

Pressemitteilung

Herzinfarkt-Zahlen gehen in Hamburg und in Deutschland zurück

Hamburg weist im Bundesvergleich niedrigere Raten bei Herzinfarkt, Diabetes und Bluthochdruck auf. Das zeigt der AOK-Gesundheitsatlas. Deutschlandweit ist mehr als jeder zehnte Erwachsene Diabetiker, in Hamburg jeder zwölfte.

Hamburg, 13. Mai 2026

Die Zahl der Herzinfarkte geht zurück. Laut AOK-Gesundheitsatlas gilt das sowohl für Deutschland insgesamt als auch für Hamburg, wie die AOK Rheinland/Hamburg mitteilt. Im Jahr 2024 wurden deutschlandweit 320 Herzinfarkte je 100.000 Menschen ab 30 Jahren behandelt, 2019 waren es noch 360. Das entspricht einem Rückgang um gut 11 Prozent innerhalb von fünf Jahren. Auch in Hamburg ist die Entwicklung rückläufig – hier werden schon seit Jahren weniger Fälle als in anderen Bundesländern registriert: 2019 waren es in Hamburg noch 300 Infarkte je 100.000 Menschen, 2024 dann 270 und damit so wenige wie in keinem anderen Bundesland.

Zwischen den Bundesländern zeigen sich deutliche Unterschiede bei den Herzinfarkt-Zahlen. An der Spitze steht Thüringen mit einer Rate von 370 Fällen je 100.000 Menschen ab 30 Jahren. Hamburg weist mit 270 Fällen je 100.000 Menschen die niedrigste Rate im Bundesländervergleich auf und liegt nach den AOK-Analysen auch deutlich vor den anderen Stadtstaaten Bremen (2024: 360 Herzinfarkte je 100.000 Menschen) und Berlin (290). In Schleswig-Holstein wurden 310 Fälle gezählt.

Die Expertinnen und Experten des Wissenschaftlichen Instituts der AOK (WIdO) haben diese Zahlen für den Gesundheitsatlas Deutschland ermittelt. Sie gehen davon aus, dass die Differenzen zwischen den Bundesländern unter anderem auf Alters- und Geschlechtsunterschiede in der Bevölkerungsstruktur zurückzuführen sind.

„Zudem hat der Lebensstil und gesundheitsbewusstes Verhalten wie beispielsweise eine ausgewogene Ernährung, Bewegung und der Verzicht auf das Rauchen großen Einfluss und kann das Risiko für Herzinfarkte ebenso senken wie für Diabetes oder Bluthochdruck“, sagt Thomas Bott, Hamburger Regionaldirektor der AOK Rheinland/Hamburg.

Das Diabetes-Risiko sinkt durch eine gesunde Lebensweise

Diabetes und Bluthochdruck erhöhen das Infarktrisiko deutlich. Die AOK-Analysen zeigen, dass es deutschlandweit bei beiden Erkrankungen immer mehr Fälle gibt. Doch auch hier schneidet Hamburg besser ab: Während in Deutschland insgesamt mehr als jeder zehnte Erwachsene an Typ-2-Diabetes erkrankt ist, ist es in Hamburg nur rund jeder zwölfte. Damit liegt Hamburg im Bundesländer-Vergleich vorn. In Hamburg ging der Anteil von 8,3 Prozent im Jahr 2019 auf 8,0 Prozent im Jahr 2024 sogar leicht zurück. In Deutschland insgesamt ist er von 10,8 Prozent im Jahr 2019 auf 11,2 Prozent im Jahr 2024 gestiegen.

„Durch frühzeitige Aufklärung, gezielte Vorsorgeangebote und eine gesunde Lebensweise kann das Diabetes-Risiko deutlich gesenkt werden. Jeder Schritt hin zu mehr Bewegung und bewusster Ernährung ist ein Gewinn für die eigene Gesundheit“, sagt Thomas Bott.

Bluthochdruck: Hamburg mit niedrigsten Zahlen deutschlandweit

Ähnliches Bild beim Bluthochdruck: Während der Anteil der Betroffenen an der Gesamtbevölkerung deutschlandweit von 29,2 Prozent im Jahr 2019 auf 29,9 Prozent im Jahr 2024 gestiegen ist, ist er in Hamburg von 22,1 Prozent im Jahr 2019 auf 21,9 Prozent im Jahr 2024 gesunken. So gut schneidet kein anderes Bundesland ab.

Der AOK-Gesundheitsatlas schlüsselt die Herzinfarkt-Daten auch nach Alter und Geschlecht auf. Dabei zeigt sich, dass die Häufigkeit mit zunehmendem Alter steigt. In allen Altersgruppen sind Männer deutlich häufiger betroffen als

Frauen; in einigen Altersgruppen treten Herzinfarkte bei Männern sogar bis zu viermal so häufig auf.

Auswertungen zu diesen und anderen Themen aus dem AOK-Gesundheitsatlas finden sich im Netz unter: <https://www.gesundheitsatlas-deutschland.de/>

Der Gesundheitsatlas

Der Gesundheitsatlas Deutschland macht die aktuellen Entwicklungen für insgesamt 26 Erkrankungen bis auf Landkreis-Ebene transparent.

Ziel der Gesundheitsatlas-Reihe des Wissenschaftlichen Instituts der AOK (WIdO) ist es, die gesundheitliche Situation aller Einwohnerinnen und Einwohner in Deutschland darzustellen. Der Gesundheitsatlas fokussiert häufige Volkskrankheiten, die ein hohes Präventionspotenzial bieten, mit einer eingeschränkten Lebensqualität oder einer hohen Sterblichkeit einhergehen. Ein Hochrechnungsverfahren ermöglicht auf Grundlage der Abrechnungsdaten der AOK-Versicherten zuverlässige Aussagen über die Krankheitshäufigkeit der gesamten Bevölkerung Deutschlands.