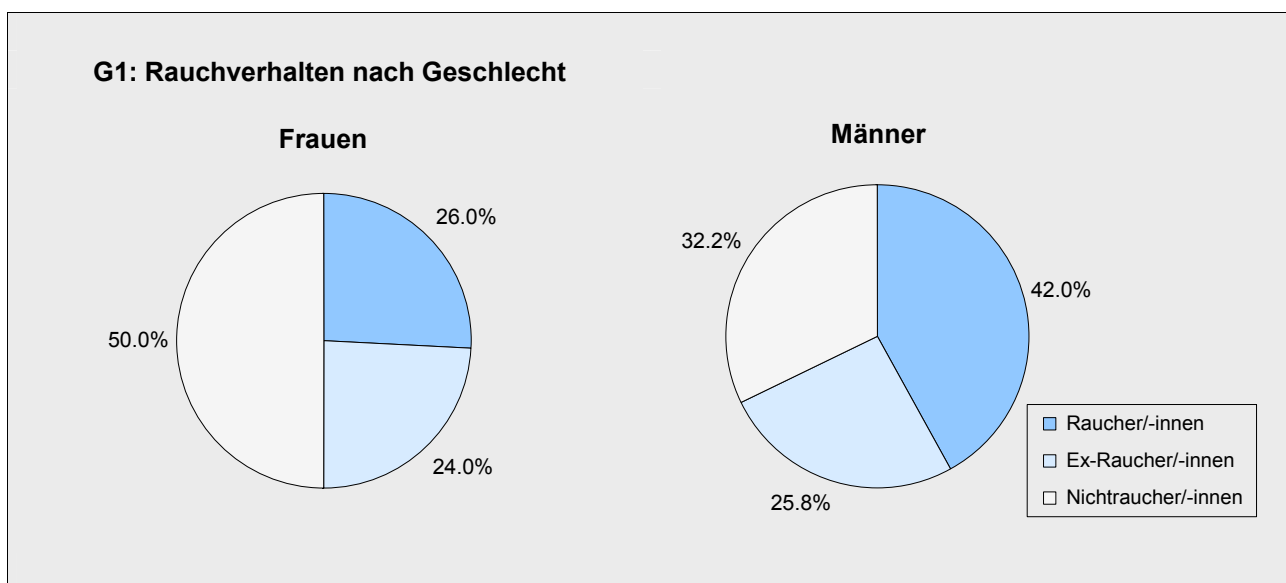


Schweizerische Gesundheitsbefragung 2002: Resultate für die Stadt Zürich

Frauen leben gesünder

Die Schweizerische Gesundheitsbefragung des Bundesamtes für Statistik wurde im Jahr 2002 zum dritten Mal durchgeführt. In der Stadt Zürich wurden dabei 463 Personen (258 Frauen und 205 Männer) befragt. Als eine wichtige Erkenntnis geht daraus hervor, dass Frauen einen gesünderen Lebenswandel führen als Männer. Diese trinken durchschnittlich fast doppelt so viel Alkohol am Tag wie Frauen. Männer essen seltener Früchte, Gemüse oder Salat und konsumieren dafür mehr Fast Food. Die unten stehende Grafik G1 zeigt, dass das Rauchen bei Männern deutlich verbreiteter ist als bei Frauen: 42 Prozent gelten als Raucher, bei den Frauen sind 26 Prozent Raucherinnen. Auch der Anteil derjenigen, die bereits einmal harte Drogen konsumiert haben, ist bei den Männern wesentlich höher.



Physisches und psychisches Wohlbefinden

Es ist bekannt, dass Männer eine tiefere Lebenserwartung haben als Frauen. Sie tragen ebenfalls ein höheres Risiko, in Unfälle aller Art verwickelt zu werden. Die Gründe dieser Unterschiede sind nicht nur in der anderen biologischen Ausstattung, sondern auch im unterschiedlichen soziokulturellen Verhalten der Geschlechter zu suchen.

