



International Microbiota Observatory

L'Observatoire International
des Microbiotes

Vierte Welle

Ergebnisse aus Deutschland

A large, light-colored rectangular area on the left side of the slide, containing a dense, overlapping pattern of various bacterial shapes, including rods and cocci, rendered in a light gray or off-white color against a white background.

Methoden

Methoden



Teilnehmer 2023

- USA (n=500)
- Brasilien (n=500)
- Mexiko (n=1.000)
- Frankreich (n=1.000)
- Portugal (n=500)
- China (n=1.000)

Teilnehmer 2024

- Polen (n=500)
- Finnland (n=500)
- Vietnam (n=1.000)

Teilnehmer 2025

- Deutschland (n=500)
- Italien (n=500)

11

Länder

7.500

Befragte

Die Umfrage des International Microbiota Observatory wurde vom 3. Februar bis zum 13. März 2026 online in **11 Ländern** durchgeführt. Durch die Anwendung der Quotenmethode in Bezug auf Geschlecht, Alter, Region und Beruf der Befragten wurde sichergestellt, dass die Stichproben für jedes Land repräsentativ sind.



Im gesamten Bericht werden alle Ergebnisse in Prozent angegeben. Die statistische Signifikanz der Teilpopulationen, auch im Vergleich zur vorherigen Erhebungswelle, wird mit einem Konfidenzniveau von 95 % berechnet. Zur besseren Lesbarkeit werden signifikante Unterschiede durch die Farben ● Grün und ● Orange hervorgehoben und die Entwicklung durch Pfeile dargestellt. ↗ ↘



Einige Ergebnisse basieren auf einer eingeschränkten Datenbasis; die Ergebnisse sind daher mit Vorsicht zu interpretieren.

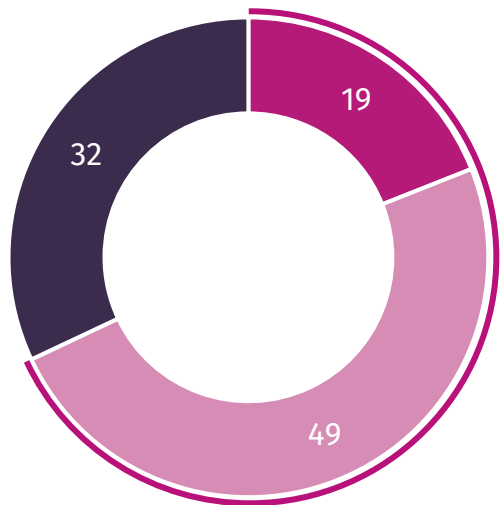


**Trotz Anzeichen einer
Verbesserung ist das
Bewusstsein für das
Mikrobiom in Deutschland
nach wie vor gering.**

Das Bewusstsein für das Mikrobiom scheint in Deutschland zu steigen: 7 von 10 Befragten geben an, schon einmal davon gehört zu haben – was dem weltweiten Durchschnitt entspricht.

Frage 2. Haben Sie schon einmal vom „Mikrobiom“ gehört?

Basis: Alle Befragten

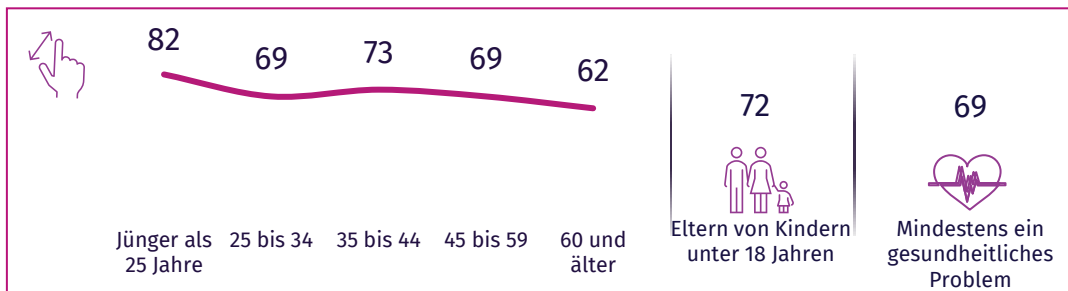


68% haben bereits den Begriff Mikrobiom gehört

2025: 63%



72%



- Ja, und ich weiß genau, was das bedeutet
- Ja, aber ich weiß nicht genau, was das bedeutet
- Nein, davon habe ich noch nie gehört

● Signifikante Unterschiede gegenüber dem Gesamtwert – Mehr

● Signifikante Unterschiede gegenüber dem Gesamtwert – Weniger



In Deutschland hat sich das Bewusstsein für das Darm-, Haut- und Mundmikrobiom verbessert, doch die Horizonte des Bewusstseins hinsichtlich der verschiedenen Mikrobiomtypen liegt nach wie vor unter dem weltweiten Durchschnitt.

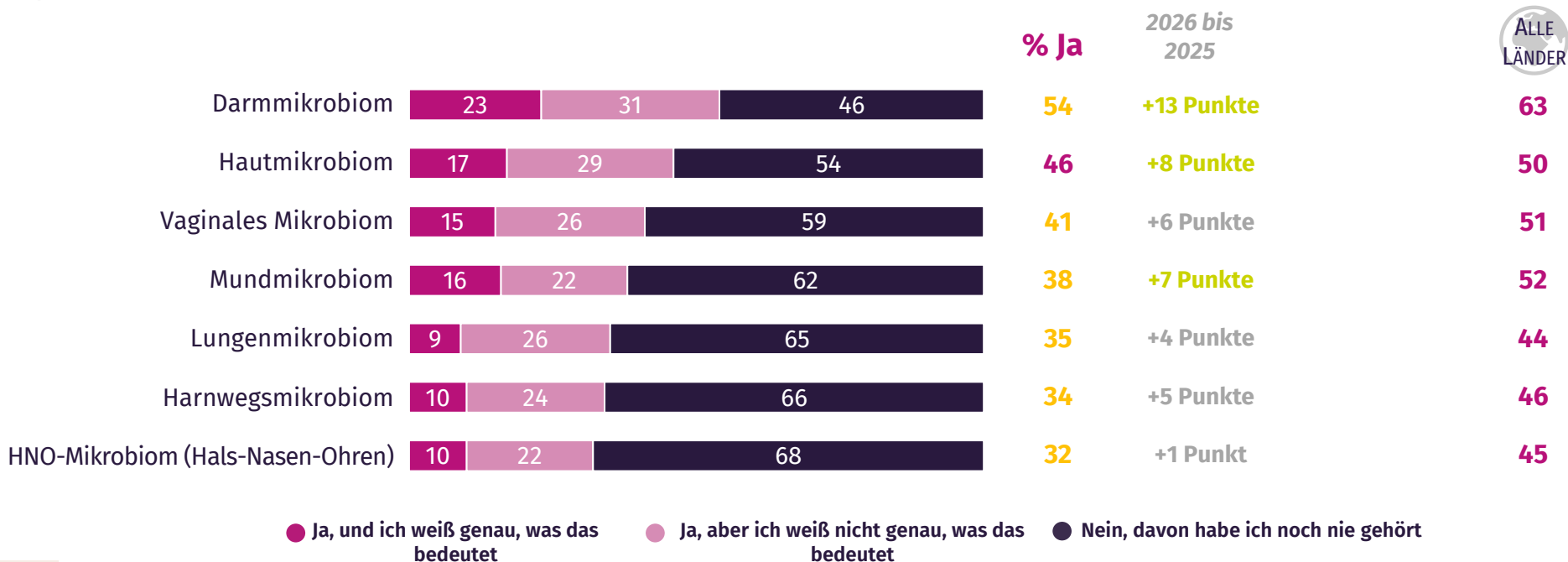


Frage 3. Und genauer gefragt, haben Sie schon einmal die folgenden Begriffe gehört?

Basis: Alle Befragten

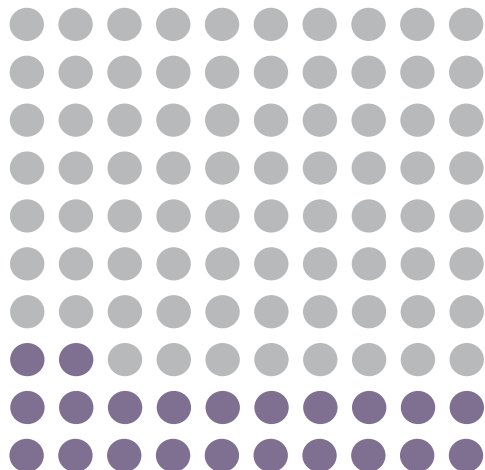
Entwicklung

ALLE
LÄNDER



Weniger als ein Viertel hat bereits von einzelnen Mikrobiomen gehört – das liegt unter dem weltweiten Durchschnitt.

Frage 3. Und genauer gefragt, haben Sie schon einmal die folgenden Begriffe gehört?
Basis: Alle Befragten

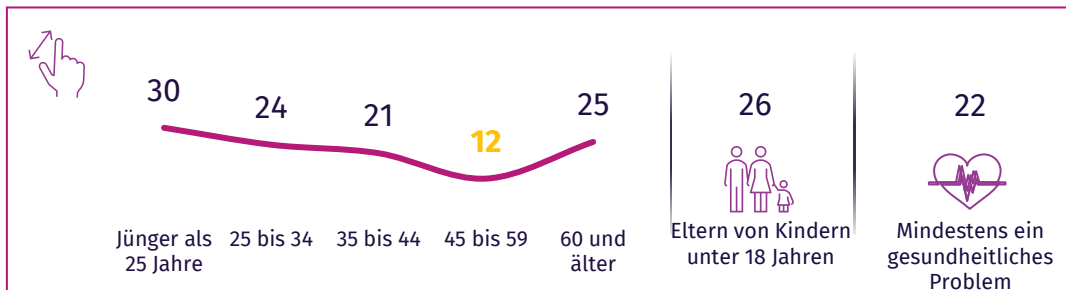


22% haben bereits von einzelnen Mikrobiomen gehört:
Darm-, Vaginal-, Haut-, Lungen-, Harnwegs-, Mund- und HNO-Mikrobiom

2025: **19%**

ALLE
LÄNDER

32%



Aber nur **6%** kennen sie alle genau

2025: **3%** +3 Punkte im Vergleich zu 2025

ALLE
LÄNDER

7%



Signifikante Unterschiede gegenüber dem Gesamtwert – Mehr



Signifikante Unterschiede gegenüber dem Gesamtwert – Weniger



**Fachkräfte im
Gesundheitswesen sind
eine äußerst
vertrauenswürdige
Quelle, doch die
bereitgestellten
Informationen reichen
noch nicht aus**



Fachkräfte im Gesundheitswesen gelten als besonders vertrauenswürdige Informationsquelle zum Thema Mikrobiom: Mehr als drei von vier Befragten geben an, dass sie sich zunächst an eine Fachkraft im Gesundheitswesen wenden würden.

Frage 2V2. Wem würden Sie am meisten vertrauen, wenn es um relevante und verlässliche Informationen zum Mikrobiom geht?

Wählen Sie die Quellen aus, denen Sie am meisten vertrauen würden: 1., 2., 3.

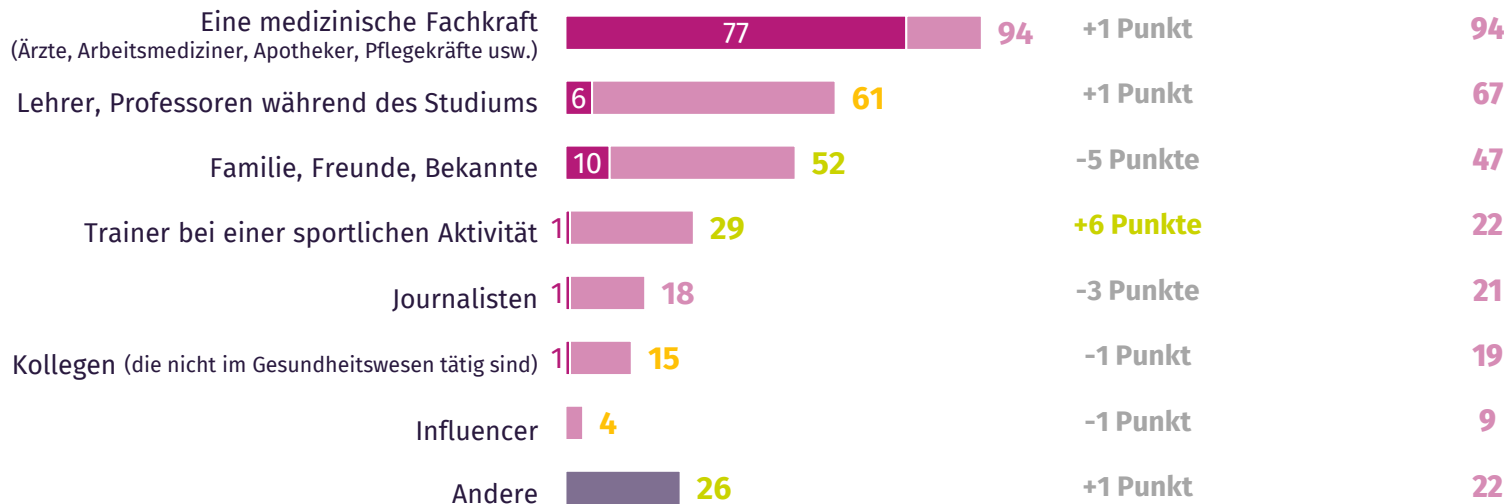
Basis: Alle Befragten

Entwicklung

2026 bis
2025



% Insgesamt



● An erster Stelle ● Insgesamt



Fachkräfte im Gesundheitswesen gelten unabhängig von der Demographie nach wie vor als die vertrauenswürdigste Informationsquelle zum Thema Mikrobiom.

