy (42 %, ČR 53 %) než muže (36 %, ČR 41 %). Ženy také více vyhledávají aktivity na redukci stresu jako například meditace (ženy vs. muži – 21 %, ČR 19 % vs. 15 %, ČR 14 %) a kladou větší důraz na čas strávený s rodinou a přáteli (ženy vs. muži – 34 % Evropa i ČR vs. 28 %, ČR 25 %).

Cílená podpora pro “zdravá rozhodnutí”

Byť je zřejmé, že Evropané investují svůj čas, peníze i snahu do péče o sebe, prostor pro dodatečnou podporu zvenčí tu stále je. 68 % (ČR 62 %) dotázaných považuje „rady na zlepšení stravování a redukci cukru a tuku ve stravě“ za jedno ze tří klíčových vnějších opatření, díky němuž by se mohli snadněji orientovat ve zdravém stravování od samého začátku. Pro 61 % Evropanů (66 % Čechů) by byl vítaným krokem den volna měsíčně, během něž by se mohli věnovat výhradně péči o své zdraví. Polovina (51 %) Evropanů by ocenila slevu na zdravotním pojištění (ČR 47 %) a stejná část by tuto slevu směřovala na aktivity jako členství ve fitcentru (ČR 44 %).

Pro 43 % Evropanů (63 % Čechů) jsou mezi třemi top nejdůležitějšími opatřeními na podporu zdraví bonusové programy či pobídky od zdravotních pojišťoven, které už v určité míře a v některých případech existují.

Řešení 3

31 %

sociální vazby

30 %

Autor

STADA Arzneimittel AG
Stadastraße 2-18
61118 Bad Vilbel
Telefon: +49 (0) 61 01/6 03-0
Email: info@stada.de
Webová stránka: www.stada.com

Vydavatel

STADA Arzneimittel AG

Odpovědnost podle tiskového zákona
Frank Staud

Projektový management a editování

STADA Arzneimittel AG, Bad Vilbel
Průzkum trhu: Human8
Design: [komm.passion GmbH](http://komm.passion.de)
Tisk: Pinsker Druck und Medien GmbH

Zdroj doprovodných grafik:

© Guido Mieth-gettyimages.de; © N Felix/peopleimages.com-stock.adobe.com;
© Jacob Lund-stock.adobe.com; © Liubov Levytska-stock.adobe.com;
© Hector-stock.adobe.com; © Rawpixel.com-stock.adobe.com;
© Comeback Images-stock.adobe.com; © ViDi Studio-stock.adobe.com;
© Joshua Resnick-stock.adobe.com; © Brastock Images-stock.adobe.com;
© Andrei Minsk-shutterstock.com; © Rvector-shutterstock.com;
© Nadya_Art-shutterstock.com; © Buravleva stock-shutterstock.com;
© Irina Strelnikova-shutterstock.com; © The img-shutterstock.com;
© bsd studio-shutterstock.com; © Auroracreative Std-shutterstock.com;
© Lemonon-shutterstock.com;

Autorská práva

© 2024 by STADA Arzneimittel AG
Informace o skupině STADA jsou k dispozici na: www.stada.com.

Právní upozornění

Distribuce celé studie nebo její části je možná jen při citaci zdroje a autorských práv.

Tato publikace je chráněna autorskými právy. Jakékoli kopírování je výslovně zakázáno, pokud není vydáno písemné povolení společnosti STADA Arzneimittel AG. Výjimkou je kopírování pro výhradně soukromé účely.

Kopie studie si můžete vyžádat přes tyto kontakty:

STADA Arzneimittel AG
Media Relations
Tel: +49 (0) 61 01/6 03-597
E-mail: press@stada.de

STADA Arzneimittel AG
Stadastraße 2-18, 61118 Bad Vilbel

