

Withings schärft das Bewusstsein für kardiovaskuläre Erkrankungen zum World Heart Day 2019

Laut der World Heart Federation sterben jährlich 17.900.000 Menschen weltweit an kardiovaskulären Erkrankungen. Herzprobleme sind damit weltweit Todesursache Nummer Eins. Kardiovaskuläre Erkrankungen können durch Faktoren wie Schlafmangel, Bluthochdruck oder Übergewicht hervorgerufen werden. Anlässlich des 20. World Heart Day am 29. September 2019 hat [Withings](#), Pionier der Connected Health-Bewegung, ausgewertet, in Zusammenarbeit mit der World Heart Federation ein Merkblatt für die Prävention von Herz-Kreislauf-Erkrankungen erstellt und ausgewertet, wie es um die Risikofaktoren für Herzkrankheiten in Deutschland bestellt ist.

Withings unterstützt die World Heart Federation bei der Prävention von kardiovaskulären Erkrankungen

Seit mehr als zehn Jahren entwickelt Withings stilvolle, intelligente Produkte und Dienstleistungen, die den Menschen dabei helfen, glücklicher und gesünder zu leben. Die neuesten Withings Produkte wie das Blutdruckmessgerät BPM Core oder die analoge Uhr Move ECG, beide mit EKG-Funktion ausgestattet und klinisch getestet, unterstützen auch bei der Überwachung der Herzgesundheit. Anlässlich des diesjährigen World Heart Day ist Withings eine Partnerschaft mit der World Heart Federation eingegangen. Dabei wurde ein gemeinsames Merkblatt für die Prävention von Herz-Kreislauf-Erkrankungen erstellt, welches Menschen motivieren soll, Risikofaktoren zu minimieren und dadurch Herzerkrankungen und Schlaganfälle zu verhindern. Die World Heart Federation ist das wichtigste Vertretungsorgan der kardiovaskulären Gemeinschaft, einschließlich der nationalen und kontinentalen kardiologischen wissenschaftlichen Gesellschaften und Stiftungen, und vertritt die wissenschaftliche, medizinische und berufliche Gemeinschaft sowie Patienten und gemeinnützige Organisationen.

“Herz-Kreislauf-Erkrankungen stellen weltweit die häufigste Todesursache dar. Deshalb ist es wichtig, dass Menschen regelmäßig ihre Herzgesundheit überwachen und Maßnahmen ergreifen, um in Zukunft schwerwiegende gesundheitliche Probleme zu vermeiden“, erklärt Mathieu Letombe, CEO von Withings. “Daher freuen wir uns, mit der World Heart Federation für den diesjährigen World Heart Day zusammenzuarbeiten. Gemeinsam möchten wir Menschen praktische Ratschläge geben, die sie einfach in ihren Alltag integrieren können. Dazu zählen mehr Bewegung oder das regelmäßige Überwachen des eigenen Blutdrucks von zu Hause aus.”

Produkttest BPM Core und Move ECG in sechs Gravis Stores

Pünktlich zum World Heart Day stehen die neuesten Withings Produkte BPM Core und Move ECG vom 26. September bis zum 10. Oktober zudem zum exklusiven Testen in den Gravis Stores in Berlin, München, Köln, Hamburg, Hannover und Leipzig bereit. Dort haben Kunden die Möglichkeit, die Produkte zu testen und sich dabei von geschultem Personal beraten zu lassen.