Frage 2V2. Wem würden Sie am meisten vertrauen, wenn es um relevante und verlässliche Informationen zum Mikrobiom geht?

Wählen Sie die Quellen aus, denen Sie am meisten vertrauen würden: 1., 2., 3.

Basis: Alle Befragten

	Insgesamt	Jünger als 25	25 bis 34	35 bis 44	45 bis 59	60 und älter	Männer	Frauen	Eltern von Kindern unter 18 Jahren	Mindestens ein gesundheitlic hes Problem
		n=43	n=70	n=76	n=131	n=180	n=232	n=268	n=106	n=318
Eine medizinische Fachkraft (Ärzte, Arbeitsmediziner, Apotheker, Pflegekräfte usw.)	94	98	89	89	94	98	92	97	91	96
Lehrer, Professoren während des Studiums	61	72	69	57	57	60	65	57	61	63
Familie, Freunde, Bekannte	52	56	56	58	44	54	54	51	57	53
Trainer bei einer sportlichen Aktivität	29	28	31	33	32	24	24	33	35	29
Journalisten	18	14	23	15	16	20	19	17	18	17
Kollegen (die nicht im Gesundheitswesen tätig sind)	15	9	10	15	20	16	16	15	13	15
Influencer	4	2	10	2	5	2	5	3	5	4
Andere	26	22	11	30	33	28	26	27	21	24

Im Vergleich zu den weltweiten Ergebnissen erhalten Deutsche von medizinischen Fachkräften deutlich weniger Informationen zum Mikrobiom.



Frage 5. Hat eine der medizinischen Fachkräfte, bei denen Sie in Behandlung waren, jemals eine der folgenden Maßnahmen ergriffen?
Basis: Alle Befragten

Nur **19%** haben **ALLE DIESE INFORMATIONEN** mindestens einmal erhalten
6% haben alle diese Informationen mehrmals erhalten



33%
11%

% Ja

Es wurde Ihnen vermittelt, wie wichtig es ist, das Gleichgewicht Ihres Mikrobioms so gut wie möglich aufrechtzuerhalten



27

Es wurden Ihnen die Verhaltensweisen erklärt, mit denen Sie das Gleichgewicht in Ihrem Mikrobiom so gut wie möglich aufrechterhalten können



25

Es wurde Ihnen erklärt, was das Mikrobiom ist und welche Aufgaben und Funktionen es hat



23



Ja, mehrmals



Ja, einmal



Nein, niemals

Und die Zahl der Beratungsfälle zeigt im Vergleich zum Vorjahr keine Anzeichen einer Verbesserung.



Frage 5. Hat eine der medizinischen Fachkräfte, bei denen Sie in Behandlung waren, jemals eine der folgenden Maßnahmen ergriffen?
Basis: Alle Befragten

% Ja

	Insgesamt	Entwicklung 2026 bis 2025	ALLE LÄNDER
% haben ALLE DIESE INFORMATIONEN mindestens einmal erhalten	19	+1 Punkt	33
% haben ALLE DIESE INFORMATIONEN mehrmals erhalten	6	+1 Punkt	11
Es wurde Ihnen vermittelt, wie wichtig es ist, das Gleichgewicht Ihres Mikrobioms so gut wie möglich aufrechtzuerhalten	27	-3 Punkte	43
Es wurden Ihnen die Verhaltensweisen erklärt, mit denen Sie das Gleichgewicht in Ihrem Mikrobiom so gut wie möglich aufrechterhalten können	25	=	43
Es wurde Ihnen erklärt, was das Mikrobiom ist und welche Aufgaben und Funktionen es hat	23	-2 Punkte	39



Signifikante Unterschiede gegenüber dem Gesamtwert – Mehr



Signifikante Unterschiede gegenüber dem Gesamtwert – Weniger

Copyright Biocodex Microbiota
Institute und Ipsos – April 2026



International
Microbiota
Observatory





Eltern geben eher an, dass sie von medizinischen Fachkräften mehr Informationen erhalten haben.



Frage 5. Hat eine der medizinischen Fachkräfte, bei denen Sie in Behandlung waren, jemals eine der folgenden Maßnahmen ergriffen?
Basis: Alle Befragten

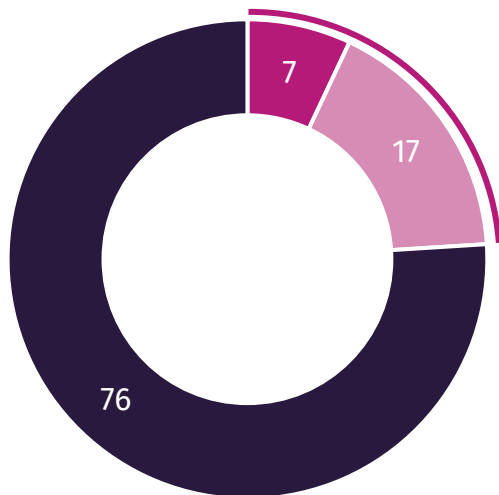
% Ja	Insgesamt	Jünger als 25	25 bis 34	35 bis 44	45 bis 59	60 und älter	Männer	Frauen	Eltern von Kindern unter 18 Jahren	Mindestens ein gesundheitlich es Problem
	Basis: n=500	n=43	n=70	n=76	n=131	n=180	n=232	n=268	n=106	n=318
Es wurde Ihnen vermittelt, wie wichtig es ist, das Gleichgewicht Ihres Mikrobioms so gut wie möglich aufrechtzuerhalten	27	33	33	32	21	25	29	25	39	31
Es wurden Ihnen die Verhaltensweisen erklärt, mit denen Sie das Gleichgewicht in Ihrem Mikrobiom so gut wie möglich aufrechterhalten können	25	35	26	32	22	22	27	23	38	30
Es wurde Ihnen erklärt, was das Mikrobiom ist und welche Aufgaben und Funktionen es hat	23	29	28	34	16	20	25	21	36	26



Die Verschreibung von Prä- und Probiotika ist in Deutschland gering und liegt weit hinter der weltweiten Praxis zurück.



Frage 5. Hat eine der medizinischen Fachkräfte, bei denen Sie in Behandlung waren, jemals eine der folgenden Maßnahmen ergriffen?
Basis: Alle Befragten

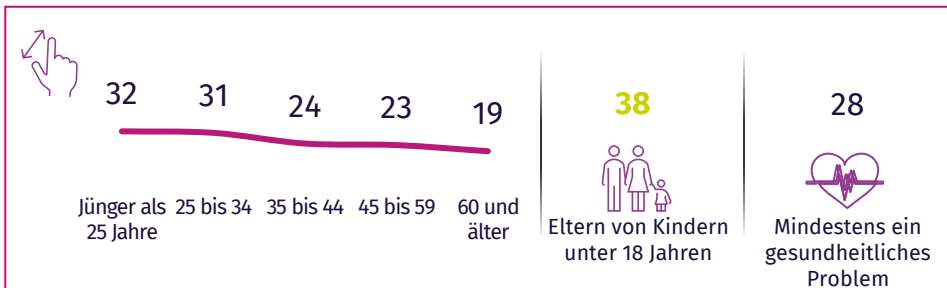


24 % wurden Präbiotika oder Probiotika verschrieben
2025: 21%



51%

- Ja, mehrmals
- Ja, einmal
- Nein, niemals



● Signifikante Unterschiede gegenüber dem Gesamtwert – Mehr ● Signifikante Unterschiede gegenüber dem Gesamtwert – Weniger



Im Vergleich zum weltweiten Durchschnitt werden in Deutschland nur selten Empfehlungen zum Mikrobiom nach einer Antibiotikabehandlung gegeben.



Frage 7. Als Ihnen ein Arzt das letzte Mal Antibiotika verschrieben hat, hat er dabei Folgendes beachtet?

Basis: Alle Befragten

Nur **14%** haben ALLE DIESE INFORMATION von ihren medizinischen Fachkräften erhalten



25%

Sie wurden über mögliche Verdauungsstörungen im Zusammenhang mit der Einnahme von Antibiotika informiert



Es wurde Ihnen mitgeteilt, dass die Einnahme von Antibiotika negative Auswirkungen auf das Gleichgewicht ihres Mikrobioms haben könnte



Es wurden Ihnen Ratschläge gegeben, wie Sie die negativen Auswirkungen der Einnahme von Antibiotika auf Ihr Mikrobiom so weit wie möglich begrenzen können



● Ja

● Nein

● Nicht zutreffend

Keine Verbesserung bei der Aufklärung von Patienten nach einer Antibiotikabehandlung in Deutschland in diesem Jahr



Frage 7. Als Ihnen ein Arzt das letzte Mal Antibiotika verschrieben hat, hat er dabei Folgendes beachtet?
Basis: Alle Befragten

% Ja

	Insgesamt	Entwicklung 2026 bis 2025	ALLE LÄNDER
% HABEN ALLE DIESE INFORMATIONEN VON IHREN MEDIZINISCHEN FACHKRÄFTEN ERHALTEN	14	+1 Punkt	25
Sie wurden über mögliche Verdauungsstörungen im Zusammenhang mit der Einnahme von Antibiotika informiert	30	-2 Punkte	45
Es wurde Ihnen mitgeteilt, dass die Einnahme von Antibiotika negative Auswirkungen auf das Gleichgewicht ihres Mikrobioms haben könnte	24	-3 Punkte	39
Es wurden Ihnen Ratschläge gegeben, wie Sie die negativen Auswirkungen der Einnahme von Antibiotika auf Ihr Mikrobiom so weit wie möglich begrenzen können	20	-1 Punkt	36



Eltern haben bei der Verschreibung von Antibiotika mehr Informationen und Ratschläge erhalten.



Frage 7. Als Ihnen ein Arzt das letzte Mal Antibiotika verschrieben hat, hat er dabei Folgendes beachtet? Basis: Alle Befragten

% Ja	Insgesamt	Jünger als 25	25 bis 34	35 bis 44	45 bis 59	60 und älter	Eltern von Kindern unter 18 Jahren	Mindestens ein gesundheitliches Problem
	Basis: n=500	n=43	n=70	n=76	n=131	n=180	n=106	n=318
% HABEN ALLE DIESE INFORMATIONEN VON IHREN MEDIZINISCHEN FACHKRÄFTEN ERHALTEN	14	15	8	23	13	15	23	16
Sie wurden über mögliche Verdauungsstörungen im Zusammenhang mit der Einnahme von Antibiotika informiert	30	40	35	30	29	27	37	34
Es wurde Ihnen mitgeteilt, dass die Einnahme von Antibiotika negative Auswirkungen auf das Gleichgewicht ihres Mikrobioms haben könnte	24	31	26	30	21	22	38	27
Es wurden Ihnen Ratschläge gegeben, wie Sie die negativen Auswirkungen der Einnahme von Antibiotika auf Ihr Mikrobiom so weit wie möglich begrenzen können	20	25	15	27	15	20	31	21



Signifikante Unterschiede gegenüber dem Gesamtwert – Mehr



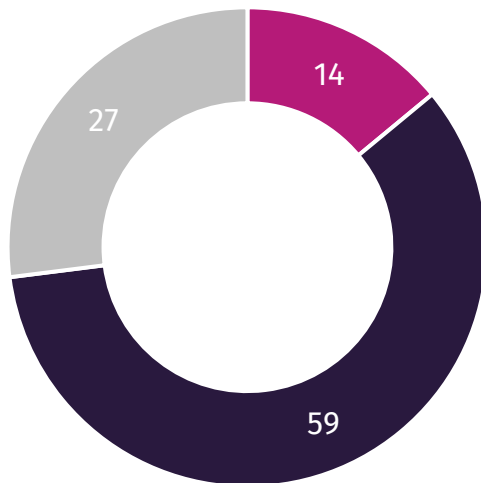
Signifikante Unterschiede gegenüber dem Gesamtwert – Weniger



Die Verschreibung von Probiotika zusammen mit Antibiotika ist in Deutschland nach wie vor die Ausnahme.