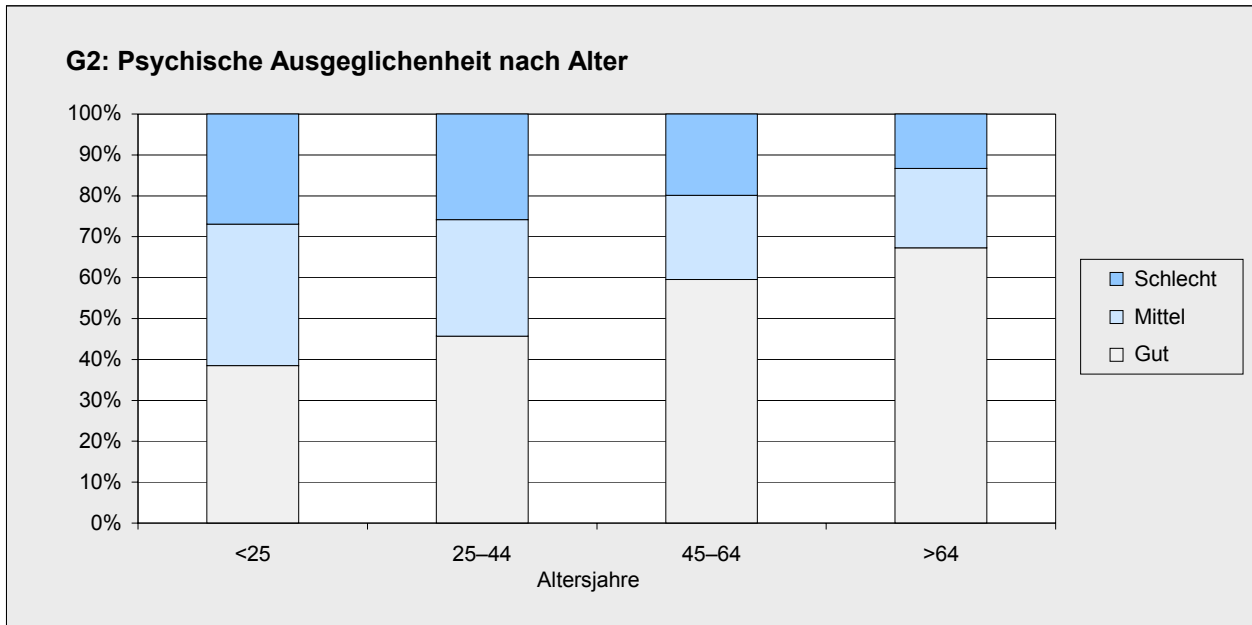
T1: Körperliche Beschwerden nach Geschlecht

«Haben Sie in den letzten vier Wochen (...) gehabt?»		Anteile in Prozent		
		überhaupt nicht	ein bisschen	stark
Rücken- und Kreuzschmerzen	Frauen	54.7%	29.5%	15.9%
	Männer	61.5%	28.8%	9.8%
Allgemeine Schwäche, Müdigkeit oder Energielosigkeit	Frauen	53.1%	37.6%	9.3%
	Männer	62.9%	31.7%	5.4%
Bauchschmerzen	Frauen	85.3%	10.9%	3.9%
	Männer	92.2%	5.9%	2.0%
Durchfall und/oder Verstopfung	Frauen	81.4%	14.7%	3.9%
	Männer	84.6%	12.9%	2.5%
Einschlaf- und Durchschlafstörungen	Frauen	59.3%	30.2%	10.5%
	Männer	62.0%	31.9%	5.9%
Kopfschmerzen, Druck im Kopf, Gesichtsschmerzen	Frauen	61.2%	31.4%	7.4%
	Männer	68.3%	28.3%	3.4%
Herzklopfen, Herzjagen, Herzstolpern	Frauen	84.1%	13.6%	2.3%
	Männer	92.4%	6.0%	1.6%
Schmerzen im Brustbereich	Frauen	92.4%	6.4%	1.2%
	Männer	91.7%	7.3%	1.0%
Fieber	Frauen	95.3%	4.7%	0.0%
	Männer	92.2%	6.3%	1.5%
Glieder- und Gelenksschmerzen	Frauen	62.6%	28.9%	8.5%
	Männer	69.8%	22.0%	8.3%

