



## Bayern will chronisch einsamen Menschen helfen

### Beitrag

**Bayerns Sozial- und Arbeitsministerin Ulrike Scharf und Gesundheits- und Pflegeminister Klaus Holetschek wollen chronisch einsame Menschen im Freistaat gezielt mit diversen Hilfsangeboten unterstützen. Bayerns Sozialministerin Ulrike Scharf betonte: „Niemand in Bayern muss einsam sein! Das Thema muss raus aus der Tabu-Zone! Ich gründe in der nächsten Legislaturperiode das Netzwerk ‚Bayern gemeinsam gegen Einsamkeit‘. Prävention ist unerlässlich! Wir müssen Institutionen und Verbände an einem Tisch zusammenholen, um Einsamkeit schon im Vorfeld zu verhindern.“**

Holetschek betonte am Mittwoch anlässlich einer Pressekonferenz und Podiumsdiskussion zum Bündnisforum „Licht an. Damit Einsamkeit nicht krank macht.“ mit rund 150 Gästen in der Residenz in München: „Ich habe das Thema Einsamkeit bewusst auf die politische Agenda gesetzt, denn chronische Einsamkeit ist ein Risikofaktor für psychische und körperliche Erkrankungen. Das belegen zahlreiche Studien. Und Einsamkeit kann alle treffen – unabhängig von Alter und Geschlecht. Mit unserem diesjährigen Präventionsschwerpunkt möchten wir ein größeres Bewusstsein in der Bevölkerung für Einsamkeit und ihre Folgen schaffen, die Gesundheitskompetenz stärken und vielfältige Hilfsangebote aufzeigen, wie Einsamkeit vermieden und überwunden werden kann.“

Holetschek sagte: „Wir haben in Zusammenarbeit mit dem Bayerischen Landesamt für Gesundheit und Lebensmittelsicherheit (LGL) einen Gesundheitsbericht mit aktuellen Daten und Hilfsangeboten zum Thema Einsamkeit erstellen lassen. Dieser Bericht enthält bisher unveröffentlichte Daten zur Häufigkeit von Einsamkeit in Bayern. Er zeigt auf, wer besonders betroffen ist, welche gesundheitliche Folgen Einsamkeit haben kann, welche Folgen die Corona-Pandemie für das Einsamkeitserleben hatte und welche konkreten Hilfsangebote und Projekte im Freistaat zur Vermeidung von Einsamkeit bestehen.“

Holetschek erläuterte: „Bereits vor der Corona-Pandemie war Einsamkeit ein Thema. Im Jahr 2017 berichtete etwa ein Drittel der Menschen in Bayern, zumindest manchmal einsam zu sein. Zwei bis drei Prozent waren häufig bzw. sehr häufig einsam (Quelle: Langzeitstudie Sozio-oekonomisches Panel). Während der Corona-Pandemie nahm die Einsamkeit zu, die Zahl häufig oder sehr häufig einsamer Erwachsener in Bayern stieg von 2,3 Prozent im Jahr 2017 auf 16,2 Prozent im Jahr 2021. Die schon vor Corona bestehende Tendenz zur Vereinsamung in unserer Gesellschaft wurde noch verstärkt.“

Überträgt man die Einsamkeitshäufigkeit im Jahr 2021 auf die bayerische Bevölkerung, so ist von rund 1,8 Millionen Erwachsenen im Freistaat auszugehen, die sich während der Pandemie häufig oder sehr

häufig einsam fühlten.

**Prof. Dr. med. Caroline Herr, Amtsleitung Gesundheit am LGL** und federführend für den Einsamkeitsbericht zuständig, fügte hinzu: „21,0 Prozent der Frauen waren im Jahr 2021 dem Sozio-oekonomischen Panel zufolge häufig oder sehr häufig einsam (gegenüber 11,3 Prozent bei Männern). Die jüngste befragte Altersgruppe in Bayern, die der 18- bis 25-Jährigen, weist dabei im Jahr 2021 die höchsten Einsamkeitsraten auf mit 31,7 Prozent. Hier gibt es auch den stärksten Anstieg zwischen 2017 (1,5 Prozent) und 2021 mit gut 30 Prozentpunkten.“

