

Nicht übertragbare Krankheiten - Die stille Epidemie

WAS SIND NICHT ÜBERTRAGBARE KRANKHEITEN?

Nicht übertragbare Krankheiten, kurz **NCDs (Non-communicable diseases)**, stellen eine breite Gruppe an Krankheiten dar, die nicht auf andere Menschen übertragen werden können. Die Ursachen für NCDs sind komplex, allerdings hängen sie eng mit Lebensverhältnissen und individuellen Verhaltensweisen zusammen. Viele NCDs sind gleichzeitig chronische Erkrankungen.



WARUM SIND NCDs WELTWEIT EIN PROBLEM?

Weltweit sterben ca. 43 Millionen Menschen pro Jahr an NCDs, das sind drei Viertel aller Todesfälle. In Industrieländern wie Deutschland sterben 90% der Menschen an ihnen. Deutlich mehr als die Hälfte aller NCD-Todesfälle ereignen sich aber im Globalen Süden. Zusätzlich treten dort auch noch viele Infektionskrankheiten auf, sodass die Bevölkerungen gesundheitlich doppelt belastet sind. Soziale und wirtschaftliche Ungleichheiten werden dadurch weiter verstärkt.

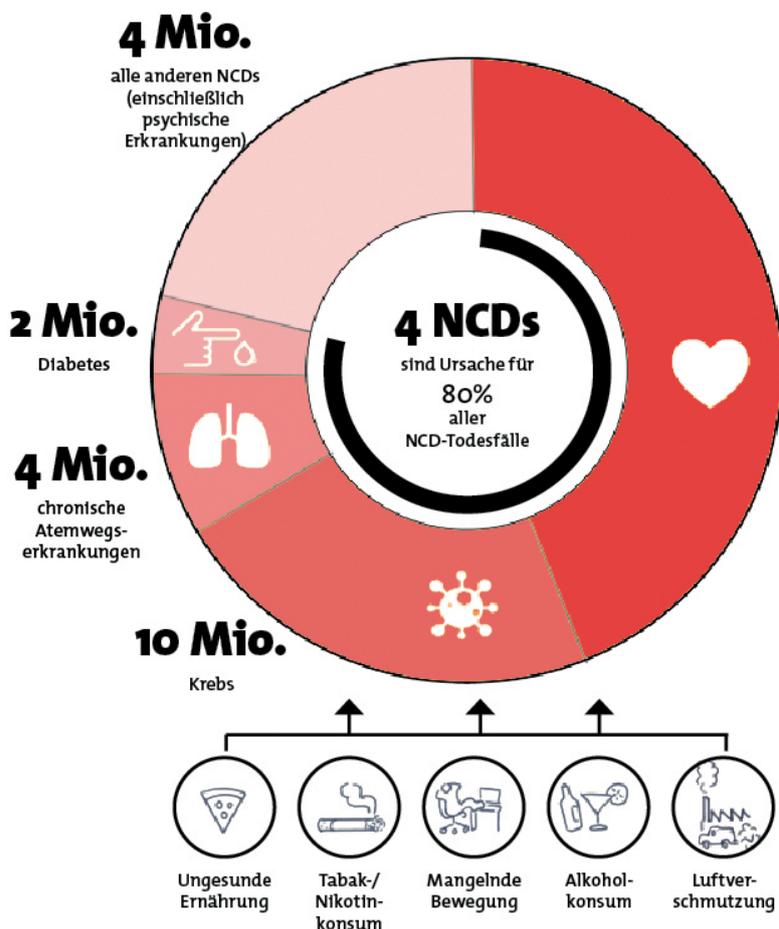
Aber mit gezielten Maßnahmen sind viele NCDs zu verhindern. Um die NCD-Epidemie und die damit verbundene Sterblichkeit zu bekämpfen, braucht es mehr Gesundheitsförderung und Prävention, aber auch eine gute und bezahlbare Gesundheitsversorgung für alle, die bereits von NCDs betroffen sind.