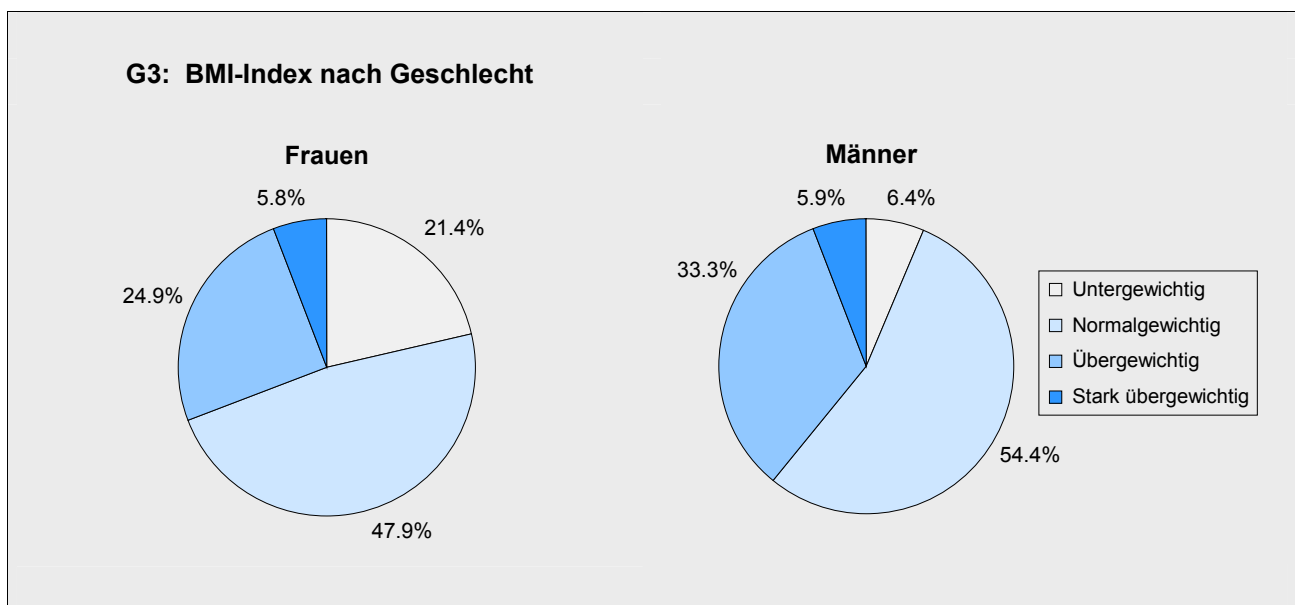
Quelle: Bundesamt für Statistik

Frauen klagen häufiger über *körperliche Beschwerden*. So beträgt der Anteil derjenigen, die «starke Beschwerden» haben, 29 Prozent, während dieser Anteil bei den Männern nur 18 Prozent beträgt. Auch in Bezug auf die häufigsten Einzelsymptome äussern Frauen durchwegs öfter, stark davon betroffen zu sein. Die einzige Ausnahme ist Fieber.

Bezüglich der *psychischen Ausgeglichenheit* gibt es weniger Unterschiede zwischen den Geschlechtern. Allerdings gaben mehr Frauen an, in den letzten zwölf Monaten wegen psychischer Probleme in Behandlung gewesen zu sein. Dabei mag aber der Umstand mitspielen, dass Frauen eher bereit sind, ihre Probleme zu artikulieren und Hilfe in Anspruch zu nehmen. Der Index bildet sich aus Fragen, an wie vielen Tagen in den letzten vier Wochen der Befragte «niedergeschlagen oder verstimmt», «ruhig, ausgeglichen und gelassen», «angespannt, gereizt oder nervös» und «voll Kraft, Energie und Optimismus» gewesen ist. Es zeigt sich deutlich, dass die psychische Ausgeglichenheit mit dem Alter zunimmt. Dies gilt für beide Geschlechter. Der Anteil der Personen, deren Ausgeglichenheit als «gut» bezeichnet werden kann, beträgt bei der Gruppe der 15- bis 24-Jährigen nur etwas über ein Drittel. Bei Personen im Pensionsalter liegt er bei rund zwei Dritteln.



