

Top Ten der Krankheiten

Kennen Sie die Top Ten der Krankheiten, die vielleicht auch vor Ihnen nicht halt machen wird? Trotz ausgefeilter Gesundheitssysteme und hoher Kosten im Gesundheitsbereich wird die Menschheit immer kränker. Eine Studie vom November 2018 zeigt, dass es offenbar kaum jemandem gelingt, im Alter gesund zu bleiben. Verwunderlich ist das Ergebnis nicht. Denn schon ein Blick auf die Teller oder das Bewegungspensum der meisten Menschen lässt nichts Gutes ahnen. Halten Sie sich die Top Ten der Krankheiten vom Leib!

Autor: Carina Rehberg

Aktualisiert: 23. October 2019

Stand: 23. October 2019

Die Top Ten der chronischen Krankheiten im Alter

Die Top Ten der Krankheiten greift immer mehr um sich: Daten aus 195 Ländern aus den Jahren 1990 bis 2017 zeigen, die Menschheit wird immer kränker und chronische Krankheiten sind ein treuer Begleiter geworden - vor allem im Rentenalter. Gesund zu bleiben, scheint hingegen schwierig zu sein.

Zwar werden die Menschen auch immer älter. Doch ist es offenbar nicht einfach, die zusätzlichen Jahre auch zu genießen, denn der Durchschnittsmensch verbringt immer mehr Zeit mit Krankheiten, Medikamenten und Arztbesuchen.

Forscher aus der ganzen Welt untersuchten in den letzten Jahrzehnten jene Gesundheitsprobleme des modernen Menschen, die mit Schmerzen einhergehen sowie solche, die seine Mobilität, sein Gehör oder sein Augenlicht einschränken.

Zwar hat sich die Top Ten der Krankheiten seit der Vergangenheit nicht geändert. Geändert hat sich jedoch die Dauer der Krankheiten. Das heisst, der Mensch leidet heutzutage über einen längeren Zeitraum an chronischen Krankheiten als früher. Zwar hat dies auch damit zu tun, dass der Mensch heute älter wird.

Doch stellt sich die Frage, ob dies noch als positive Entwicklung zu werten ist, wenn man sich in den gewonnenen Jahren mit Rückenschmerzen, Migräne, Atemnot aufgrund von Lungenerkrankungen oder Depressionen quälen muss oder gar von einer Schmerzmittelabhängigkeit betroffen ist.

Viele Menschen leiden an 10 und mehr Krankheiten!

Dazu kommt, dass sich der moderne Mensch nicht nur um eine Krankheit zu kümmern hat, sondern sich meist mit einer sog. Komorbidität herumschlagen muss, was bedeutet, dass er gleich mehrere Krankheiten auf einmal hat.

Typisch ist beispielsweise das gleichzeitige Auftreten von Bluthochdruck, Diabetes, Nerven- und Gefäßproblemen sowie Durchblutungsstörungen nicht selten in Kombination mit Herzkrankheiten, Verlust des Augenlichts und Depressionen.

Die Zahl der Menschen, die an 10 oder mehr Krankheiten leiden, stieg um 52 Prozent – wobei hier keineswegs nur alte Menschen betroffen sind. 81 Prozent jener Menschen, die an mehr als 5 Krankheiten leiden, sind den Forschern zufolge jünger als 65 Jahre.

Da erreicht man also endlich das oft so lang ersehnte Rentenalter, will reisen, viel mit den Enkelkindern erleben, kurzum das Leben genießen. Und dann? Dann verbringt man den Lebensabend in den Arztpraxen...

Gesund ist kaum noch jemand

Auffallend ist, dass keine dieser Krankheiten unmittelbar zum Tode führt, sondern sie alle zu den langwierigen chronischen Erkrankungen zählen, die insgesamt das Alltagsleben und die Lebensqualität stark beeinträchtigen können.

Untersucht wurde in besagter Studie, wie häufig 354 Krankheiten und 3484 Begleit- oder Folgekrankheiten auftraten.

Die Forscher berichteten, dass Erkrankungen sehr häufig festzustellen waren, und nur eine kleine Fraktion aller untersuchten Menschen gesund war.

Fast jeder leidet an Karies, Rückenschmerzen oder Kopfweh

Die am häufigsten anzutreffenden akuten Erkrankungsfälle betrafen vor allem Infektionskrankheiten und kurzfristige Verletzungen, wobei etwa 2 Milliarden Fälle von Infektionen der oberen Atemwege sowie Durchfallerkrankungen alleine im Jahr 2013 gezählt wurden.