WODURCH ENTSTEHEN NCDs?

Es gibt fünf Hauptrisikofaktoren für NCDs: **unge-sunde Ernährung, Tabak- bzw. Nikotinkonsum, Mangel an Bewegung, Alkoholkonsum und Luftverschmutzung**. Diese können zu körperlichen Risikofaktoren (erhöhter Blutdruck, Übergewicht, erhöhter Blutzuckerspiegel und erhöhte Blutfettwerte) führen, welche dann wiederum verschiedene NCDs verursachen können.

In einem gewissen Maß kann jeder Mensch sein Verhalten selbst steuern, doch es gibt verschiedene Faktoren, die man selbst nur bedingt oder gar nicht beeinflussen kann: die sogenannten sozialen, kommerziellen und umweltbezogenen Determinanten (einflussnehmende Faktoren). Sie sagen zum Beispiel aus, wie viel Geld und Zeit ein Mensch hat, sich gesund zu ernähren (**soziale Determinante**), wie stark er aggressiver Werbung für ungesunde Lebensmittel ausgesetzt ist (**kommerzielle Determinante**) oder welche Lebensmittel zur Verfügung stehen, wenn beispielsweise Nahrungsmittelknappheit durch Umweltkatastrophen herrscht (**umweltbezogene Determinante**).

Um diese Faktoren flächendeckend und nachhaltig zu beeinflussen, braucht es Veränderungen auf sozialer, politischer und wirtschaftlicher Ebene.



19 Mio.

Herz-Kreislauf-
Erkrankungen

depressionen
asthma
herzinfarkt
bluthochdruck
adipositas
schlaganfall
COPD
krebs
diabetes

**DU WILLST MEHR ÜBER DAS THEMA
ERFAHREN?**

Dann scanne den QR-Code und schau dir die gesamte Fachbroschüre „Nicht übertragbare Krankheiten - Die stille Epidemie“ an. ▶▶



FOKUS RAUCHEN

Laut Weltgesundheitsorganisation (WHO) sterben jährlich 8 Millionen Menschen an den Folgen von Tabakkonsum. Während das Interesse an Zigaretten zuletzt sank, wurde ein neuer Hype um Produkte wie E-Zigaretten, Tabakerhitzer und Nikotinbeutel erschaffen. Das enthaltene Nikotin lässt Blutgefäße schneller altern, was zu Durchblutungsproblemen führt. Es beeinflusst das Immunsystem, den Stoffwechsel und gerade bei Kindern und Jugendlichen die geistige Entwicklung und Konzentration. Die in E-Zigaretten enthaltenen Aromen können außerdem entzündungs- und krebserregend sein. Doch weltweit hat die Tabakindustrie viel Einfluss, pflegt wichtige politische Kontakte und nutzt aggressive Werbestrategien, um ihre Umsätze zu sichern. Dass Tabakkonsum ein Gesundheitsrisiko ist und zu den Hauptverursachern von NCDs zählt, spielt für sie keine Rolle.

FOKUS DIABETES IM GLOBALEN SÜDEN

Diabeteserkrankungen haben in den letzten Jahren weltweit stark zugenommen, ganz besonders in Ländern des Globalen Südens. In Ländern ohne allgemeine Gesundheitsversorgung, also z.B. solchen ohne gesetzliche Krankenkassen wie in Deutschland, stellt das viele Patient*innen vor große finanzielle Probleme. Sie sind lebenslang auf die teure Behandlung angewiesen und müssen diese aus eigener Tasche bezahlen. Können sie dies nicht, werden Menschen mit Diabetes oftmals nicht oder nur unzureichend behandelt. Das verursacht viele Folgeerkrankungen und vorzeitige Todesfälle. Notwendig ist deshalb der Zugang zu qualitativ hochwertigen Gesundheitsdienstleistungen, ohne dass Menschen dadurch in finanzielle Not geraten.