Bezüglich des BMI-Index¹ zeigen sich deutliche Unterschiede zwischen den Geschlechtern. Während es bei den Frauen mit 21,4% (Männer: 6,4%) einen relativ hohen Anteil an Untergewichtigen gibt, liegt der Anteil der Übergewichtigen mit 33,3% bei den Männern deutlich höher als bei den Frauen (24,9%). Knapp 6 Prozent der befragten Zürcherinnen und Zürcher leiden an starkem Übergewicht.



¹ Der «Body Mass Index» (BMI) basiert auf dem Verhältnis zwischen dem Körpergewicht (kg) und der Körpergröße (m) im Quadrat (kg/m²). Die Befragten wurden in vier Gruppen eingeteilt: untergewichtig (BMI < 20); normalgewichtig (20 ≤ BMI < 25); übergewichtig (25 ≤ BMI < 30); stark übergewichtig (BMI ≥ 30).

Gesundheitsrelevantes Verhalten

Die Zusammenhänge zwischen dem Verhalten und dem Gesundheitszustand sind komplex. Risikoverhalten wie Rauchen oder Alkoholkonsum wirken nicht isoliert auf die Gesundheit, sondern müssen stets im Zusammenhang mit sozioökonomischen Faktoren gesehen werden. Des Weiteren ist stets zu bedenken, dass Genuss- und Suchtverhalten nahe beieinander liegen. Die Fähigkeit zu geniessen ist eine wichtige Quelle der Gesundheit, während Stressbewältigung mit potentiellen Suchtmitteln die psychische und physische Gesundheit belastet.

Bei Befragungen zum Konsum von Suchtmitteln werden die konsumierten Mengen häufig zu tief angegeben. Die Daten dürften das Problem also eher unterschätzen. Allerdings ist die Annahme, dass die Unterschätzung bei beiden Geschlechtern vorkommt, zulässig. Es kann also durchaus ein Vergleich gezogen werden.

T2: Rauchverhalten nach Geschlecht

	Frauen	Männer
Nichtraucher	50.0%	32.2%
Ex-Raucher	24.0%	25.8%
Raucher	26.0%	42.0%
<i>davon rauchen:</i>		
>andere Tabakprodukte	3.0%	16.3%
>v.a. Zigaretten	97.0%	83.7%
<i>durchschnittlicher Konsum:</i>		
>>gelegentlich	3.2%	7.3%
>>1-9 Zigaretten/Tag	30.2%	18.8%
>>10-19 Zigaretten/Tag	30.1%	20.3%
>>mehr als 20 Zigaretten/Tag	36.5%	53.6%

Männer *rauchen* deutlich häufiger als Frauen. 42 Prozent greifen mindestens ab und an zu Zigarette, Pfeife oder Zigarre. Geradezu erschreckend hoch ist der Anteil an zigarettenrauchenden Männern, die ein Päcklein oder mehr pro Tag rauchen (53,5% der Raucher). Diese Gruppe ist allerdings auch bei den Raucherinnen die stärkste (36,5%). Relativ gering ist bei beiden Geschlechtern der Anteil der Personen, die nur gelegentlich Zigaretten rauchen.