Frage 7. Als Ihnen ein Arzt das letzte Mal Antibiotika verschrieben hat, hat er dabei Folgendes beachtet?
Basis: Alle Befragten

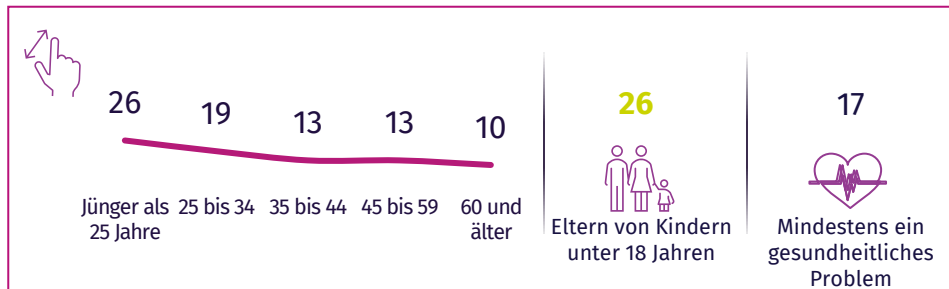


- Ja
- Nein
- Nicht zutreffend

14 % wurden Präbiotika oder Probiotika verschrieben



38%



● Signifikante Unterschiede gegenüber dem Gesamtwert – Mehr ● Signifikante Unterschiede gegenüber dem Gesamtwert – Weniger

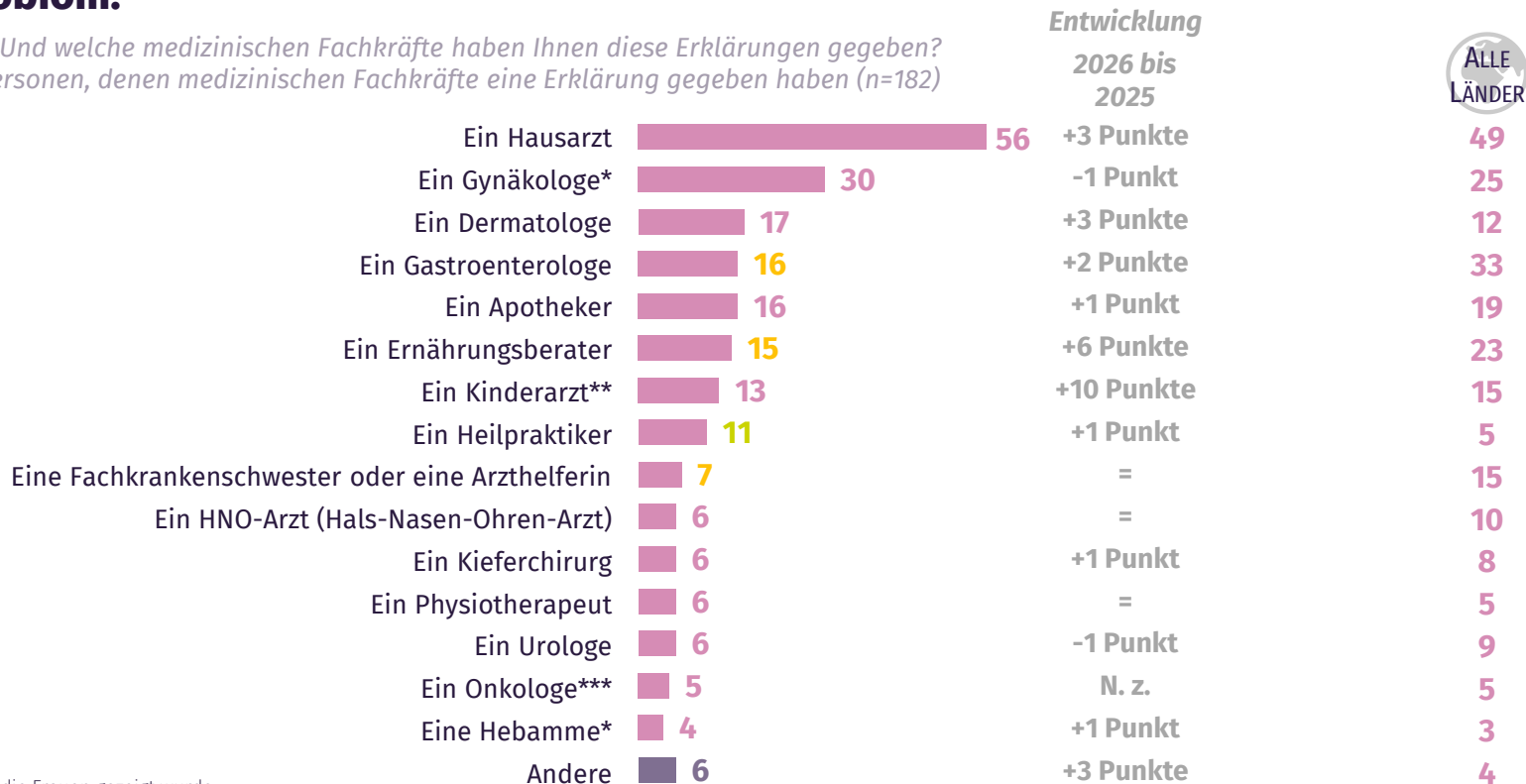
Copyright Biocodex Microbiota
Institute und Ipsos – April 2026



In Deutschland ist der Hausarzt die wichtigste Informationsquelle zum Thema Mikrobiom.



Frage 6. Und welche medizinischen Fachkräfte haben Ihnen diese Erklärungen gegeben?
Basis: Personen, denen medizinischen Fachkräfte eine Erklärung gegeben haben (n=182)



* Frage, die Frauen gezeigt wurde

** Frage, die Eltern gezeigt wurde

*** Diese Frage wurde in diesem Jahr neu in den Fragenkatalog aufgenommen. Da die Zahl der an Krebs erkrankten Personen gering ist, wird diese Frage allen Befragten angezeigt.



Der Hausarzt ist für alle Deutschen die wichtigste Informationsquelle.

Frage 6. Und welche medizinischen Fachkräfte haben Ihnen diese Erklärungen gegeben?
Basis: Personen, die Informationen von medizinischen Fachkräften erhalten haben (n=182)

⚠ Die Ergebnisse basieren auf einer eingeschränkten Datenbasis; die Ergebnisse sind daher mit Vorsicht zu interpretieren

	Insgesamt	Jünger als 25	25 bis 34	35 bis 44	45 bis 59	60 und älter	Männer	Frauen	Eltern von Kindern unter 18 Jahren	Mindestens ein gesundheitliches Problem
Basis:	n=182	n=21	n=30	n=32	n=43	n=56	n=83	n=99	n=53	n=131
Ein Hausarzt	56	58	56	60	47	59	67	46	65	57
Ein Gynäkologe	30	32	24	40	28	28	0	30	27	29
Ein Dermatologe	17	18	22	10	14	20	20	14	24	19
Ein Gastroenterologe	16	0	7	18	17	27	19	14	17	19
Ein Apotheker	16	6	21	27	16	10	21	11	32	14
Ein Ernährungsberater	15	20	13	16	14	14	18	12	12	15
Ein Kinderarzt	13	27	15	0	32	0	21	8	13	12
Ein Heilpraktiker	11	10	15	13	15	6	14	10	8	14
Eine Fachkrankenschwester oder eine Arzthelferin	7	11	10	3	8	7	8	7	4	7
Ein HNO-Arzt (Hals-Nasen-Ohren-Arzt)	6	13	4	0	6	9	9	4	6	6
Ein Kieferchirurg	6	0	4	7	11	5	8	4	11	5
Ein Physiotherapeut	6	9	9	5	0	9	7	6	8	7
Ein Urologe	6	5	0	0	6	13	9	3	4	6
Ein Onkologe*	5	9	0	3	4	7	6	3	5	5
Eine Hebamme	4	8	8	0	5	0	0	4	11	2
Andere	6	15	10	0	2	8	6	7	2	4

● Signifikante Unterschiede gegenüber dem Gesamtwert – Mehr

● Signifikante Unterschiede gegenüber dem Gesamtwert – Weniger

● Hauptquelle nach Profil

Copyright Biocodex Microbiota
Institute und Ipsos – April 2026

International
Microbiota
Observatory

Ipsos bva

* Diese Frage wurde in diesem Jahr neu in den Fragenkatalog aufgenommen



**Deutschland befindet sich
im weltweiten
Durchschnitt, wobei bei
den meisten Themen nur
ein geringer Anstieg zu
verzeichnen ist.**

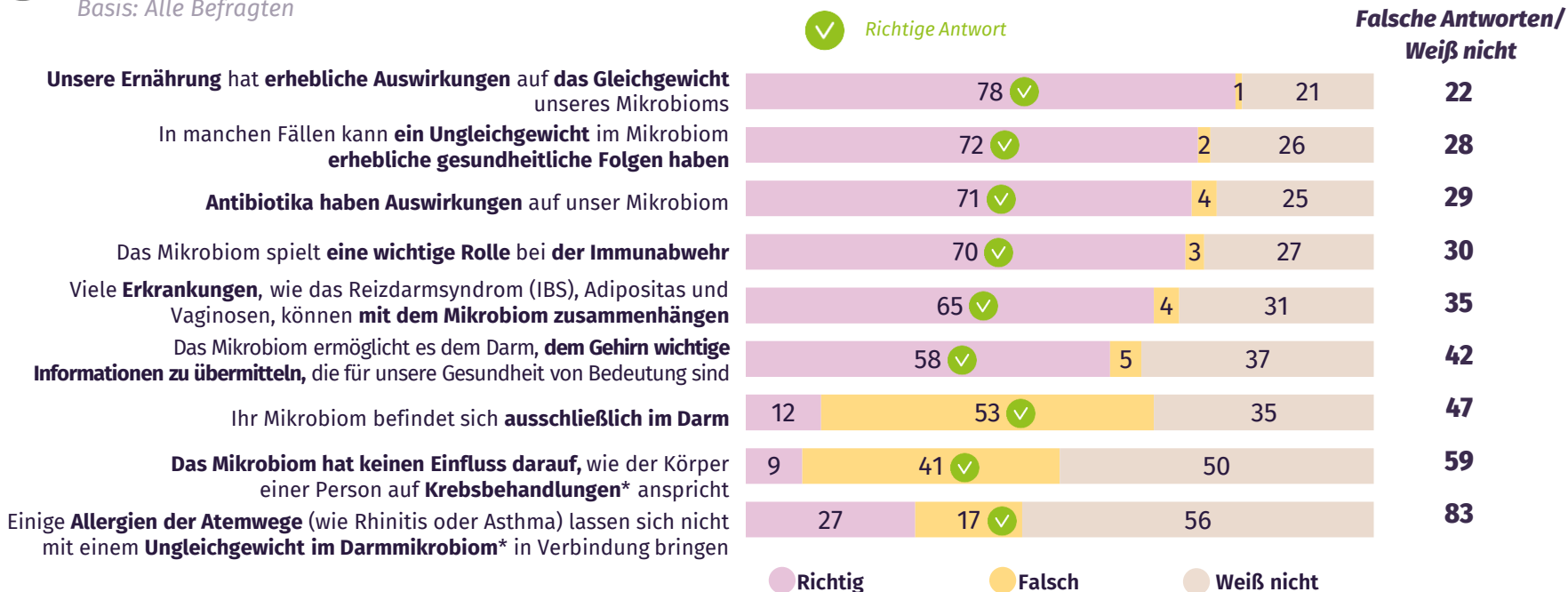


Deutsche verfügen über ein fundiertes Wissen, wenn es um allgemeine Konzepte geht; in Bezug auf Einzelheiten, wie die Zusammenhänge mit Krankheiten, ist das Wissen jedoch lückenhaft.



Frage 4. Geben Sie für jede der folgenden Aussagen an, ob sie Ihrer Meinung nach RICHTIG oder FALSCH ist. Wenn Sie sich bei einer Antwort unsicher sind, antworten Sie bitte mit „Weiß nicht“.

Basis: Alle Befragten





Abgesehen von einem Zusammenhang zwischen Ernährung und Mikrobiom gibt es in anderen Wissensbereichen keine Fortschritte.



Frage 4. Geben Sie für jede der folgenden Aussagen an, ob sie Ihrer Meinung nach RICHTIG oder FALSCH ist. Wenn Sie sich bei einer Antwort unsicher sind, antworten Sie bitte mit „Weiß nicht“.

Basis: Alle Befragten

% richtige Antwort

	Insgesamt	Entwicklung 2026 bis 2025	ALLE LÄNDER
Unsere Ernährung hat erhebliche Auswirkungen auf das Gleichgewicht unseres Mikrobioms	78	+6 Punkte	79
In manchen Fällen kann ein Ungleichgewicht im Mikrobiom erhebliche gesundheitliche Folgen haben	72	=	77
Antibiotika haben Auswirkungen auf unser Mikrobiom	71	-2 Punkte	71
Das Mikrobiom spielt eine wichtige Rolle bei der Immunabwehr	70	=	76
Viele Erkrankungen, wie das Reizdarmsyndrom (IBS), Adipositas und Vaginosen, können mit dem Mikrobiom zusammenhängen	65	+1 Punkt	68
Das Mikrobiom ermöglicht es dem Darm, dem Gehirn wichtige Informationen zu übermitteln, die für unsere Gesundheit von Bedeutung sind	58	+1 Punkt	60
Ihr Mikrobiom befindet sich ausschließlich im Darm	53	-2 Punkte	49
Das Mikrobiom hat keinen Einfluss darauf, wie der Körper einer Person auf Krebsbehandlungen* anspricht	41	N. z.	40
Einige Allergien der Atemwege (wie Rhinitis oder Asthma) lassen sich nicht mit einem Ungleichgewicht im Darmmikrobiom* in Verbindung bringen	17	N. z.	23

● Signifikante Unterschiede gegenüber dem Gesamtwert – Mehr

● Signifikante Unterschiede gegenüber dem Gesamtwert – Weniger

* Diese Fragen wurden in diesem Jahr neu in den Fragenkatalog aufgenommen

Copyright Biocodex Microbiota
Institute und Ipsos – April 2026

International
Microbiota
Observatory





In Deutschland gibt es keine statistisch signifikanten demografischen Unterschiede hinsichtlich des Bewusstseins für das Mikrobiom; Erwachsene mittleren Alters und Männer scheinen sich dessen nur geringfügig weniger bewusst zu sein.