Jeder Dritte in Deutschland hat weniger als 7 Stunden Schlaf pro Nacht

Studien belegen, dass eine verkürzte Schlafdauer die Wahrscheinlichkeit für Bluthochdruck und somit für kardiovaskuläre Erkrankungen erhöht. Mit jeder Stunde weniger Schlaf steigt die Wahrscheinlichkeit um 37%¹. Anonymisiert erhobene Nutzerdaten von Withings Produkten wie den Fitnessuhren Steel HR und Move ECG, die u.a. den Schlaf tracken können, wie auch der smarten Schlafensormatte Sleep zeigen jetzt: 39,3% der Deutschen haben durchschnittlich weniger als die empfohlenen 7 Stunden Schlaf pro Nacht. Stuttgart ist dabei mit 43% die schlafloseste Stadt Deutschlands, knapp gefolgt von Hannover mit 42,9%. Die längsten Nächte haben im Vergleich die Wuppertaler mit 34,5%. Im internationalen Vergleich liegt Deutschland bei der Schlafdauer im Mittelfeld. Negativer Spitzenreiter ist Japan: Dort schlafen 71,2% der Menschen weniger als 7 Stunden pro Nacht. Die Australier hingegen bekommen den meisten Schlaf. Dort erreichen lediglich 30,1% der Nutzer die empfohlene Schlafdauer nicht. Gefolgt wird Down Under von Großbritannien (31,2%) und Belgien (31,9%).

Ranking der 20 größten Städte Deutschlands mit weniger als 7 Stunden Schlaf pro Nacht:

1. Stuttgart (43%)
2. Hannover (42,9%)
3. Duisburg (42,6%)
4. Bonn (42%)
5. Köln (40,6%)
6. Bielefeld (40,6%)
7. Bremen (39,9%)
8. Bochum (39,5%)
9. Berlin (39,4%)
10. Frankfurt (39,3%)
11. Dortmund (39,2%)
12. Dresden (38,9%)
13. Düsseldorf (38,7%)
14. Hamburg (37,5%)
15. Münster (36,9%)
16. München (36,6%)
17. Leipzig (36,2%)
18. Nürnberg (35,9%)
19. Essen (35,9%)
20. Wuppertal (34,6%)

Mehrheit der Deutschen mit Übergewicht lebt im Ruhrpott

Neben unzureichendem Schlaf erhöht auch Übergewicht das Risiko für Herzerkrankungen. Die Auswertung der anonymisiert erhobenen Nutzerdaten von den Withings Körperwaagen Body, Body+ und Body Cardio zeigt, dass jeder Fünfte in Duisburg (21,7%), Wuppertal (21,4%), Essen (20,3%) und Dortmund (20,2%) übergewichtig ist. Der Ruhrpott zählt damit zu den Schwergewichten Deutschlands. Im Gegensatz dazu findet man die schlanksten Deutschen in

¹ David A. Calhoun & Susan M. Harding, Sleep and Hypertension, Chest 2010 Aug; 138(2): 434-443.

Pressekontakt Withings Deutschland, Österreich und Schweiz:

Sophie Kohoutek / PIABO PR GmbH

withings@piabo.net

+49 (0) 30 25 76205 26



Dresden (15,7%) und München (16,1%). Der bundesweite Durchschnitt an Menschen mit Übergewicht liegt bei 18,6%. Im internationalen Gewichtsvergleich belegen die Deutschen den 5. Platz. Vor Deutschland landen – wenig überraschend – die USA mit 30,1% Übergewichtigen auf dem ersten Platz, gefolgt von Kanada mit 23,9%, Australien mit 23,1% und Großbritannien mit 21,6%.

Ranking der 20 größten Städte Deutschlands nach Übergewicht:

1. Duisburg (21,7%)
2. Wuppertal (21,4%)
3. Essen (20,3%)
4. Dortmund (20,2%)
5. Bochum (20,2%)
6. Bremen (19,9%)
7. Hannover (19,4%)
8. Bonn (19,2%)
9. Berlin (18,7%)
10. Köln (18,3%)
11. Frankfurt (18,3%)
12. Nürnberg (18,1%)
13. Münster (18,0%)
14. Düsseldorf (17,9%)
15. Stuttgart (17,6%)
16. Bielefeld (17,6%)
17. Leipzig (17,6%)
18. Hamburg (17,4%)
19. München (16,1%)
20. Dresden (15,7%)