Quelle: Bundesamt für Statistik

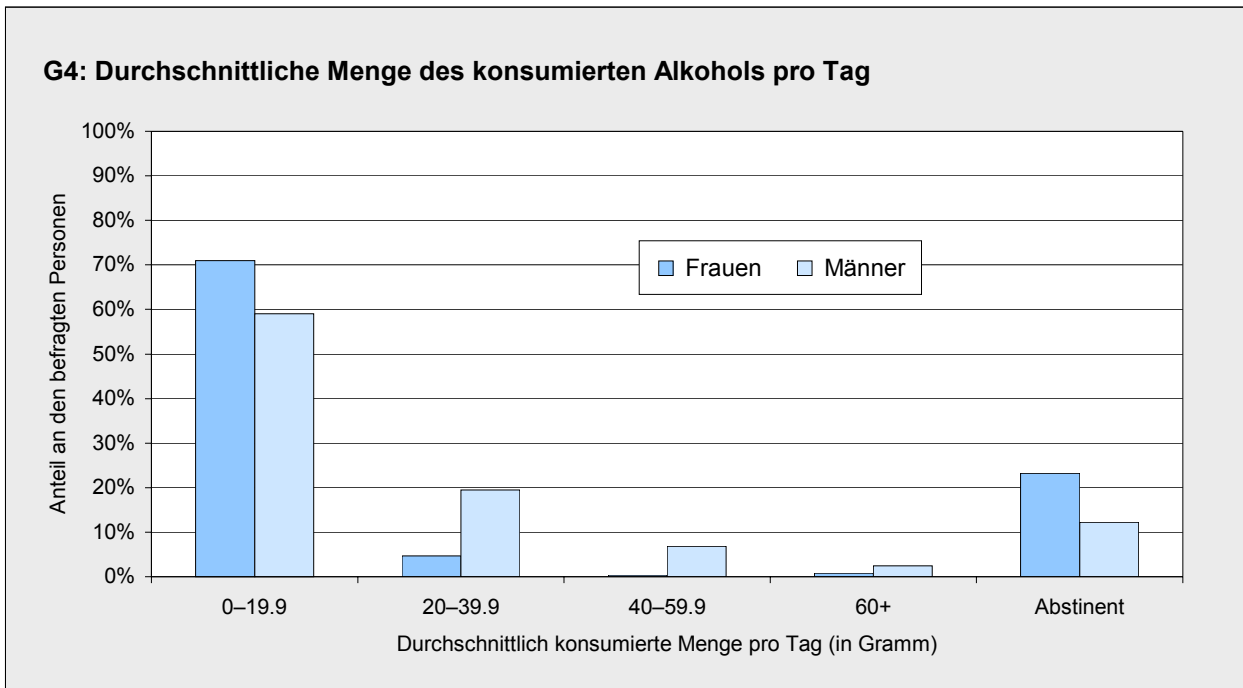
Alkohol wird in der Schweiz gerne und häufig getrunken. Der Konsum ist gesellschaftlich akzeptiert. Beinahe ein Fünftel der Männer und rund 13 Prozent der Frauen geben an, einmal täglich Alkohol zu trinken. Als positiv kann gewertet werden, dass nur ein kleiner Anteil der Befragten zu jeder Mahlzeit (ausser dem Frühstück) alkoholische Getränke zu sich nimmt.

Knapp 12 Prozent der befragten Zürcher bzw. 23 Prozent der Zürcherinnen geben an, niemals Alkohol zu trinken.

T3: Häufigkeit des Alkoholkonsums nach Geschlecht

«Wie häufig trinken Sie normalerweise alkoholische Getränke»	Frauen		Männer	
	Anzahl	Anteil	Anzahl	Anteil
3 oder mehr pro Tag	0	0.0%	0	0.0%
2 mal pro Tag (Mahlzeiten)	2	0.8%	9	4.4%
1 mal pro Tag	34	13.2%	40	19.5%
mehrmals pro Woche	25	9.7%	38	18.5%
1-2 mal wöchentlich	68	26.4%	54	26.3%
seltener	70	27.1%	40	19.5%
abstinent	59	22.9%	24	11.7%

Quelle: Bundesamt für Statistik



Grundsätzlich kann gesagt werden, dass Männer häufiger Alkohol trinken. Auch die durchschnittliche Menge des konsumierten Alkohols liegt daher bei den Männern wesentlich höher. Sie trinken durchschnittlich 17,0 Gramm reinen Alkohol pro Tag. Bei den Frauen beträgt dieser Wert nur rund die Hälfte, nämlich 8,7 Gramm².

