Altersmythos LXXII : vitale Frauen leben länger

Objekttyp: **Group**

Zeitschrift: **Intercura : eine Publikation des Geriatrischen Dienstes, des Stadtärztlichen Dienstes und der Psychiatrisch-Psychologischen Poliklinik der Stadt Zürich**

Band (Jahr): **- (2001-2002)**

Heft 73

PDF erstellt am: **25.05.2024**

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

Altersmythos LXXII

Vitale Frauen leben länger.

Wirklichkeit:

Vitale Frauen leben nicht nur länger, sondern werden auch weniger pflegebedürftig.

Begründung:

In einer amerikanischen Studie von 1.002 betagten Frauen (Durchschnittsalter 78.3 Jahre) mit Hilfsbedürftigkeit in mindestens einem von vier Bereichen (sich bewegen, Handfertigkeit, Haushaltfähigkeiten und Selbstpflege) wurde während drei Jahren das neue Auftreten von Behinderung und Tod beobachtet, verteilt auf die drei Gruppen:

- **317 Frauen mit Depression**
- **334 Frauen ohne Depression, aber nicht vital**
- **351 vitale Frauen (Gefühl, alles Wichtige meistern zu können, Glücksgefühl, keine Gefühle von Hilflosigkeit, Depression oder von Angst.**

♦ **Vitale Frauen zeigten innert drei Jahren ein signifikant niedrigeres Risiko**
- **für Mortalität (RR 0.56 CI 0.4 - 0.8)**
- **für Pflegebedürftigkeit (RR 0.81 CI 0.66 – 0.99)**
- **für Unfähigkeit, weiter als 400 m zu gehen (RR 0.73 CI 0.6 – 0.9)**
- **für Unfähigkeit, 5 kg zu heben (RR 0.77 CI 0.6 – 0.95)**

♦ **Ohne pflegebedürftig zu werden, überlebten 3 Jahre:**
40 % der vitalen-, 35 % der nicht vitalen-, nicht depressiven- und 27 % der depressiven betagten Frauen.

♦ **Innert 3 Jahren verstarben:**
11 % der vitalen-, 17 % der nicht vitalen-, nicht depressiven- und 27 % der depressiven Frauen.

Das heisst: Positive Emotionen schützen vor Sterben und zunehmender Behinderung auch im Vergleich zu Personen ohne depressive Störungen.

BWJ Penninx et al: Emotional vitality and adverse health outcomes, in J Am Geriatr Soc 48: 1359-66, 2000.