GESUNDES LEBEN AUF EINEM GESUNDEN PLANETEN

Einen möglichst gesunden Lebensraum für alle Menschen zu schaffen, ist eine wirksame Methode, um NCDs zu verhindern. Wenn sich beispielsweise die Luftverschmutzung durch weniger Autoverkehr und mehr Grünflächen reduziert, atmen die Menschen sauberere Luft und haben mehr Motivation sich zu bewegen. Das wirkt sich positiv auf ihre Gesundheit aus. Gleichzeitig beeinflussen solche Maßnahmen die Umwelt und den Planeten positiv. Wir profitieren also mehrfach. Doch für große Effekte bedarf es Veränderungen auf politischer, wirtschaftlicher und sozialer Ebene. Bis diese erreicht sind, kannst du dich aber auch heute schon für Verhaltensweisen entscheiden, von denen sowohl deine eigene Gesundheit als auch die Umwelt profitiert.

„Sie müssen jedes Mal bezahlen, sei es für Laboruntersuchungen, Behandlungen oder Medikamente. Es kostet sie ein Vermögen.“

Stéphane Besançon (NGO Santé Diabète) über Menschen mit Typ-1-Diabetes in Mali



NCDS VERHINDERN: FÜR DICH 😊 & FÜR ALLE 😊😊

MEHR QUALITY TIME STATT SCREEN TIME

- 😊 besserer Schlaf
- 😊 Senkung des Risikos für Bluthochdruck
- 😊 Stärkung der psychischen Gesundheit
- 😊😊 weniger Treibhausgasemissionen durch digitalen Konsum

LAUFEN UND RADELN STATT AUTOFAHREN

- 😊 Krebsvorbeugung 🚲
- 😊 Senkung des Risikos für Herz-Kreislauf-Erkrankungen
- 😊😊 weniger Treibhausgasemissionen, weniger Luftverschmutzung, weniger Lärm

GEMEINSAM FÜR VERÄNDERUNG

- 😊 sinnstiftendes Engagement im Bereich Soziales oder Umwelt wirkt positiv auf die Psyche
- 😊😊 Entwicklung zu einer gerechteren und gesünderen Gesellschaft

**DAS KANNST DU SONST NOCH
TUN, UM NCDS ZU BEKÄMPFEN
UND GLOBALE GESUNDHEIT
ZU FÖRDERN ▶▶**



Quellenauswahl (vollständige Quellenangabe in der Hauptbroschüre „Nicht übertragbare Krankheiten – Die stille Epidemie“):

WHO (2024) Noncommunicable diseases. www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/noncommunicable-diseases [Zugriff 19.5.2025]

WHO (2025) Universal Health Coverage. [www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/universal-health-coverage-\(uhc\)](http://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/universal-health-coverage-(uhc)) [Zugriff 14.5.2025]

AOK (2024) Welche Wirkung hat Nikotin? www.aok.de/pk/magazin/koerper-psyche/sucht/nikotin-und-seine-wirkung-auf-gehirn-und-koerper/ [Zugriff 14.5.2025]

Wabnitz K et al. (2024) Evidenzsynthese zu Co-Benefits: Eine Aufarbeitung der aktuellen wissenschaftlichen Evidenz. www.cphp-berlin.de/wp-content/uploads/2024/10/CPHP_Evidenzsynthese_01-2024.pdf [Zugriff 16.5.2025]

Zou HK et al. (2020) Harnessing real-world evidence to reduce the burden of noncommunicable disease: health information technology and innovation to generate insights. *Health Serv Outcomes Res Method*; 21, p 8–20 <https://doi.org/10.1007/s10742-020-00223-7>

Herausgeber: BUKO Pharma-Kampagne (Gesundheit – global und gerecht e.V.), 2025

Autorinnen: Hendrike Otto und Svenja Jeschonnek

basierend auf Pharma-Brief Spezial 2/2025 „Nicht übertragbare Krankheiten – Die stille Epidemie“