

Fasten

Datenbasis:	1.002 Befragte
Erhebungszeitraum:	19. bis 22. Februar 2011
statistische Fehlertoleranz:	+/- 3 Prozentpunkte
Auftraggeber:	DAK

16 Prozent der Befragten finden es aus gesundheitlicher Sicht sehr sinnvoll, mehrere Wochen gezielt auf ein bestimmtes Genussmittel oder Konsumgut zu verzichten. 44 Prozent halten das für sinnvoll.

39 Prozent – eher die Männer, die Jüngeren und die formal niedriger Gebildeten – halten dies für weniger (22 %) oder überhaupt nicht (17 %) sinnvoll.

- Ist Fasten sinnvoll?

Es finden den über mehrere Wochen andauernden gezielten Verzicht auf ein bestimmtes Genussmittel oder Konsumgut aus gesundheitlicher Sicht

	sehr sinnvoll %	sinnvoll %	weniger sinnvoll %	überhaupt *) nicht sinnvoll %
insgesamt	16	44	22	17
Ost	13	36	31	18
West	17	46	20	17
Bayern	18	46	21	14
Baden-Württemberg	14	43	26	15
Südwest	19	46	20	13
Nord	16	54	12	17
NRW	18	40	20	21
Männer	13	40	25	20
Frauen	19	47	19	13
18- bis 29-Jährige	14	42	29	15
30- bis 44-Jährige	18	41	21	19
45- bis 59-Jährige	18	45	20	15
60 Jahre und älter	15	45	21	17
Hauptschule	11	38	25	23
mittlerer Abschluss	16	46	20	18
Abitur/Studium	19	46	22	13

*) an 100 Prozent fehlende Angaben = „weiß nicht“

40 Prozent der Befragten sagen, sie hätten bereits mehrfach auf ein bestimmtes Konsumgut oder Genussmittel über mehrere Wochen hinweg verzichtet, 17 Prozent haben dies schon einmal getan.

2 Prozent haben zwar bisher noch nicht gefastet, wollen dies aber unbedingt einmal tun. 11 Prozent könnten sich dies immerhin vorstellen.

Demgegenüber stehen 29 Prozent der Befragten, die noch nie gefastet haben und für die das auch nicht in Frage kommt. Zu dieser Gruppe gehören überdurchschnittlich häufig die Ostdeutschen und die Befragten mit Hauptschulabschluss.

▪ Bisheriger Verzicht auf Genussmittel oder Konsumgüter

Es haben bereits für mehrere Wochen auf ein bestimmtes Genussmittel oder Konsumgut verzichtet

	ja, schon öfters	ja, schon einmal	nein, noch nie; möchte es aber un- bedingt mal probieren	nein, noch nie; könn- te es mir aber durch- aus vorstellen	nein, noch *) nie; das käme für mich auch nicht in Frage
	%	%	%	%	%
Februar 2010	35	17	1	12	34
Februar 2011	40	17	2	11	29
Ost	30	13	2	12	43
West	42	18	2	11	26
Bayern	44	17	2	8	29
Baden-Württemberg	42	24	2	12	19
Südwest	39	21	1	16	21
Nord	40	14	4	10	30
NRW	45	15	3	10	27
Männer	38	17	1	10	33
Frauen	42	17	3	12	26
18- bis 29-Jährige	32	24	2	11	31
30- bis 44-Jährige	44	18	2	11	25
45- bis 59-Jährige	43	19	2	10	24
60 Jahre und älter	38	10	3	12	36
Hauptschule	37	12	2	10	38
mittlerer Abschluss	42	16	4	8	29
Abitur/Studium	41	20	1	13	24

*) an 100 Prozent fehlende Angaben = „weiß nicht“

Diejenigen Befragten, die angaben, dass Fasten für sie grundsätzlich in Frage kommt, wurden weiter gefragt, auf welche Genussmittel bzw. Konsumgüter sie dann am ehesten verzichten würden.

Ganz oben rangiert hier Alkohol (78 %), gefolgt von Süßigkeiten (69 %) und Rauchen (53 %). 48 Prozent würden am ehesten auf Fleisch verzichten wollen. Was die Konsumgüter anbelangt, wird mit 42 Prozent am häufigsten das Fernsehen genannt. 28 Prozent würden am ehesten auf Computer bzw. Internet, 19 Prozent auf das Auto verzichten wollen.

▪ Genussmittel oder Konsumgüter, auf die am ehesten verzichtet würde *)

Beim Fasten würde am ehesten verzichtet wollen auf ...

	Alkohol	Süßig- keiten	Rauchen	Fleisch	Fern- sehen	Computer bzw. Inter- net	Auto **)
	%	%	%	%	%	%	%
Februar 2010	64	59	39	37	32	23	15
Februar 2011	78	69	53	48	42	28	19
Ost	79	66	57	49	45	27	22
West	78	69	52	48	42	29	19
Bayern	78	65	49	49	49	29	19
Baden-Württemberg	77	74	57	53	45	26	19
Südwest	78	72	52	49	37	28	14
Nord	83	70	55	37	31	31	24
NRW	76	67	48	52	46	29	19
Männer	79	67	53	37	43	24	21
Frauen	78	70	52	58	42	32	19
18- bis 29-Jährige	81	55	49	40	42	17	17
30- bis 44-Jährige	82	68	50	43	44	24	16
45- bis 59-Jährige	79	76	61	54	46	32	21
60 Jahre und älter	73	70	50	52	36	35	23
Hauptschule	79	62	52	46	43	42	25
mittlerer Abschluss	80	71	53	51	40	26	18
Abitur/Studium	77	70	53	46	45	25	18

*) Basis: Diejenigen, für die Fasten in Frage kommt

**) Prozentsumme größer als 100, da Mehrfachnennungen möglich