Seit langem ist allerdings bekannt, dass Alkohol – in Mass getrunken – durchaus positive Effekte auf die Gesundheit haben kann. Viel entscheidender als die durchschnittliche Menge ist also der Anteil der Personen, die Alkohol in schädlichen Mengen zu sich nehmen. Dabei ist es schwierig, eine absolute Grenze zu ziehen. Die Forschung geht davon aus, dass die Grenze für eine Gefährdung der Gesundheit bei Frauen bei 20 Gramm, bei Männern bei 40 Gramm reinen Alkohols am Tag liegt. Ab 40 bzw. 60 Gramm am Tag spricht man von «starkem Trinken». Die Befragung zeigt, dass 6,8 Prozent der Männer und 4,7 Prozent der Frauen über der kritischen Schwelle liegen. Als starke Trinker sind 2,4 bzw. 0,4 Prozent einzustufen. Diese Resultate sind allerdings mit Vorsicht zu bewerten, da die Zahl der befragten Personen relativ gering ist. Allerdings zeigt ein Vergleich mit anderen Befragungen zu diesem Thema, dass die Resultate durchaus im Rahmen liegen. Es dürfen keine voreiligen Schlüsse gezogen werden. Alkoholismus ist ein sehr komplexes Phänomen, das neben der konsumierten Menge auch soziokulturelle Aspekte beinhaltet.

² 5dl Bier, 2,4 dl Wein oder 0,6dl Schnaps enthalten jeweils etwa 20 Gramm reinen Alkohol.

Auch bezüglich *illegaler Drogen*³ unterscheidet sich das Verhalten von Männern und Frauen. 13,4 Prozent der Männer gaben an, bereits einmal harte Drogen⁴ konsumiert zu haben, bei den Frauen beträgt der Anteil nur 5,7 Prozent. Der Konsum von *Haschisch und Gras* ist dagegen weiter verbreitet. Mehr als ein Drittel der Männer zwischen 15 und 64 Jahre haben es bereits konsumiert. Bei den Frauen sind es fast ein Viertel. Nachdem festgestellt wurde, dass sich Männer bezüglich des Konsums von Suchtmitteln weniger gesundheitsbewusst verhalten, soll darauf hingewiesen werden, dass sie sich immerhin häufiger *sportlich* betätigen. Nachhaltige positive Effekte auf die Gesundheit sind ab mindestens dreimaligem Körpertraining pro Woche zu erwarten. Fast die Hälfte der Frauen treiben nie Sport (d.h. betätigen sich so, dass sie ins Schwitzen geraten). Dieser Anteil beträgt bei den Männern nur knapp 30 Prozent. Sogar etwas höher ist der Anteil der Männer, die durchschnittlich dreimal oder öfter Sport treiben in der Woche, also ihre Gesundheit aktiv stabilisieren oder sogar verbessern.

Die *Ernährung* ist ein zentraler Baustein in einem ganzheitlichen Gesundheitskonzept. Dieses Wissen ist weit verbreitet. 73,7 Prozent der Männer und sogar 84,9 Prozent der Frauen geben an, bei ihrer Ernährung auf bestimmte Sachen zu achten. Mehr als 80 Prozent der Befragten essen täglich Gemüse (ohne Kartoffeln). Dies gilt für beide Geschlechter. Allerdings essen auch 21,0 Prozent der Männer täglich Fleisch oder Wurstwaren. Bei den Frauen beträgt dieser Anteil hingegen nur 7,0 Prozent. Auch bezüglich des Konsums von Früchten verhalten sich die Frauen vorbildlicher. Drei Viertel essen täglich Früchte (Männer: 60,0%). Männer neigen dagegen eher zu Fast Food, wie die nachfolgende Tabelle zeigt.