Frage 4. Geben Sie für jede der folgenden Aussagen an, ob sie Ihrer Meinung nach RICHTIG oder FALSCH ist. Wenn Sie sich bei einer Antwort unsicher sind, antworten Sie bitte mit „Weiß nicht“.

Basis: Alle Befragten

ALLE
LÄNDER

5,4

5,2/9

Anzahl der richtigen
Antworten im Durchschnitt

5,6

5,4

4,9

5,0

5,4

Jünger
als 25

25 bis
34

35 bis
44

45 bis
59

60 und
älter

5,0

5,5

5,2

5,4



Männer



Frauen



Eltern von
Kindern unter
18 Jahren



Mindestens ein
Gesundheitsproblem



Signifikante Unterschiede gegenüber dem
Gesamtwert – Mehr



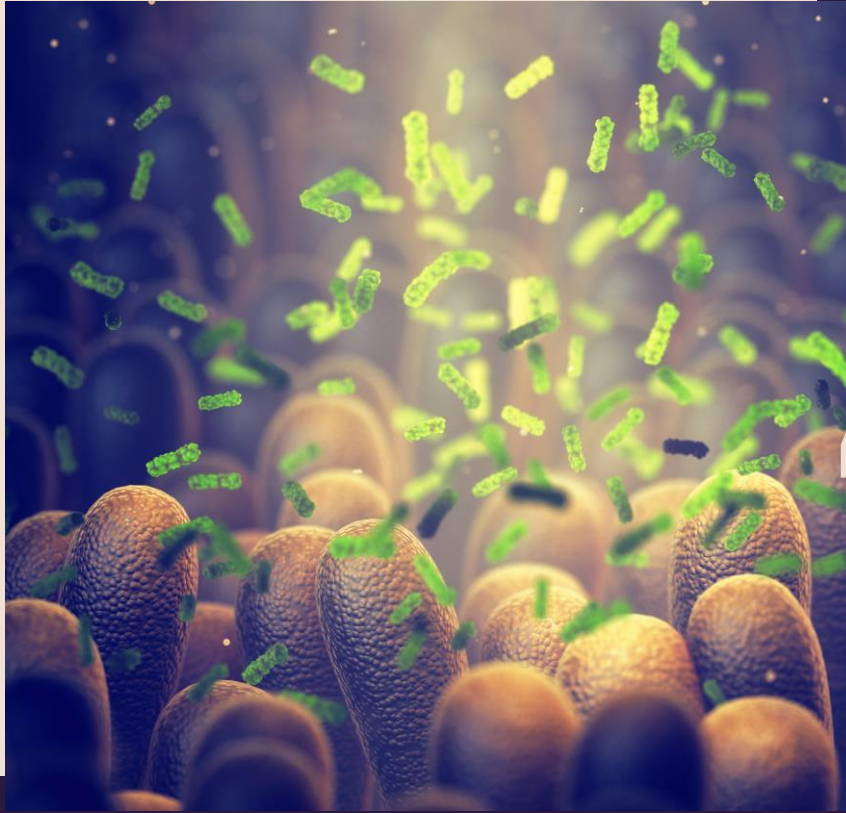
Signifikante Unterschiede gegenüber dem
Gesamtwert – Weniger

Copyright Biocodex Microbiota
Institute und Ipsos – April 2026



International
Microbiota
Observatory





4

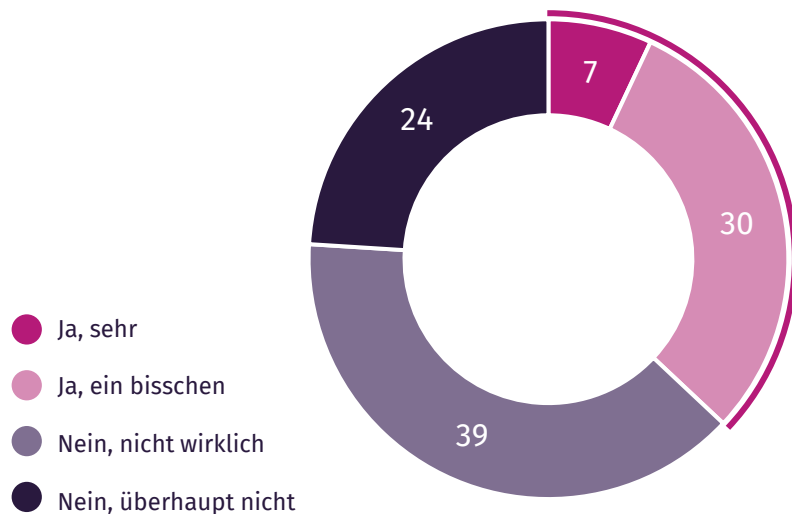
**Die Bereitschaft, das
eigene Verhalten
anzupassen, um ein
ausgeglichenes
Mikrobiom zu erhalten,
ist in Deutschland
gering**

Nur wenige Deutsche tun etwas für die Gesundheit ihres Mikrobioms



Frage 10. Haben Sie Ihr Verhalten im Alltag geändert, um das Gleichgewicht Ihres Mikrobioms so gut wie möglich aufrechtzuerhalten und dafür zu sorgen, dass es reibungslos funktioniert?

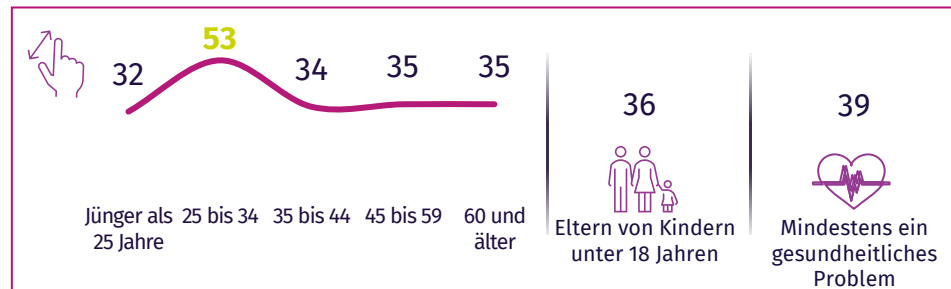
Basis: Alle Befragten



37% haben ihr Verhalten geändert
2025: 36%



53%



● Signifikante Unterschiede gegenüber dem Gesamtwert – Mehr

● Signifikante Unterschiede gegenüber dem Gesamtwert – Weniger

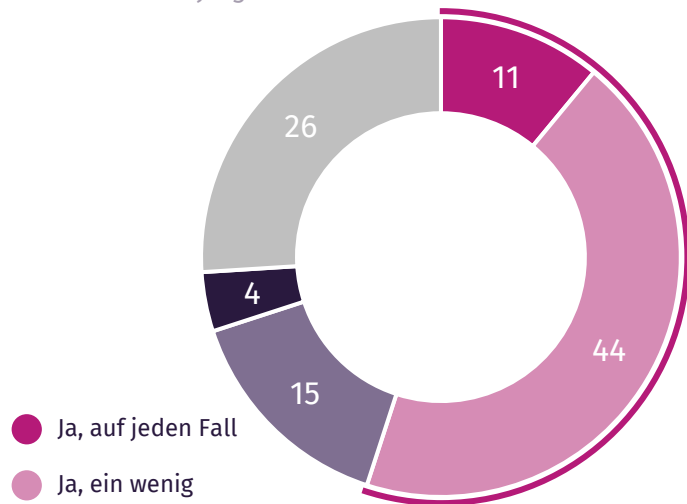


Etwa die Hälfte hält ihr Darmmikrobiom für gut ausgeglichen, doch nur jeder Zehnte hält es für vollkommen ausgeglichen, und ein Viertel kann dazu keine eindeutige Aussage treffen.

NEUE
FRAGE

Frage 14V4. Glauben Sie, dass Ihr Darmmikrobiom derzeit gut im Gleichgewicht ist?

Basis: Alle Befragten

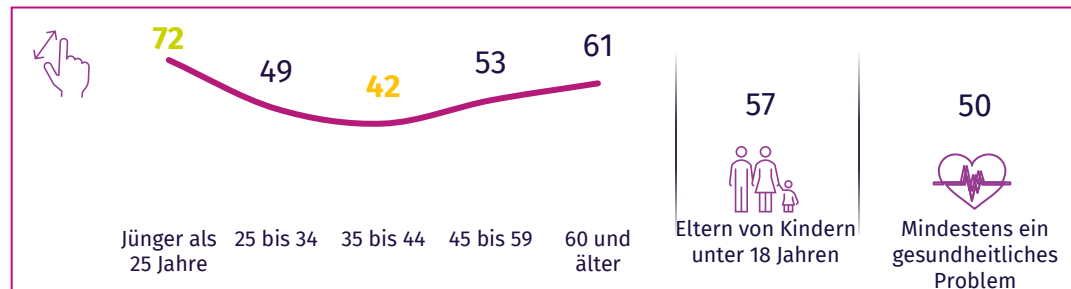


- Ja, auf jeden Fall
- Ja, ein wenig
- Nein, nicht wirklich
- Nein, überhaupt nicht
- Das kann ich nicht sagen

55% glauben, dass ihr Darmmikrobiom derzeit gut im Gleichgewicht ist



59%



● Signifikante Unterschiede gegenüber dem Gesamtwert – Mehr ● Signifikante Unterschiede gegenüber dem Gesamtwert – Weniger

Copyright Biocodex Microbiota
Institute und Ipsos – April 2026



International
Microbiota
Observatory

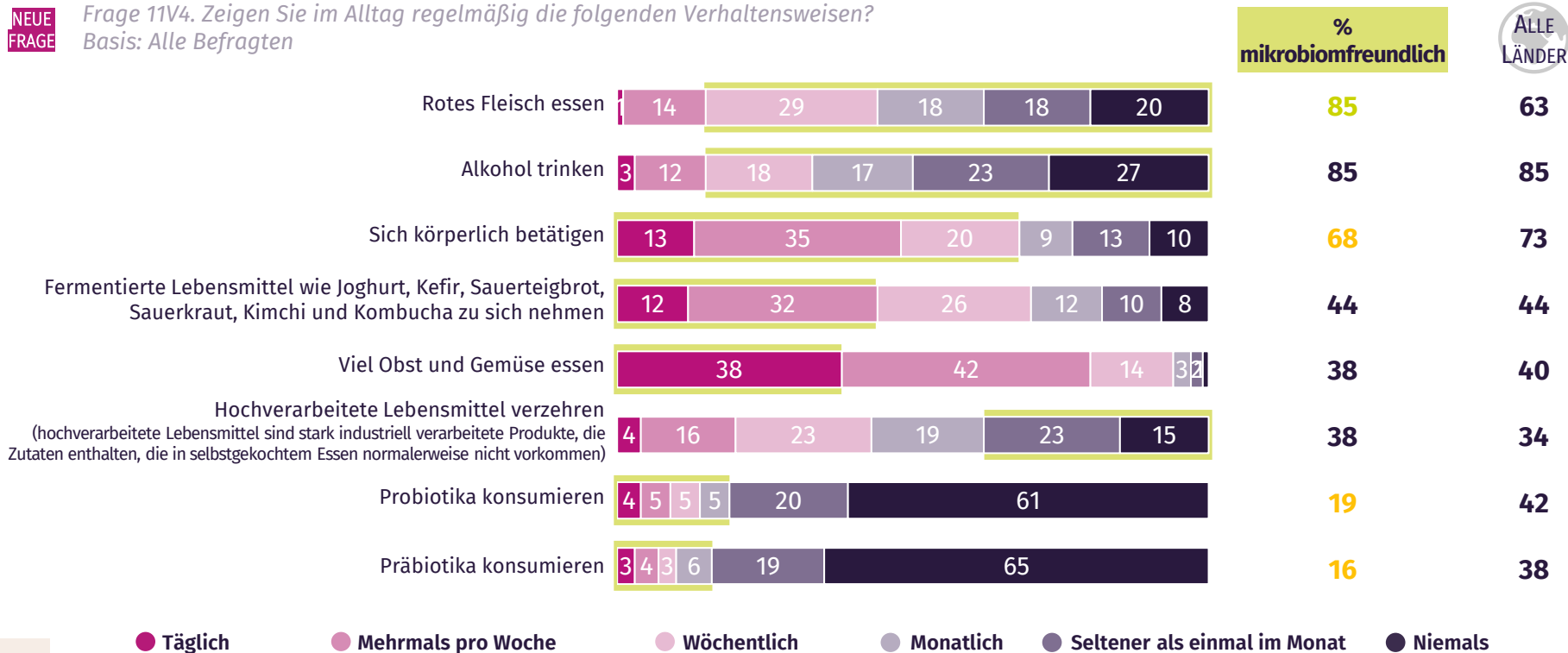




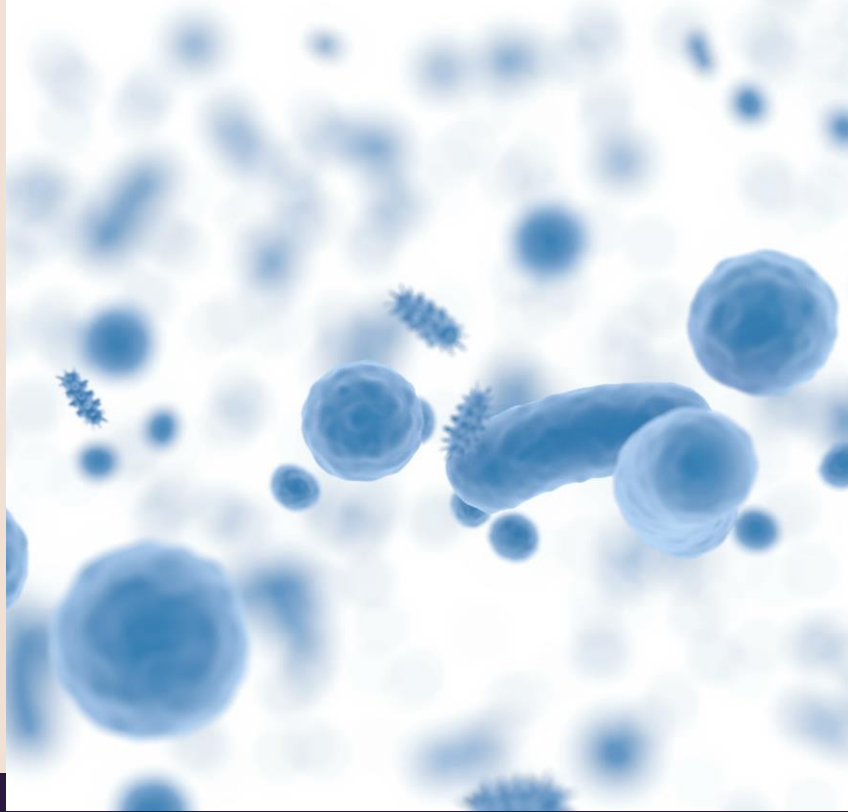
In Deutschland ist – abgesehen von einer allgemein akzeptablen Häufigkeit des Verzehr von rotem Fleisch – die körperliche Aktivität unzureichend, und die Einnahme von Präbiotika und Probiotika ist nach wie vor selten.

