

## Pressemitteilung

Köln, 28. Mai 2018

### **Studie zeigt: Wearables und Gesundheits-Apps führen nicht zu einem besseren Gesundheitswissen**

**In einer empirischen Arbeit der Hochschule Fresenius, Fachbereich Wirtschaft & Medien, wurde untersucht, ob es einen Zusammenhang zwischen Wearables oder Gesundheits-Apps und einem besseren Wissen über Gesundheit gibt. Dazu befragten Kölner Studierende des Studiengangs Management und Ökonomie im Gesundheitswesen (B.A.) im Rahmen einer Projektarbeit über 500 Personen.**

**Köln.** Der Sommer naht. Für viele Menschen beginnt nun auch die Zeit, mehr Sport zu treiben und den Winterspeck abzutrainieren. Um die Motivation zu steigern oder den sportlichen Erfolg zu messen, werden immer häufiger Fitnessarmbänder, sogenannte Wearables, verwendet. Mithilfe dieser Armbänder lassen sich Schritte zählen, der Puls oder der Schlafrhythmus aufzeichnen. Laut aktueller Studien werden Wearables und Gesundheits-Apps von etwa jedem dritten Bürger genutzt – Tendenz steigend.

In einer Studie der Studierenden Laura Wagner, Kim Stephan, Natalie Neuffer und Yannick Michels des Studiengangs Management und Ökonomie im Gesundheitswesen (B.A.) der Hochschule Fresenius in Köln wurde untersucht, ob Wearables nur ein Mode-Gag sind oder vielmehr Ausdruck eines sich verändernden Umgangs mit und Verständnisses von Gesundheit. Dazu wurden über 500 Personen online befragt. Die Ergebnisse bestätigen frühere Studien, dass die Nutzer von Wearables sich eher gesundheitsbewusst verhalten, also sportlich aktiver sind und auch stärker auf eine ausgewogene Ernährung achten, als Personen, die keine

HOCHSCHULE FRESENIUS  
STANDORT KÖLN  
Im MediaPark 4c  
D - 50670 Köln

**Ansprechpartner/Presse:**  
Melanie Hahn  
melanie.hahn@hs-fresenius.de  
Mobil: +49 (0) 171 - 359 2590  
Tel. +49 (0) 221 - 973 199 507  
[www.hs-fresenius.de](http://www.hs-fresenius.de)

## Pressemitteilung

Köln, 28. Mai 2018

Fitnesstracker verwenden. Die Nutzer gaben auch mehrheitlich an, dass sich ihr Gesundheitsverhalten deutlich verbessert hat, seitdem sie ein Wearable nutzen. Frauen waren häufiger von den positiven Effekten der Wearables überzeugt als Männer. Trotz des Erfolges blieben die Nutzer offenbar nach wie vor motiviert. Sie hatten weiterhin vor, noch mehr Sport zu treiben und auf ihre Gesundheit zu achten, als Nicht-Nutzer, die eher mit ihrem Gesundheitszustand zufrieden waren.

„Erstaunlich ist jedoch, dass Träger von Wearables – obwohl sie Daten und Informationen als Grundlage für ihr Gesundheitsverhalten nutzen – nicht generell über mehr Gesundheitswissen verfügen“, erklärt Prof. Dr. Thomas Teyke, Studiendekan an der Hochschule Fresenius und Verantwortlicher der Studie. „Nutzer kennen zwar häufiger ihren Blutdruck, aber Blutzucker- und Cholesterinwerte sind nur etwa jedem fünften Nutzer bekannt, und damit nicht häufiger als den Nicht-Nutzern.“ Besonders schlecht schneiden Personen ab, wenn sie nach Krankheitsrisiken befragt werden: Weniger als jeder sechste Befragte kennt die Hauptrisiken für Herz-Kreislauferkrankungen und weniger als jeder Zehnte kennt die Risiken für die Entstehung von Lungenkrebs – unabhängig davon, ob sie ein Wearable tragen oder nicht. „Die Studie zeigt, dass die Kenntnis über gesundheitliche Risikofaktoren generell schlecht ausgeprägt ist. Aber auch die neue Affinität zu Daten durch Nutzung von Wearables und Gesundheits-Apps muss nicht zwangsläufig als Ausdruck eines sich wandelnden Umgangs und Verständnisses von Gesundheit gewertet werden“, so der Gesundheitsökonom.

### Über die Hochschule Fresenius

Die Hochschule Fresenius mit ihren Standorten in Frankfurt am Main, Hamburg, Idstein, Köln, München und den Studienzentren in Berlin, Düsseldorf und New York gehört mit rund 12.000 Studierenden zu den größten und renommiertesten privaten Hochschulen in Deutschland. Sie blickt auf eine mehr als 170-jährige Tradition zurück. 1848 gründete Carl Remigius Fresenius in

## Pressemitteilung

Köln, 28. Mai 2018

Wiesbaden das „Chemische Laboratorium Fresenius“, das sich von Beginn an sowohl der Laborpraxis als auch der Ausbildung widmete. Seit 1971 ist die Hochschule staatlich anerkannt. Sie verfügt über ein sehr breites, vielfältiges Fächerangebot und bietet in den Fachbereichen Chemie & Biologie, Design, Gesundheit & Soziales, onlineplus sowie Wirtschaft & Medien Bachelor- und Masterprogramme in Vollzeit sowie berufsbegleitende und ausbildungsbegleitende (duale) Studiengänge an. Die Hochschule Fresenius ist vom Wissenschaftsrat institutionell akkreditiert. Bei der Erstakkreditierung 2010 wurden insbesondere ihr „breites und innovatives Angebot an Bachelor- und Master-Studiengängen“, „ihre Internationalität“ sowie ihr „überzeugend gestalteter Praxisbezug“ vom Wissenschaftsrat gewürdigt. Im April 2016 wurde sie vom Wissenschaftsrat für weitere fünf Jahre re-akkreditiert.

Weitere Informationen finden Sie auf unseren Websites:

[www.hs-fresenius.de](http://www.hs-fresenius.de)

[www.wir-sind-unsere-Zukunft.de](http://www.wir-sind-unsere-Zukunft.de)