T4: Essgewohnheiten nach Geschlecht

	«An wievielen Tagen pro Woche essen Sie im allgemeinen...?»							
	Gemüse oder Salat (ohne Kartoffeln)		Früchte		Fleisch oder Wurstwaren		Fast Food	
	Frauen	Männer	Frauen	Männer	Frauen	Männer	Frauen	Männer
Keine Antwort	0.0%	0.5%	0.0%	0.0%	0.4%	0.5%	0.0%	2.0%
Nie	0.8%	0.5%	0.4%	1.5%	6.6%	2.9%	65.9%	49.8%
1 Tag pro Woche	0.0%	0.0%	2.3%	3.4%	18.2%	4.4%	8.1%	9.8%
2 Tage pro Woche	0.8%	1.0%	5.0%	5.4%	20.9%	18.5%	4.3%	6.8%
3 Tage pro Woche	3.1%	3.4%	4.7%	9.3%	22.5%	15.6%	3.1%	2.4%
4 Tage pro Woche	4.3%	4.9%	5.8%	8.3%	10.5%	17.6%	0.8%	2.0%
5 Tage pro Woche	2.3%	5.9%	3.1%	5.4%	7.0%	12.2%	0.8%	2.4%
6 Tage pro Woche	2.3%	2.4%	1.2%	2.4%	1.6%	4.9%	0.0%	0.0%
7 Tage pro Woche	86.0%	81.0%	75.6%	60.0%	7.0%	21.0%	0.4%	5.4%
Seltener	0.4%	0.5%	1.9%	4.4%	5.4%	2.4%	16.7%	19.5%

Quelle: Bundesamt für Statistik

³ Die Aussagekraft der Ergebnisse ist durch mehrere Faktoren eingeschränkt: 1. Drogenkonsumenten, die nicht mehr in ihrem Privathaushalt integriert sind, werden von einer telefonischen Befragung nicht erreicht; 2. Fragen zum Drogenkonsum wecken das Misstrauen und die Angst vor Strafverfolgung und werden häufig nicht wahrheitsgemäss beantwortet; 3. Die Zahlen der Befragung – insbesondere zu den harten Drogen – sind klein. Sie lassen sich darum kaum auf die Gesamtbevölkerung hochrechnen.

⁴ Opiate, Kokain, Halluzinogene, Amphetamine.

Glossar

Gesundheitsbefragungen gehören in den meisten Ländern Europas, Nordamerika, Australien und Japan zum anerkannten Instrumentarium der Gesundheitsstatistik. Die Schweiz folgt mit der Gesundheitsbefragung den Empfehlungen der Weltgesundheitsorganisation (WHO). Das Statistische Mehrjahresprogramm des Bundes sieht vor, die Befragung alle fünf Jahre durchzuführen. Die erste Erhebung wurde 1992, die zweite 1997 und die Dritte 2002 durchgeführt. Die letzte Datenerhebung dauerte während des ganzen Kalenderjahres 2002.

Die Befragung verfolgt mehrere Ziele. Zu den wichtigsten gehören:

- Analyse der gesundheitlichen Situation der ständigen Wohnbevölkerung
- Beobachtung von zeitlichen Veränderungen und Evaluation von (gesundheits-) politischen Massnahmen
- Schaffung einer Datenbank «Gesundheit» für die Schweizer Bevölkerung

Gemäss Definition umfasst der Begriff «Schweizerische Wohnbevölkerung» die Gesamtheit der ständig in der Schweiz wohnhaften Personen über 15 Jahre. Die Auswahl der Befragungsstichprobe erfolgt über das Telefonregister, wodurch die Stichprobe auf Privathaushalte mit einem Telefonanschluss begrenzt ist.

Die Befragung ist gemäss dem Leitbild des Bundesamts für Statistik auf der Ebene Grossregion repräsentativ. In der Stadt Zürich wurden 463 Personen (258 Frauen und 205 Männer) befragt. Aufgrund dieser relativ geringen Zahl sind detaillierte Auswertungen nach soziodemografischen Merkmalen wie Alters- oder Einkommensklassen nicht sinnvoll. Trotzdem bieten die Daten einen interessanten Einblick in Aspekte des Wohlbefindens und des Verhaltens gegenüber gesundheitsrelevanter Faktoren der Bewohnerinnen und Bewohner der Stadt Zürich. Rund 95 Prozent der Befragten geben an, dass ihnen ihre Gesundheit wichtig ist und ihr Leben beeinflusst.

9.7.2004 V

Auskunft: Simon Villiger, Telefon 01 250 48 10

Redaktion und Administration:

Statistik Stadt Zürich
Napfgasse 6, 8001 Zürich
E-Mail: statistik@stat.stzh.ch

Telefon 01 250 48 00
Telefax 01 250 48 29

Preis Fr. 5.–

ISSN 1660-6973