NEUE
FRAGE

Frage 11V4. Zeigen Sie im Alltag regelmäßig die folgenden Verhaltensweisen?
Basis: Alle Befragten



● Täglich ● Mehrmals pro Woche ● Wöchentlich ● Monatlich ● Seltener als einmal im Monat ● Niemals



5 Fokus auf die ersten 1.000 Lebenstage

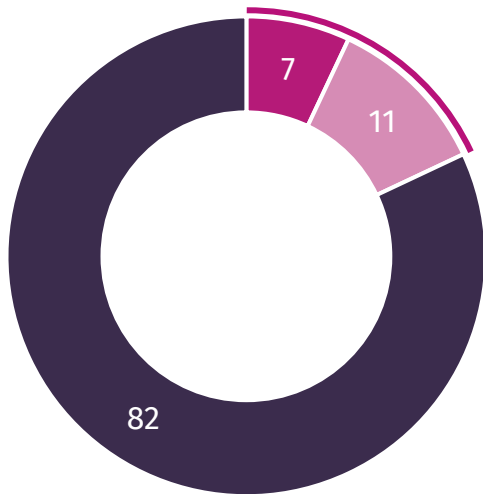


Das Konzept der „ersten 1.000 Tage“ ist nach wie vor eine Nische und wird von deutschen Eltern kaum verstanden

⚠ Die Ergebnisse basieren auf einer eingeschränkten Datenbasis; die Ergebnisse sind daher mit Vorsicht zu interpretieren

NEUE
FRAGE

Frage 2V4. Haben Sie schon einmal von dem wissenschaftlichen Konzept der „ersten 1 000 Lebenstage“ gehört?
Basis: Eltern oder schwangere Frauen (n=110)

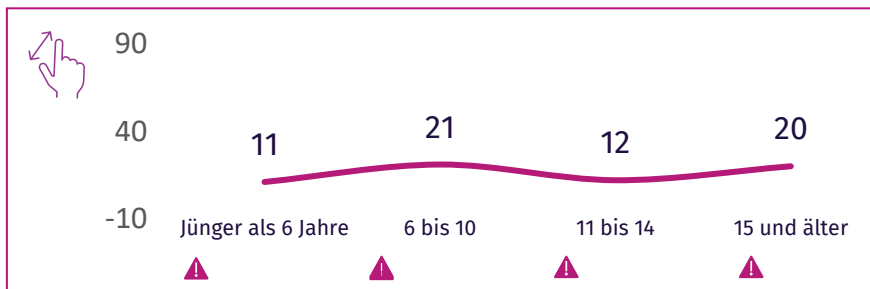


- Ja, und ich weiß genau, was das bedeutet
- Ja, aber ich weiß nicht genau, was das bedeutet
- Nein, davon habe ich noch nie gehört

18% haben von dem wissenschaftlichen Konzept der „ersten 1.000 Lebenstage“ gehört
14% der Gesamtbevölkerung



43%



● Signifikante Unterschiede gegenüber dem Gesamtwert – Mehr ● Signifikante Unterschiede gegenüber dem Gesamtwert – Weniger



Unter deutschen Eltern bestehen erhebliche Fehlvorstellungen hinsichtlich des Mikrobioms im frühen Lebensalter, mit Ausnahme des Zusammenhangs zwischen Antibiotika und der Entwicklung der Darmmikrobiota.

NEUE
FRAGE

Frage 4V4. Geben Sie für jede der folgenden Aussagen an, ob sie Ihrer Meinung nach RICHTIG oder FALSCH ist. Wenn Sie sich bei einer Antwort unsicher sind, antworten Sie bitte mit „Weiß nicht“.

Basis: Eltern oder schwangere Frauen (n=110)

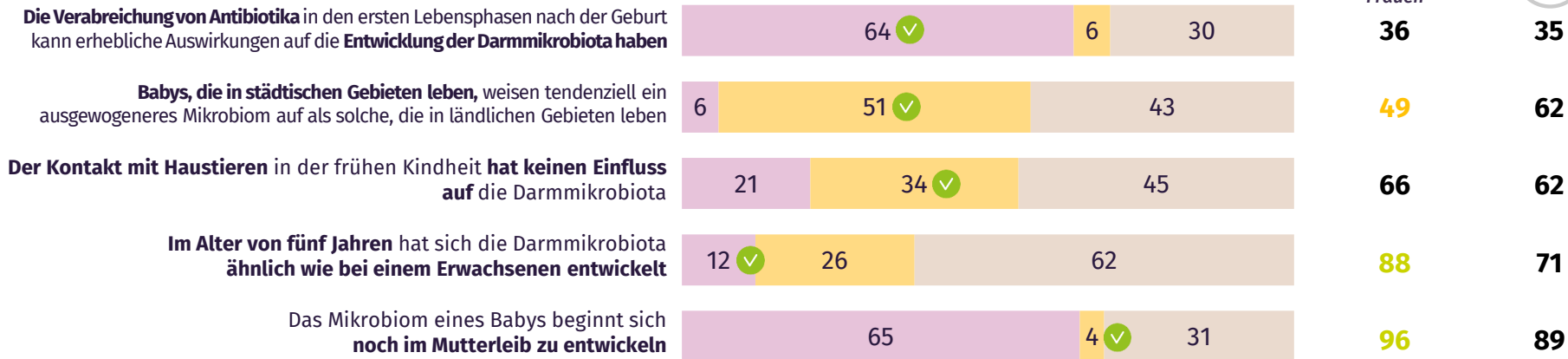


Richtige Antwort

% Falsche Antworten / weiß nicht

Eltern oder
schwangere
Frauen

ALLE
LÄNDER



Richtig



Falsch



Weiß nicht



Das Wissen deutscher Eltern über das Mikrobiom ihres Kindes ist – wie weltweit – sehr begrenzt.

NEUE
FRAGE

Frage 4V4. Geben Sie für jede der folgenden Aussagen an, ob sie Ihrer Meinung nach RICHTIG oder FALSCH ist. Wenn Sie sich bei einer Antwort unsicher sind, antworten Sie bitte mit „Weiß nicht“.

Basis: Eltern oder schwangere Frauen (n=110)

⚠ Die Ergebnisse basieren auf einer eingeschränkten Datenbasis; die Ergebnisse sind daher mit Vorsicht zu interpretieren

ALLE
LÄNDER

1,8

1,6/5

Anzahl der richtigen
Antworten im Durchschnitt

1,4

Jünger als 6



1,7

6 bis 10



1,5

11 bis 15



1,7

15 und älter



1,5



Männer

1,8



Frauen

● Signifikante Unterschiede gegenüber dem Gesamtwert – Mehr

● Signifikante Unterschiede gegenüber dem Gesamtwert – Weniger

Copyright Biocodex Microbiota
Institute und Ipsos – April 2026

International
Microbiota
Observatory

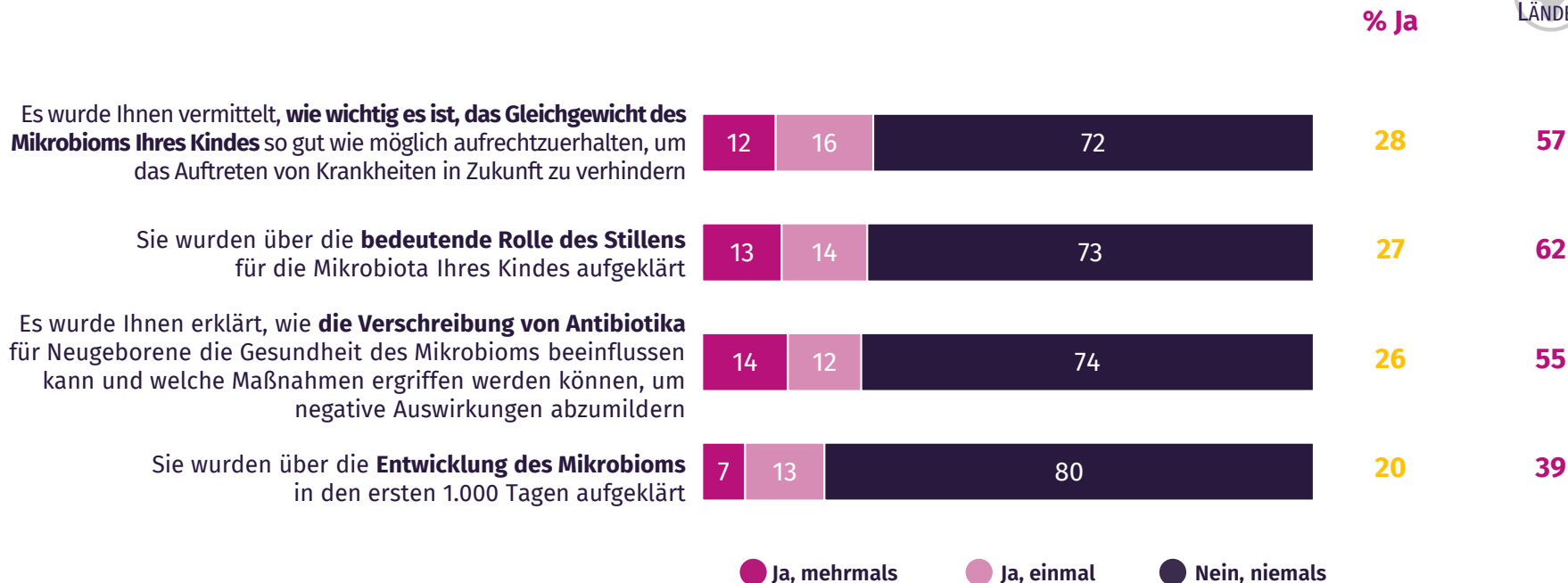


Nur sehr wenige Eltern können sich daran erinnern, von ihrem Gesundheitspersonal Informationen zum Mikrobiom ihres Kindes erhalten zu haben.

NEUE
FRAGE

Frage 5V4. Hat der Kinderarzt oder der Arzt, der die Gesundheit Ihres Kindes überwacht, jemals eine der folgenden Maßnahmen ergriffen?
Basis: Eltern (n=106)

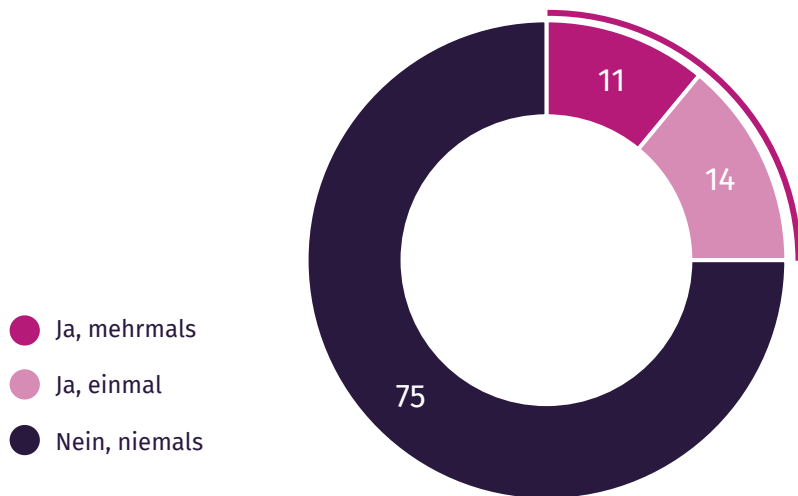
ALLE
LÄNDER



In Deutschland werden Kindern nur selten Probiotika verschrieben, was in starkem Kontrast zu den weltweiten Ergebnissen steht.