Scharf erläutert weiter: „Wir lassen niemanden allein! Wir haben bereits wichtige Maßnahmen gegen Einsamkeit gestartet! Digitale Streetworker kümmern sich um junge Menschen. Sie begleiten, beraten und unterstützen sie – auch bei dem Thema Einsamkeit! Ältere Menschen sind ebenfalls betroffen. Mehrgenerationenhäuser und Quartierskonzepte binden sie gezielt ein. Unser aktives Vereinsleben im Ehrenamtsland Bayern bringt die Familien zusammen!“ Holetschek fügte hinzu: „In unserem Bericht sind auch diverse Hilfsangebote aufgeführt, die bereits existieren oder die im Rahmen unseres Präventionsschwerpunktes neu angeboten werden wie die Ratschkasse im Buxheimer Supermarkt. Weitere Beispiele sind die Telefon-Engel-Aktion des Vereins Retla, das Gesundheitsförderungsprojekt „Habe die Ehre“ in der Gemeinde Zell, das Projekt [U25] in Nürnberg als Beratungsstelle zur Suizidprävention, die Krisendienste, und viele weitere.“ Holetschek betonte: „Chronische Einsamkeit kann zahlreichen Studien zufolge zu einer Vielzahl von psychischen und körperlichen Erkrankungen führen, wie Angststörungen, Depressionen, Bluthochdruck, Schlaganfall, Diabetes mellitus Typ 2 oder auch Demenz. Auch mit vorzeitiger Sterblichkeit wird chronische Einsamkeit in Verbindung gebracht. Chronische Einsamkeit steht auch in Zusammenhang mit gesundheitsschädlichem Verhalten, wie einem ungesunden Lebensstil, erhöhtem Suchtmittelkonsum und erhöhtem Medienkonsum. Und – auch das gehört zur Wahrheit: Menschen, die einsam sind, haben häufiger Suizidgedanken.“

**Auch auf der Website [www.einsamkeit.bayern.de](http://www.einsamkeit.bayern.de) sind unter anderem diverse Hilfsangebote aufgeführt sowie Veranstaltungen der Gesundheitsämter und Gesundheitsregionenplus.**

Das Internationale Institut für empirische Sozialökonomie (INIFES) hat im Jahr 2022 im Auftrag des StMGP eine Expertise zur Einsamkeit in Bayern erstellt. Damit wurde eine Datengrundlage für die Entwicklung und Umsetzung von Maßnahmen geschaffen. Die Expertise umfasst eine bisher unveröffentlichte Sonderauswertung des Sozio-oekonomischen Panels (SOEP) und des Deutschen Alterssurveys (DEAS). Ausgewertet wurden aktuelle Zahlen zum Einsamkeitserleben in Bayern und Deutschland von 2017 – also von vor der Corona-Pandemie – und während der Corona-Pandemie 2020 und 2021. Zudem wurden durch INIFES auch Experten befragt, die in ihrem Berufsfeld Umgang mit Personen aus Risikogruppen für Einsamkeit haben, wie Alleinstehende, Ältere in Pflegeheimen, Arbeitslose, Jugendliche, Alleinerziehende oder Kranke. Den Bericht „Wenn Einsamkeit krank macht: Bericht zu den gesundheitlichen Folgen von Einsamkeit in Bayern“ finden Sie online unter [www.bestellen.bayern.de/shoplink/stmgrp\\_einsamkeit\\_001.htm](http://www.bestellen.bayern.de/shoplink/stmgrp_einsamkeit_001.htm)

**Bericht und Foto: StMAS – Das Foto zeigt von links: Amtsleitung Gesundheit am LGL, Prof. Dr. med. Caroline Herr, Präsident der Bayerischen Landesärztekammer, Dr. Gerald Quitterer, Gesundheitsminister Klaus Holetschek und Sozialministerin Ulrike Scharf.**



Bayerisches Staatsministerium für  
Ernährung, Landwirtschaft, Forsten und Tourismus



## Kategorie

1. Allgemein

## Schlagworte

1. Bayern
2. Einsame Menschen
3. München-Oberbayern