Stadt Zürich
Statistik

Stadt Zürich
Statistik
Napfgasse 6 / Postfach
8022 Zürich

Tel. 044 412 08 00
Fax 044 412 08 40
www.stadt-zuerich.ch/statistik

Ihre Kontaktperson:
Cornelia Schwierz
Direktwahl 044 412 08 13
cornelia.schwierz@zuerich.ch

Zürich, 29. Januar 2015

Medienmitteilung

Zürcherinnen und Zürcher erfreuen sich guter Gesundheit

Ergebnisse der Schweizerischen Gesundheitsbefragung 2012 für die Stadt Zürich

Vier von fünf in der Stadt Zürich befragten Personen beantworten die Frage nach ihrem allgemeinen Gesundheitszustand mit «gut» oder «sehr gut». Die selbstwahrgenommene Gesundheit nimmt mit steigendem Alter ab, und die empfundenen gesundheitlichen Einschränkungen nehmen zu. Bei den körperlichen Beschwerden ist das Gefühl von allgemeiner Schwäche, Müdigkeit oder Energielosigkeit am stärksten verbreitet. Die Intensität körperlicher Beschwerden wird von den Frauen höher eingeschätzt als von den Männern.

Die grosse Mehrheit der Zürcher Bevölkerung fühlt sich gesundheitlich wohl. Die Schweizerische Gesundheitsbefragung 2012 zeigt für die Stadt Zürich aber auch, dass sich rund 30 Prozent der Frauen und 20 Prozent der Männer im Alltag durch gesundheitliche Probleme eingeschränkt. Dieser Anteil nimmt mit dem Alter zu. Er steigt von 16 Prozent bei den 15- bis 34-Jährigen auf 28 Prozent bei den 50- bis 64-Jährigen und auf 41 Prozent bei den 65-Jährigen und Älteren.

Auch der Grad der Einschränkung nimmt mit dem Alter zu: Lediglich knapp zwei Prozent der Zürcherinnen und Zürcher von 15 bis 34 Jahren klagen über starke gesundheitliche Beeinträchtigungen. Bei den über 64-Jährigen ist der entsprechende Anteil rund viermal höher (8,4 %). Frauen fühlen sich häufiger durch gesundheitliche Probleme eingeschränkt als Männer. Bei den 65-Jährigen und Älteren wird der Unterschied auch durch die höhere Lebenserwartung der Frauen beeinflusst: Vor allem ab 75 Jahren sind Frauen in der Stadt deutlich zahlreicher vertreten als Männer. Dies kann dazu beitragen, dass ein grösserer Anteil Frauen gesundheitliche Einschränkungen im Alltag wahrnimmt.

Deutlicher Zusammenhang zwischen Körpergewicht und Bewegungsmangel

Der gesundheitliche Allgemeinzustand und das Körpergewicht werden durch körperliche Aktivität und Fitness positiv beeinflusst. In der Stadt Zürich ist derzeit über ein Drittel der Bevölkerung ab 15 Jahren übergewichtig oder adipös. Von den körperlich inaktiven Zürcherinnen und Zürchern sind mehr als die Hälfte übergewichtig. Bei Personen, die mindestens einmal pro Woche Sport treiben, beträgt der entsprechende Anteil gut 40 Prozent. Wer sich mindestens 2,5 Stunden pro Woche mit mittlerer oder hoher Intensität bewegt, ist nochmals deutlich seltener übergewichtig (31 %).

Zürcherinnen und Zürcher sind sportlich

Mehr als zwei Drittel der Zürcher Bevölkerung sind körperlich aktiv. Sie treiben mehrmals wöchentlich Sport oder gehen einer körperlich anstrengenden Tätigkeit nach. Weitere 17 Prozent kommen ein- bis zweimal wöchentlich wegen einer körperlichen Tätigkeit ins Schwitzen. Lediglich eine von 10 Personen ist sportlich inaktiv.

Mit zunehmendem Alter nimmt bei Frauen wie Männern der Anteil der körperlich Aktiven ab. Bei den unter 35-Jährigen treiben 94 Prozent mindestens wöchentlich Sport (aktiv und teilaktiv). Bei den 65-jährigen und älteren Frauen sind es noch 75 Prozent, bei den Männern dieser Altersklasse 69 Prozent. Frauen bleiben im Alter also körperlich aktiver.

Ältere Menschen tun im Durchschnitt häufiger etwas für ihre Fitness als Jüngere: 17 Prozent der Menschen im Pensionsalter bewegen sich fast täglich; der entsprechende Anteil bei den 15- bis 34-Jährigen liegt bei gut 6 Prozent. Die älteren Zürcherinnen und Zürcher wenden aber insgesamt weniger Zeit für Sport auf als Jüngere. Über 65-Jährige sind durchschnittlich während 2,3 Stunden pro Woche sportlich aktiv, bei den 15- bis 34-Jährigen sind es 4,4 Stunden.