NEUE
FRAGE

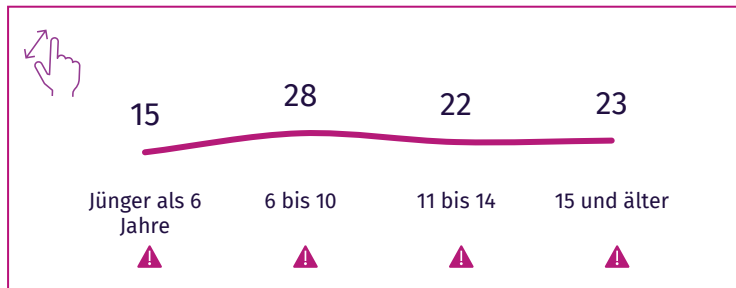
Frage 5V4. Hat der Kinderarzt oder der Arzt, der die Gesundheit Ihres Kindes überwacht, jemals eine der folgenden Maßnahmen ergriffen?
Basis: Eltern (n=106)



25 % wurden Präbiotika oder Probiotika für ihr Kind verschrieben

ALLE
LÄNDER

57%



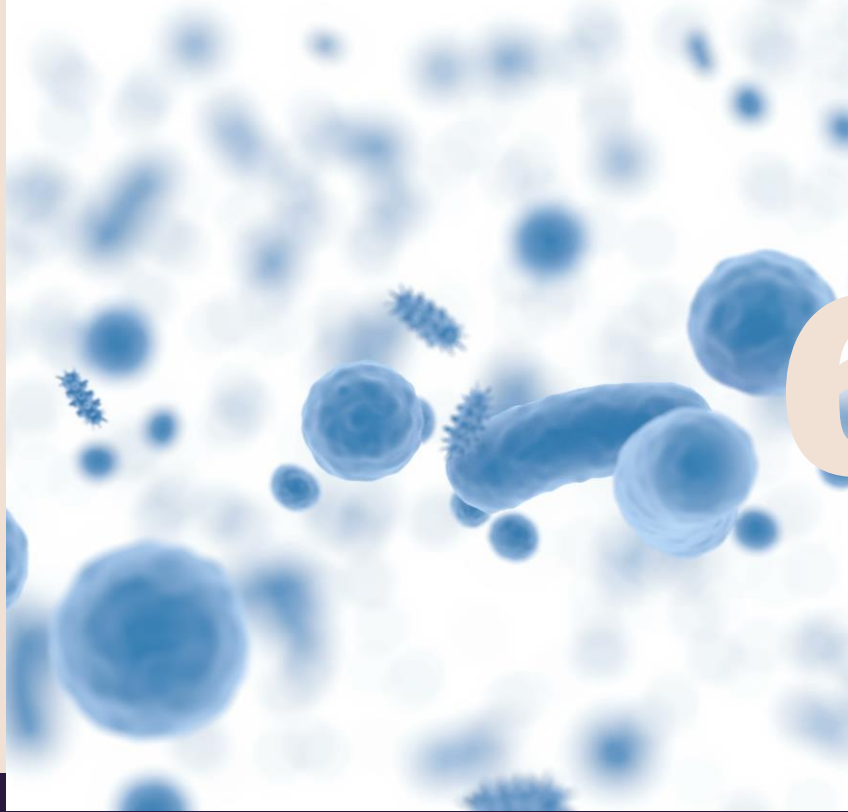
⚠ Die Ergebnisse basieren auf einer eingeschränkten Datenbasis; die Ergebnisse sind daher mit Vorsicht zu interpretieren

● Signifikante Unterschiede gegenüber dem Gesamtwert – Mehr ● Signifikante Unterschiede gegenüber dem Gesamtwert – Weniger

Copyright Biocodex Microbiota
Institute und Ipsos – April 2026

International
Microbiota
Observatory

Ipsos bva



6

Fokus auf das vaginale Mikrobiom

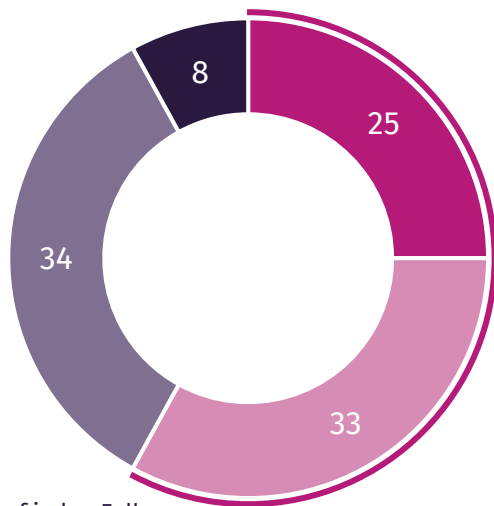
In den nächsten Fragen werden wir uns mit dem vaginalen Mikrobiom, auch bekannt als Vaginalflora, befassen.

In Deutschland geben nur 3 von 5 Frauen an, den Unterschied zwischen Vagina und Vulva zu kennen – ein Wert, der weit unter dem weltweiten Durchschnitt liegt.

NEUE
FRAGE

Frage 6V4. Kennen Sie den Unterschied zwischen Vagina und Vulva?

Basis: Frauen (n=268)

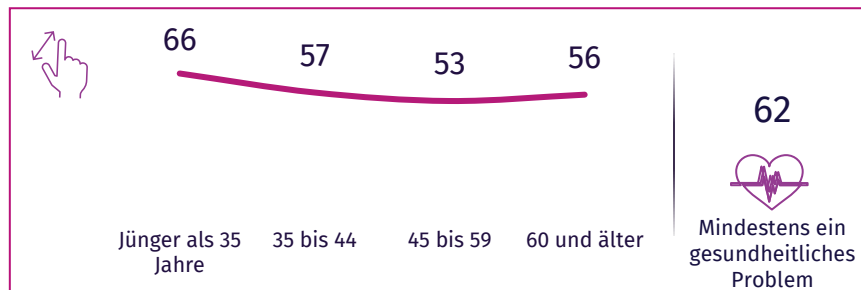


- Ja, auf jeden Fall
- Ja, ein wenig
- Nein, nicht wirklich
- Nein, überhaupt nicht

58% kennen den Unterschied zwischen Vagina und Vulva



78%



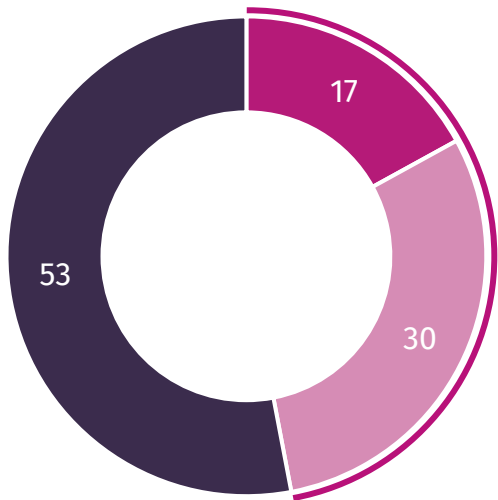
● Signifikante Unterschiede gegenüber dem Gesamtwert – Mehr

● Signifikante Unterschiede gegenüber dem Gesamtwert – Weniger

Weniger als die Hälfte der deutschen Frauen hat den Begriff „vaginales Mikrobiom“ schon einmal gehört – das liegt unter dem weltweiten Durchschnitt.

Frage 3. Und genauer gefragt, haben Sie schon einmal die folgenden Begriffe gehört?
Basis: Frauen (n=268)

Vaginales Mikrobiom

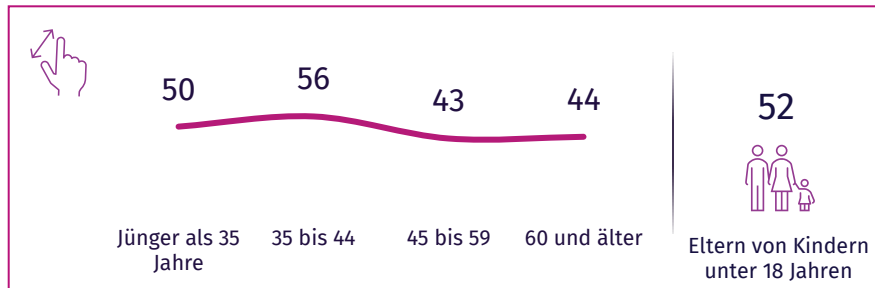


- Ja, und ich weiß genau, was das bedeutet
- Ja, aber ich weiß nicht genau, was das bedeutet
- Nein, davon habe ich noch nie gehört/vom Mikrobiom habe ich noch nie gehört

47% der Frauen haben bereits vom vaginalen Mikrobiom gehört
2025: 41%



56%



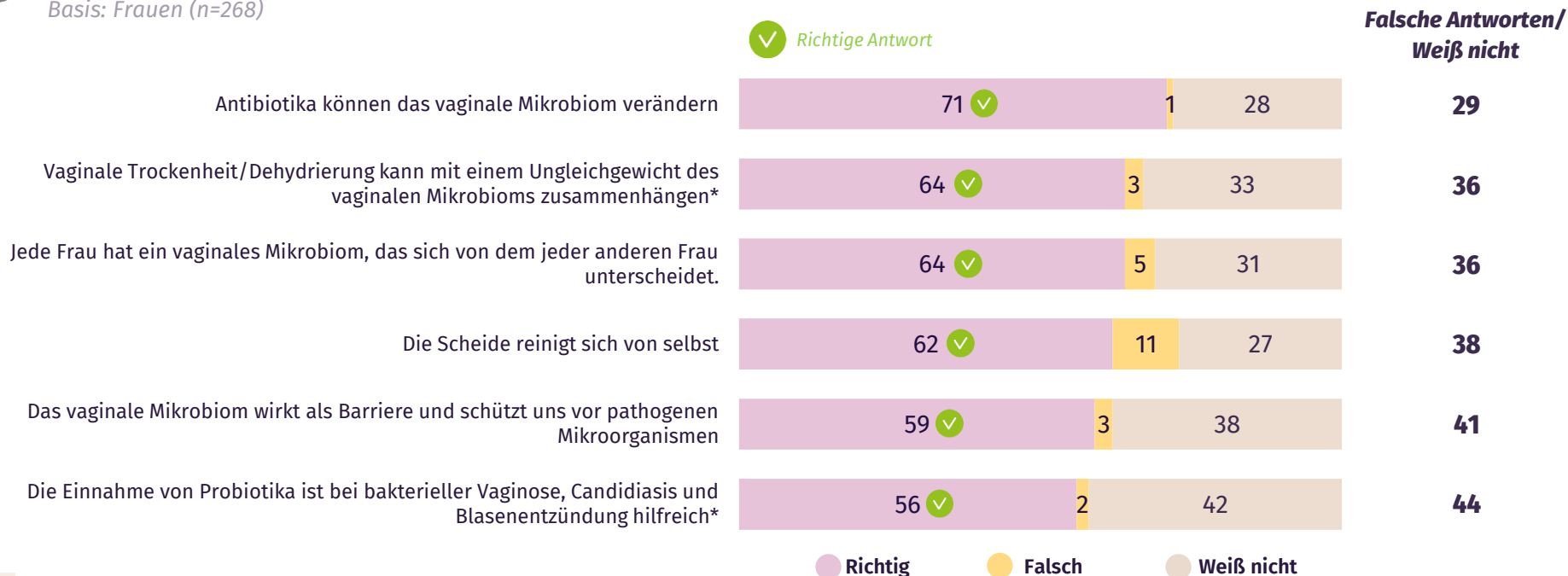
● Signifikante Unterschiede gegenüber dem Gesamtwert – Mehr
● Signifikante Unterschiede gegenüber dem Gesamtwert – Weniger

Verständnis der Kernkonzepte: Deutsche Frauen verstehen die Grundlagen der Funktion des vaginalen Mikrobioms.



Frage 13. Geben Sie für jede der folgenden Aussagen an, ob sie Ihrer Meinung nach RICHTIG oder FALSCH ist. Wenn Sie sich bei einer Antwort unsicher sind, antworten Sie bitte mit „Weiß nicht“.

Basis: Frauen (n=268)



Wichtige Wissenslücken zur Darm-Vagina-Achse und deren Auswirkungen auf die Entbindung.

(2/2)



Frage 13. Geben Sie für jede der folgenden Aussagen an, ob sie Ihrer Meinung nach RICHTIG oder FALSCH ist. Wenn Sie sich bei einer Antwort unsicher sind, antworten Sie bitte mit „Weiß nicht“.

Basis: Frauen (n=268)



Richtige Antwort

Falsche Antworten/
Weiß nicht

Von der Kindheit bis zur Menopause bleibt das vaginale Mikrobiom einer Frau unverändert

6

55



39

45

Rauchen hat keine Auswirkungen auf das vaginale Mikrobiom

12

47



41

53

Das Darmmikrobiom beeinflusst das vaginale Mikrobiom

39



9

52

61

Die Art der Entbindung (vaginal oder per Kaiserschnitt) kann sich auf das Darmmikrobiom des Neugeborenen auswirken

35



11

54

65

Östrogen-Gestagen-Pillen können das vaginale Mikrobiom schützen

14



23

63

86

Richtig

Falsch

Weiß nicht

Das Wissen deutscher Frauen über das vaginale Mikrobiom verbessert sich nicht.

Frage 13. Geben Sie für jede der folgenden Aussagen an, ob sie Ihrer Meinung nach RICHTIG oder FALSCH ist. Wenn Sie sich bei einer Antwort unsicher sind, antworten Sie bitte mit „Weiß nicht“.