Auch Karies hat sich in der Weltpopulation längst fest niedergelassen und sorgte alleine im Jahr 2013 für 200 Millionen schmerzhaftes Krankheitsfälle bei permanenter Karies. Karies ohne Schmerzen/Symptome führte zu 2,4 Milliarden Krankheitsfällen und Kopfschmerzen zu 1,6 Milliarden gezählten Fällen.

Die Hauptursachen für langjährige Behinderungen waren Rücken- und Kopfschmerzen und schwere Depressionen – wobei alle drei Krankheiten in jedem Land unter den Top Ten der am weitesten verbreiteten Krankheiten zu finden sind.

Die Top Ten der häufigsten chronischen Krankheiten bei Frauen

Die Top Ten der häufigsten chronischen Krankheiten, mit denen der moderne Mensch die meiste seiner „kranken Zeit“ verbringt, sieht für Frauen so aus:

1. Rücken-/Kreuzschmerzen
2. Kopfschmerzen und Migräne
3. Depressionen
4. Eisenmangelanämie (im Link finden Sie nicht nur Tipps für eine eisenreiche Ernährung, sondern auch für natürliche, rezeptfreie und gut verträgliche Eisenpräparate)
5. Diabetes
6. Chronisch obstruktive Lungenerkrankungen (COPD)
7. Hörverlust (altersbedingt, aber auch aus anderen Gründen)
8. Angstzustände
9. Nackenschmerzen
10. Blindheit und Sehchwäche

Die Top Ten der häufigsten chronischen Krankheiten bei Männern

Bei Männern sieht die Liste der Top-Ten-Krankheiten folgendermassen aus (für weitere Informationen und ganzheitlichen Massnahmen zu den jeweiligen Erkrankungen nutzen Sie bitte die Links in der Liste der Top-Ten-Krankheiten der Frauen):

1. Rücken-/Kreuzschmerzen
2. Kopfschmerzen
3. Diabetes
4. Hörverlust (altersbedingt)
5. Depressionen
6. Blindheit und Sehchwäche
7. Chronisch obstruktive Lungenerkrankungen (COPD)
8. Muskel-Skelett-Erkrankungen (Degenerative Erkrankungen der Wirbelsäule und der Gelenke (z. B. Arthrose) sowie Erkrankungen der Sehnen, Bänder, Menisken und Schleimbeutel)

9. Nackenschmerzen
10. Eisenmangel (ernährungsbedingt)

Der Top Ten der Krankheiten vorbeugen

Auch wenn die Menschheit mit all diesen Beschwerden immer kränker zu werden scheint, kann vielen dieser Krankheiten mit einer gesunden Ernährungs- und Lebensweise vorgebeugt werden.

Leiden Sie bereits an einer Krankheit aus der obigen Top Ten, so können Sie die jeweiligen Links verfolgen und gelangen sodann zu Tipps und Massnahmen aus der ganzheitlichen Naturheilkunde, mit denen die jeweiligen Beschwerden oft ganz massiv verbessert werden können.

Quellen

- Global, regional, and national incidence, prevalence, and years lived with disability for 301 acute and chronic diseases and injuries in 188 countries, 1990-2013: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2013, The Lancet, Juni 2015, (Globale, regionale und nationale Daten zur Inzidenz, Prävalenz und den YLD bei 301 akuten und chronischen Erkrankungen und Verletzungen in 188 Ländern für den Zeitraum von 1990 bis 2013: Eine systematische Analyse im Rahmen der Global Burden of Disease Study 2013) Publication stage: In Press Corrected Proof
- Global, regional, and national incidence, prevalence, and years lived with disability for 354 diseases and injuries for 195 countries and territories, 1990-2017: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2017, The Lancet, 2018; 392: 1789-858

Hinweis zu Gesundheitsthemen

Diese Informationen werden nach bestem Wissen und Gewissen weitergegeben. Sie sind ausschliesslich für Interessierte und zur Fortbildung gedacht und keinesfalls als Diagnose- oder Therapieanweisungen zu verstehen. Wir übernehmen keine Haftung für Schäden irgendeiner Art, die direkt oder indirekt aus der Verwendung der Angaben entstehen. Bei Verdacht auf Erkrankungen konsultieren Sie bitte Ihren Arzt oder Heilpraktiker.



Link zum Artikel

<https://zdg.de/top-ten-der-krankheiten-ia.html>