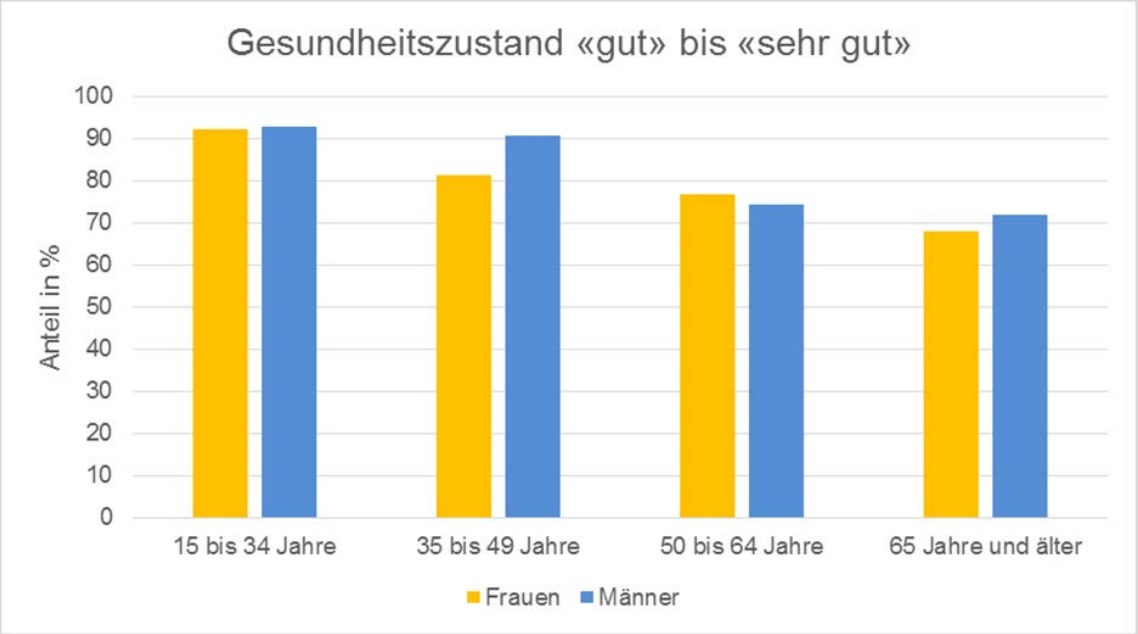
Hinweis an die Redaktionen:

Weitere Auskünfte erteilen:

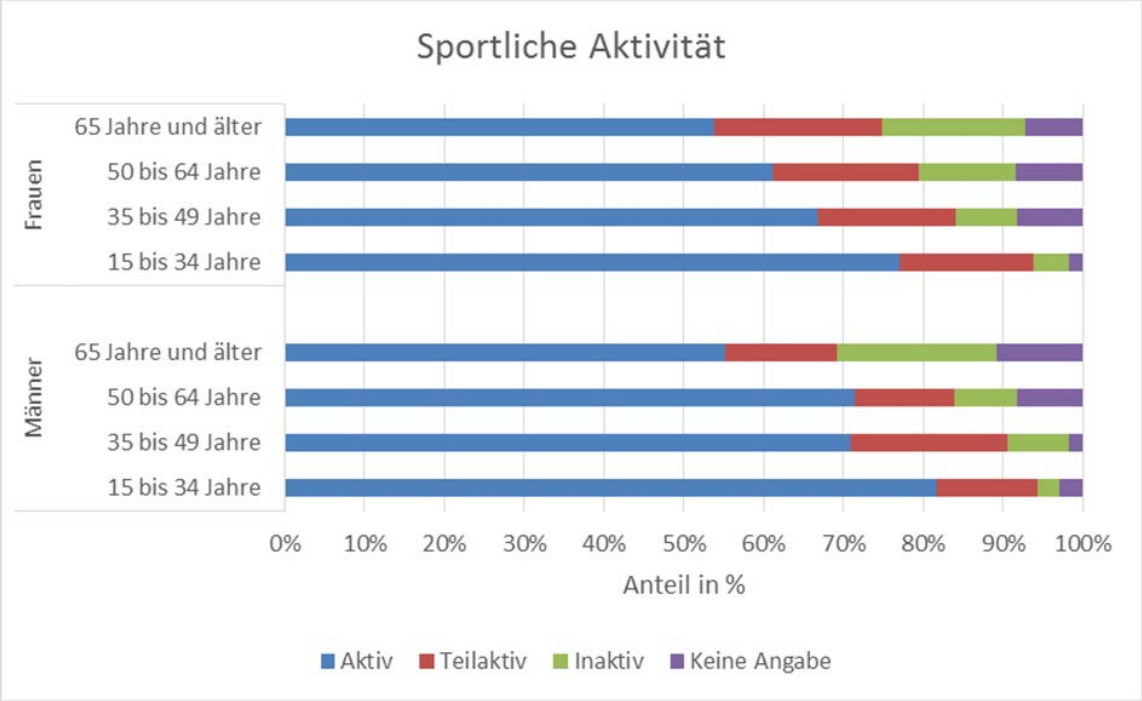
- Cornelia Schwierz, Statistik Stadt Zürich, Telefon 044 412 08 13
- Spezifische Fragen zum Thema Gesundheit beantwortet Nicole Disler, Gesundheits- und Umweltdepartement, Telefon 044 412 11 12

Weitere Ergebnisse der Befragung finden sich in den Webartikeln «Zürcherinnen und Zürchern fühlen sich gesund» und «Zürcherinnen und Zürcher sind aktiv» im Internet.

Einschätzung des allgemeinen Gesundheitszustands, nach Alter, 2012



Einschätzung der sportlichen Aktivität, nach Geschlecht und Alter, 2012



Weitere Informationen

Im Auftrag des Bundesrates führt das Bundesamt für Statistik seit 1992 alle fünf Jahre die Schweizerische Gesundheitsbefragung durch. Ziel der Erhebung ist, in regelmässigen Abständen die gesundheitliche Situation der Bevölkerung ab 15 Jahren zu erfassen. Nebst Informationen zur körperlichen, psychischen und sozialen Gesundheit werden auch Daten zu Lebensbedingungen, Lebensstil, Verhaltensweisen und gesundheitlichen Ressourcen sowie zur Krankenversicherungssituation und zur Inanspruchnahme von Gesundheitsdienstleistungen erhoben. Im Jahr 2012 wurden in der Stadt Zürich 956 Personen befragt.