Basis: Frauen (n=268)

% richtige Antworten	Insgesamt	Entwicklung 2026 bis 2025	ALLE LÄNDER
Antibiotika können das vaginale Mikrobiom verändern	71	-1 Punkt	69
Vaginale Trockenheit/Dehydrierung kann mit einem Ungleichgewicht des vaginalen Mikrobioms zusammenhängen*	64	N. z.	65
Jede Frau hat ein vaginales Mikrobiom, das sich von dem jeder anderen Frau unterscheidet.	64	+3 Punkte	64
Die Scheide reinigt sich von selbst	62	=	57
Das vaginale Mikrobiom wirkt als Barriere und schützt uns vor pathogenen Mikroorganismen	59	+6 Punkte	64
Die Einnahme von Probiotika ist bei bakterieller Vaginose, Candidiasis und Blasenentzündung hilfreich*	56	N. z.	56
Von der Kindheit bis zur Menopause bleibt das vaginale Mikrobiom einer Frau unverändert	55	-1 Punkt	56
Rauchen hat keine Auswirkungen auf das vaginale Mikrobiom	47	-2 Punkte	50
Das Darmmikrobiom beeinflusst das vaginale Mikrobiom	39	+2 Punkte	45
Die Art der Entbindung (vaginal oder per Kaiserschnitt) kann sich auf das Darmmikrobiom des Neugeborenen auswirken	35	-1 Punkt	37
Östrogen-Gestagen-Pillen können das vaginale Mikrobiom schützen	14	-2 Punkte	21



Frauen mit gesundheitlichen Beschwerden scheinen sich der Rolle und der Funktionen des vaginalen Mikrobioms etwas bewusster zu sein.



Frage 13. Geben Sie für jede der folgenden Aussagen an, ob sie Ihrer Meinung nach RICHTIG oder FALSCH ist. Wenn Sie sich bei einer Antwort unsicher sind, antworten Sie bitte mit „Weiß nicht“.

Basis: Frauen (n=268)

ALLE
LÄNDER

5,8

5,7/11

Anzahl der richtigen
Antworten im Durchschnitt

5,8

Jünger als
35

6,0

35 bis 44

5,3

45 bis 59

5,6

60 und
älter

6,1



Mindestens ein
gesundheitliches
Problem



Signifikante Unterschiede gegenüber dem
Gesamtwert – Mehr



Signifikante Unterschiede gegenüber dem
Gesamtwert – Weniger

Copyright Biocodex Microbiota
Institute und Ipsos – April 2026



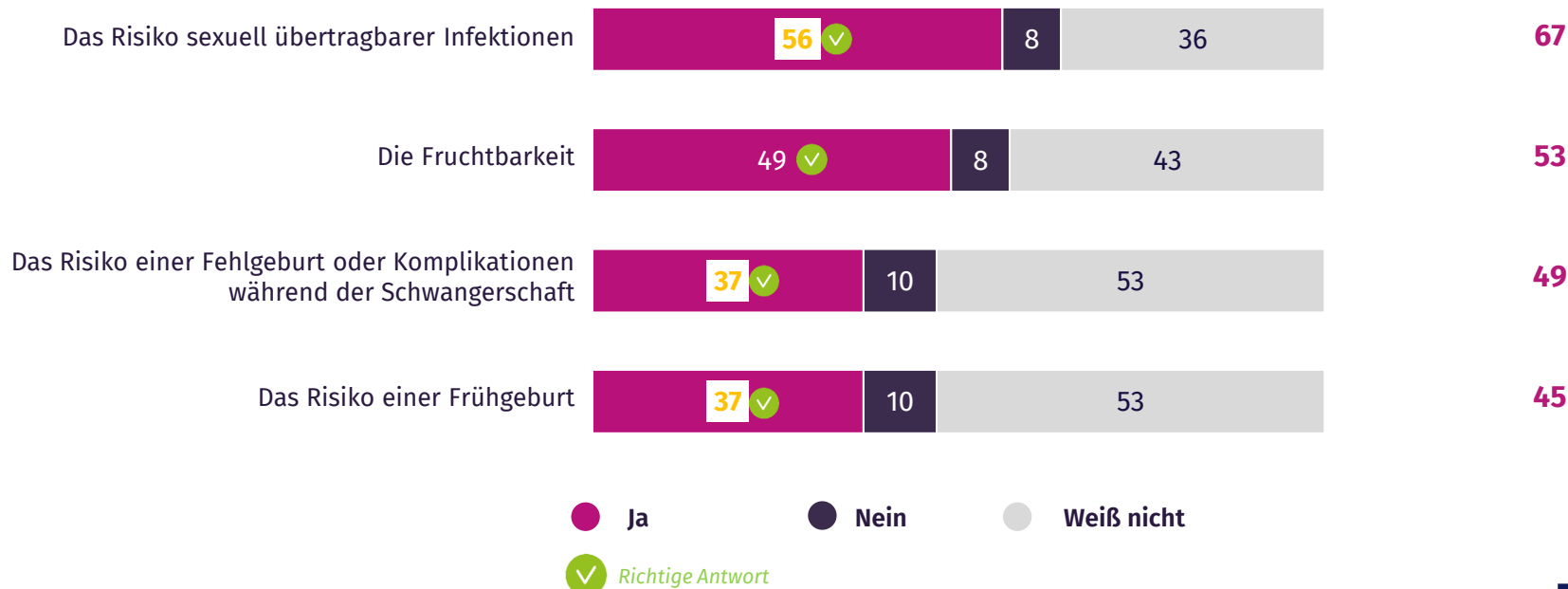
International
Microbiota
Observatory



Der Zusammenhang zwischen dem vaginalen Mikrobiom und der reproduktiven Gesundheit wird weitgehend unterschätzt.

NEUE
FRAGE

Frage 7V4. Glauben Sie, dass ein Ungleichgewicht im vaginalen Mikrobiom Auswirkungen haben kann auf:
Basis: Frauen (n=268)





Deutsche Frauen sind bei mehreren mikrobiomfreundlichen Praktiken der Intimhygiene führend; allerdings bestehen weiterhin zwei Defizite: Relativ wenige verwenden seifenfreie Reinigungsmittel, und das Schlafen ohne Unterwäsche ist unüblich.

NEUE
FRAGE

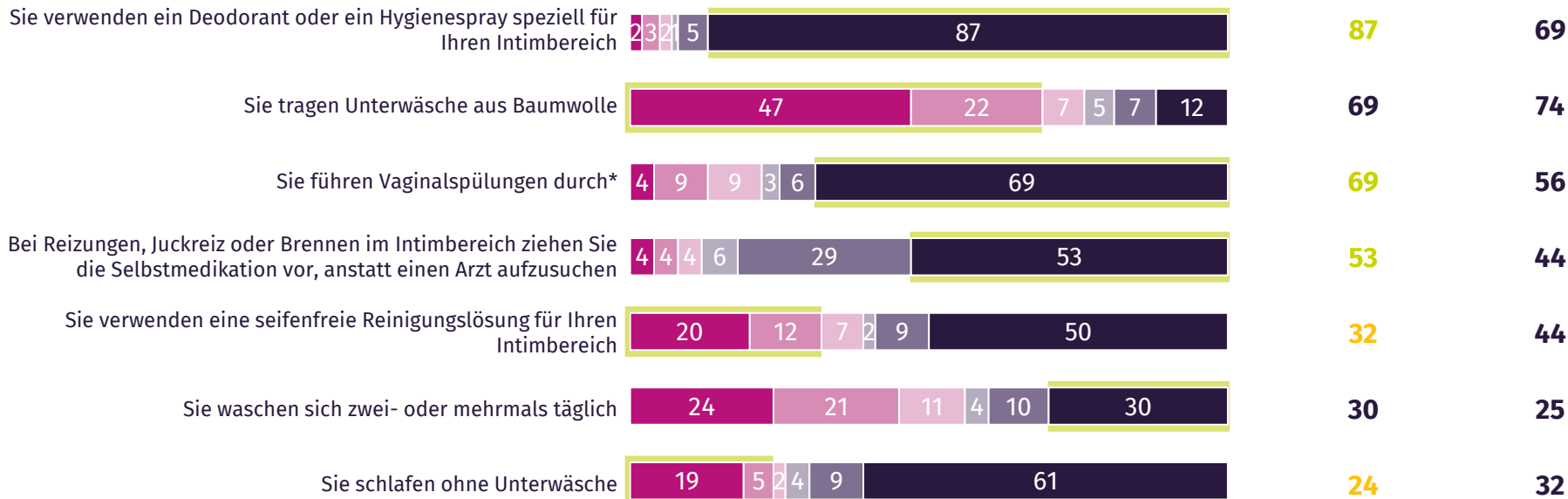
Frage 11V4. Wie oft integrieren Sie die folgenden Dinge in Ihren Alltag?

Frage 12V4. Was Ihre Intimhygiene betrifft: Welche der folgenden Maßnahmen wenden Sie an?

Basis: Frauen

%
mikrobiomfreundlich

ALLE
LÄNDER



● Täglich ● Mehrmals pro Woche ● Wöchentlich ● Monatlich ● Seltener als einmal im Monat ● Niemals

(*) Für diese Frage wurde folgende Definition gegeben: Unter einer Vaginalspülung versteht man das Waschen oder Ausspülen des Scheideninneren mit Wasser oder einer Flüssigkeitsmischung, um Gerüche zu beseitigen und die Scheide zu „reinigen“. Bitte verwechseln Sie die Scheidenspülung (die Scheide ist der innere Bereich) nicht mit der Reinigung der Vulva (die Vulva ist der äußere Bereich).

Copyright Biocodex Microbiota
Institute und Ipsos – April 2026

International
Microbiota
Observatory

Ipsos bva

In Deutschland haben nur sehr wenige Frauen von ihren medizinischen Fachkräften Informationen oder Ratschläge zum vaginalen Mikrobiom erhalten.

Frage 14. Haben medizinische Fachkräfte mit Ihnen über Folgendes gesprochen?*

Basis: Frauen (n=268)

15% haben **ALLE DIESE INFORMATIONEN** mindestens einmal erhalten
5% haben alle diese Informationen mehrmals erhalten



30%
10%

% Ja

Es wurden Ihnen die Verhaltensweisen erklärt, mit denen Sie das Gleichgewicht in Ihrem vaginalen Mikrobiom so gut wie möglich aufrechterhalten können



20

Es wurde Ihnen erklärt, was das vaginale Mikrobiom ist und welche Aufgaben und Funktionen es hat



19

Es wurde Ihnen vermittelt, wie wichtig es ist, das Gleichgewicht Ihres vaginalen Mikrobioms so gut wie möglich aufrechtzuerhalten



19

● Ja, mehrmals ● Ja, einmal ● Nein, niemals



In diesem Jahr gab es bei der Fortbildung von Fachkräften im Gesundheitswesen keine Verbesserungen.



Frage 14. Haben medizinische Fachkräfte mit Ihnen über Folgendes gesprochen?*

Basis: Frauen (n=268)

% Ja

	Insgesamt	Entwicklung 2026 bis 2025	ALLE LÄNDER
% haben ALLE DIESE INFORMATIONEN erhalten, mindestens einmal	15	-6 Punkte	30
% haben ALLE DIESE INFORMATIONEN <u>mehrmals</u> erhalten	5	+1 Punkt	10
Es wurden Ihnen die Verhaltensweisen erklärt, mit denen Sie das Gleichgewicht in Ihrem vaginalen Mikrobiom so gut wie möglich aufrechterhalten können	20	-7 Punkte	40
Es wurde Ihnen erklärt, was das vaginale Mikrobiom ist und welche Aufgaben und Funktionen es hat	19	-5 Punkte	36
Es wurde Ihnen vermittelt, wie wichtig es ist, das Gleichgewicht Ihres vaginalen Mikrobioms so gut wie möglich aufrechtzuerhalten	19	-6 Punkte	40

* Der Wortlaut der Frage wurde im Vergleich zum Vorjahr geändert.



Signifikante Unterschiede gegenüber dem Gesamtwert – Mehr



Signifikante Unterschiede gegenüber dem Gesamtwert – Weniger

Konkrete Ratschläge von medizinischen Fachkräften zur Intimhygiene sind in Deutschland deutlich seltener anzutreffen

NEUE
FRAGE

Frage 8V4. Und genauer gefragt, haben medizinische Fachkräfte mit Ihnen über Folgendes gesprochen?

Basis: Frauen (n=268)

10% der Frauen geben an, dass medizinisches Fachpersonal alle diese Themen mit ihnen besprochen hat

% Ja



25%



Der Einfluss von Intimhygieneartikeln auf das vaginale Mikrobiom



47

Hinweise zur richtigen Reinigung Ihrer Intimzonen



47

Der Einfluss anderer Hygieneartikel (Binden, Tampons, Menstruationstassen usw.) auf das vaginale Mikrobiom



42

Informationen darüber, wie Geschlechtsverkehr das natürliche Gleichgewicht des vaginalen Mikrobioms möglicherweise stören kann



37

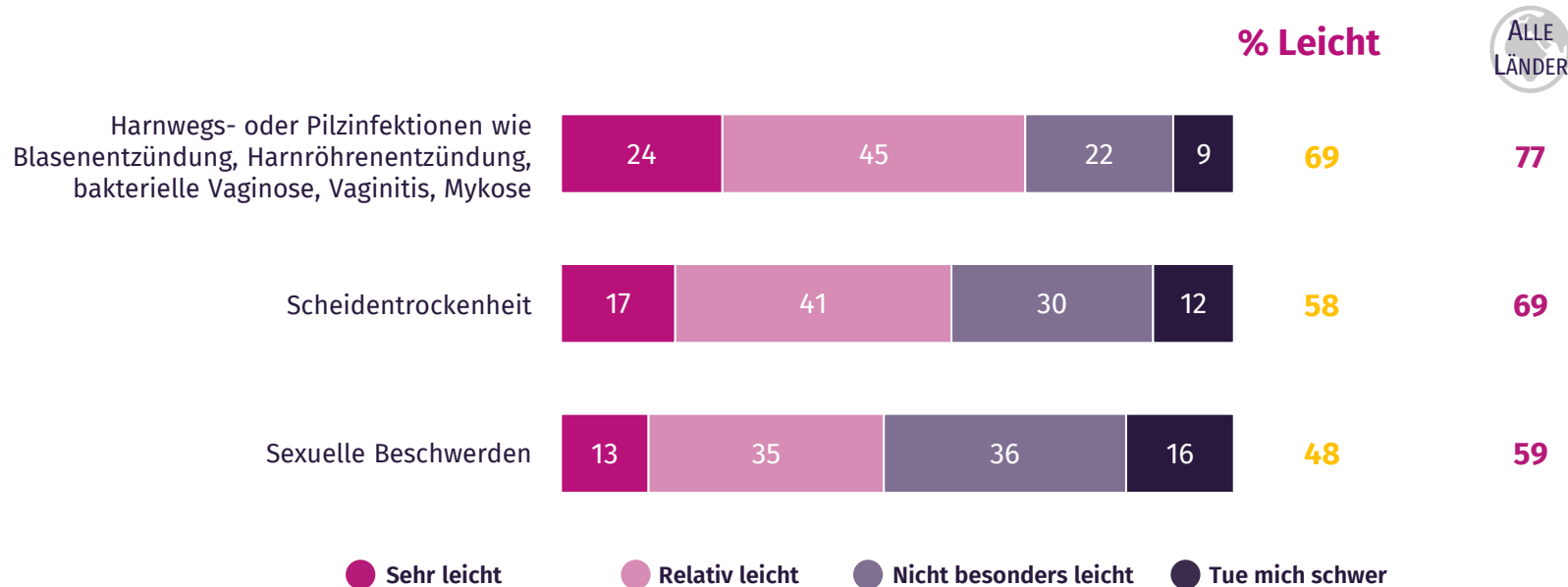


Im Vergleich zum weltweiten Durchschnitt fällt es Frauen in Deutschland schwerer, mit medizinischem Fachpersonal über intime Gesundheitsfragen zu sprechen, auch wenn eine Mehrheit angibt, sich dabei dennoch wohl zu fühlen.

NEUE
FRAGE

Frage 9V4. Wie leicht fällt es Ihnen, mit medizinischem Fachpersonal über die folgenden intimen Gesundheitsprobleme zu sprechen, bzw. würden Sie darüber sprechen?

Basis: Frauen (n=268)

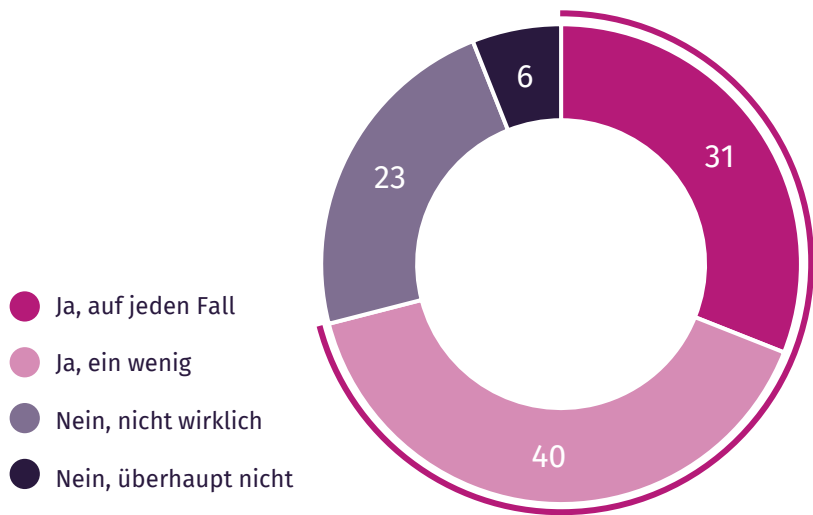


7 von 10 Frauen würden gerne mehr über die Bedeutung des vaginalen Mikrobioms und dessen Auswirkungen auf die Gesundheit erfahren.



Frage 15. Wünschen Sie sich, dass die medizinische Fachkraft, die für Ihre gynäkologische Gesundheit sorgt, Ihnen mehr über die Bedeutung Ihres vaginalen Mikrobioms und dessen Auswirkungen auf Ihre Gesundheit erzählt?

Basis: Frauen (n=268)

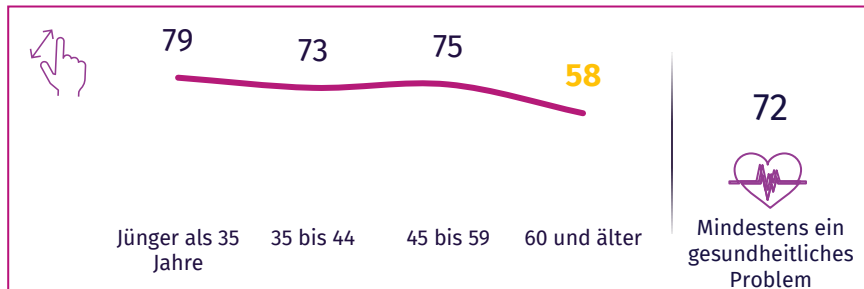


71% würden gerne mehr über die Bedeutung des vaginalen Mikrobioms und dessen Auswirkungen auf die Gesundheit erfahren

2025: 64%



86%



Signifikante Unterschiede gegenüber dem Gesamtwert – Mehr



Signifikante Unterschiede gegenüber dem Gesamtwert – Weniger

A large, light-colored rectangular area on the left side of the slide, containing a dense, overlapping pattern of stylized, light purple bacterial shapes. These shapes are elongated and have various branching or flagellar-like structures, resembling a microscopic view of a microbial community.

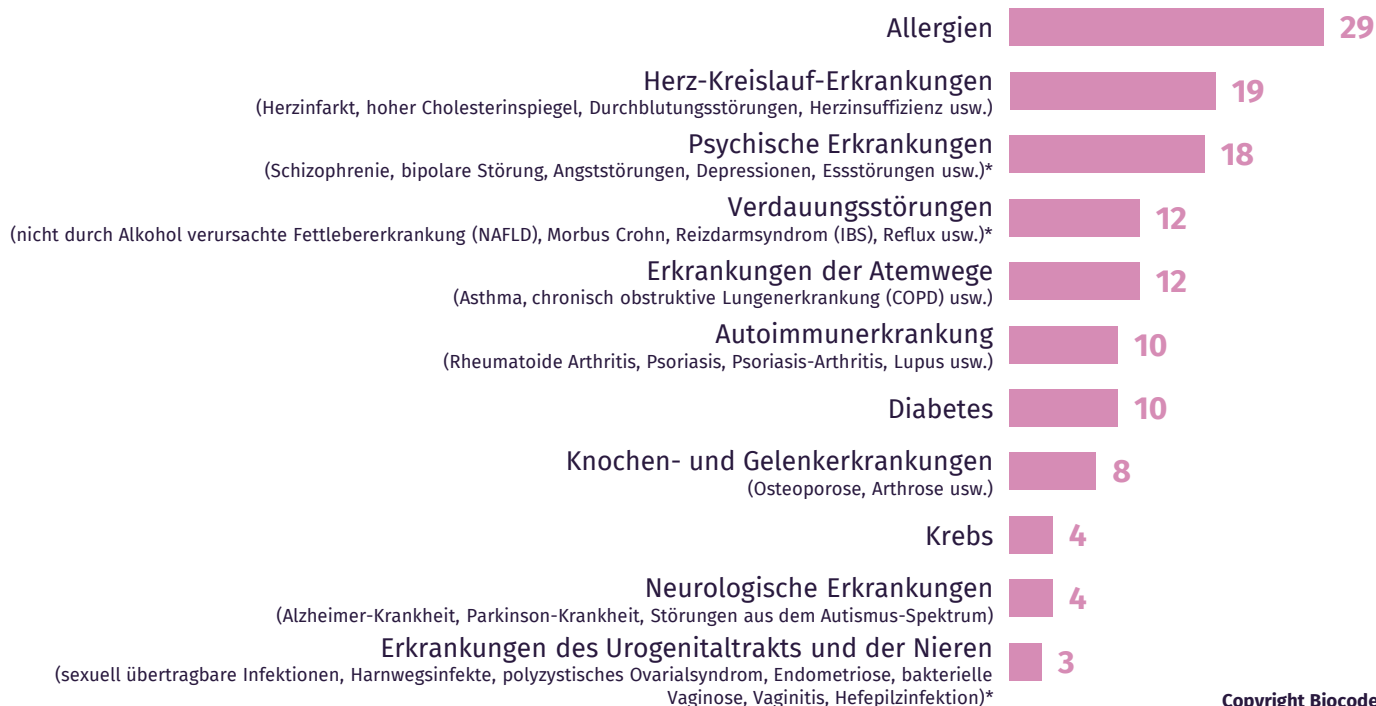
ANHÄNGE



Menschen mit bestehenden Erkrankungen



RS10 Geben Sie bitte an, unter welchen der folgenden Gesundheitsproblemen Sie leiden.
Basis: Alle Befragten

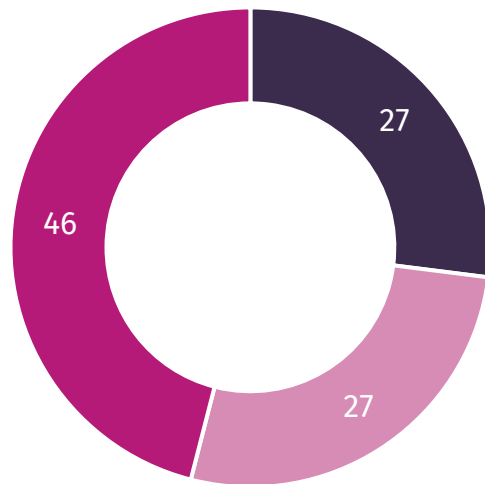


* Der Wortlaut dieser Fragen wurde im Vergleich zum Vorjahr geändert.

Rauchverhalten in Deutschland

NEUE
FRAGE

Frage 10V4. Rauchen Sie?
Basis: Alle Befragten



27% rauchen derzeit



23%

- Ja, ich rauche derzeit
- Früher habe ich geraucht, aber ich habe damit aufgehört
- Nein, ich habe noch nie geraucht

ÜBER IPSOS

Ipsos ist eines der weltweit größten Marktforschungs- und Meinungsforschungsunternehmen, das in 90 Märkten tätig ist und fast 20.000 Mitarbeiter beschäftigt.

Unsere leidenschaftlich neugierigen Forschungsexperten, Analysten und Wissenschaftler haben einzigartige, fachübergreifende Kompetenzen aufgebaut, die ein tiefgreifendes Verständnis und aussagekräftige Erkenntnisse über das Verhalten, die Meinungen und die Motivationen von Bürgern, Verbrauchern, Patienten, Kunden oder Mitarbeitern vermitteln.

Unsere 75 Geschäftslösungen basieren auf Primärdaten aus unseren Umfragen, der Beobachtung sozialer Medien sowie qualitativen oder beobachtenden Methoden.

„Game Changers“ – unser Slogan – bringt unser Bestreben auf den Punkt, unseren 5.000 Kunden dabei zu helfen, sich sicher in unserer sich rasch wandelnden Welt zurechtzufinden.

Ipsos wurde 1975 in Frankreich gegründet und ist seit dem 1. Juli 1999 an der Euronext Paris notiert. Das Unternehmen ist im SBF 120, im Mid-60-Index sowie im STOXX Europe 600 vertreten und für den Deferred Settlement Service (SRD) zugelassen. ISIN-Code FR0000073298, Reuters ISOS.PA, Bloomberg, IPS:FP

www.ipsos.com

35 rue du Val de Marne, 75628 Paris,
Cedex 13, Frankreich
Tel. +33 1 41 98 90 00

GAME CHANGERS

In unserer sich rasch wandelnden Welt ist der Bedarf an verlässlichen Informationen, um fundierte Entscheidungen treffen zu können, größer denn je.

Wir bei Ipsos sind davon überzeugt, dass unsere Kunden mehr als nur einen Datenlieferanten brauchen – sie brauchen einen Partner, der präzise und relevante Informationen liefert und diese in umsetzbare Erkenntnisse umwandelt.

Aus diesem Grund liefern unsere leidenschaftlich neugierigen Experten nicht nur äußerst präzise Messdaten, sondern werten diese auch so aus, dass sie ein echtes Verständnis von Gesellschaft, Märkten und Menschen vermitteln.

Dazu nutzen wir das Beste aus Wissenschaft, Technologie und Know-how und lassen die Prinzipien Sicherheit, Einfachheit, Schnelligkeit und Substanz in alles einfließen, was wir tun.

Damit unsere Kunden schneller, klüger und mutiger handeln können. Letztendlich lässt sich Erfolg auf eine einfache Wahrheit zurückführen:

Du handelst besser, wenn du dir sicher bist.