Zeitschrift: Horizonte : Schweizer Forschungsmagazin

Herausgeber: Schweizerischer Nationalfonds zur Förderung der Wissenschaftlichen Forschung

Band: - (1997)

Heft: 32

Artikel: Senioren fühlen sich heute besser

Autor: [s.n.]

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-550847

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 15.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Senioren fühlen sich heute besser

In grossangelegten Befragungen konnten sich 1979 und dann wieder 1994 Schweizer Betagte über ihren Gesundheitszustand äussern. Weil in beiden Jahren dieselbe Altersgruppe mit derselben Methode und unter derselben Leitung untersucht wurde, lassen sich die Ergebnisse direkt miteinander vergleichen: Seniorinnen und Senioren sind heute unabhängiger und fühlen sich besser als noch vor 15 Jahren.

Wie beurteilen Sie Ihren Gesundheitszustand? Diese Frage findet sich häufig in soziologischen Untersuchungen, und mit gutem Grund. Es ist nämlich statistisch erwiesen, dass Personen mit schlechter Selbsteinschätzung ein erhöhtes Todesfallrisiko haben, und zwar unabhängig vom objektiven medizinischen Befund. Eine positive Stimmung hingegen wirkt lebensverlängernd.

Die Beurteilung des eigenen Zustandes war 1979 – zusammen mit rund 300 anderen Fragen – Thema einer umfassenden Studie über die Gesundheit der Schweizer Bevölkerung über 65. «Damals führten wir unsere Interviews in zwei sehr unterschiedlichen Regionen durch», erinnert sich Prof. Christian Lalive d'Epinay vom Interfakultären Zentrum für Gerontologie der Universität Genf. «Tausend der von uns Befragten stammte aus der Stadt Genf, weitere tausend aus dem Mittelwallis.»

Fünfzehn Jahre danach ergab sich die Gelegenheit, im Rahmen des Nationalen Forschungsprogramms «Alter» (NFP32) eine solche Untersuchung unter den genau gleichen Voraussetzungen zu wiederholen. Zwei Teams von etwa 20 speziell geschulten Leuten sprachen wiederum in Genf und im Mittelwallis zur gleichen Jahreszeit (zwischen April und Juli) bei je 1000 zufällig Ausgewählten derselben Altersgruppe vor. Die Antworten zur Frage nach dem subjektiven Wohlbefinden wurden dabei durch Auskünfte über objektiv feststellbare Kriterien des Gesundheitszustandes ergänzt: Wie steht es mit somatischen Beschwerden? Körperlichen Behinderungen? Depressiven Symptomen?

Solche Doppelbefragungen unter identischen Bedingungen sind selten und gerade deshalb eine grosse Chance, um soziale Entwicklungen festzustellen. Im Fall der Gesundheitsstudie zeigten sich durchaus erfreuliche Resultate, wie Prof. Lalive d'Epinay festhält: «Im Verhältnis zur Gesamtbevölkerung gibt es heute weniger Betagte, die pflegebedürftig sind oder demnächst sein werden als vor 15 Jahren. Vor allem findet man 1994 weniger Personen, die ihren Gesundheitszustand als schlecht beurteilen. Das widerlegt Prognosen, wonach mit erhöhter Lebenserwartung auch ein massiver Anstieg von kranken und pflegebedürftigen Alten einhergehen werde. Im Gegenteil: Unsere Ergebnisse zeigen, dass *länger leben* nicht synonym für *schlechter leben* ist.»

In Genf ist zwischen 1979 und 1994 der Anteil der mehr als 65-jährigen an der Gesamtbevölkerung leicht von 13,2% auf 13,7% angestiegen. Allerdings gibt es inzwischen deut-

Course de l'Escalade

Die Genfer «Course de l'Escalade» ist der grösste Volkslauf der Schweiz mit rund 14000 Teilnehmenden im Dezember 1996. Seit seiner ersten Durchführung 1985 stieg der Anteil der Läuferinnen und Läufern über 60 Jahren stetig – von 0,97% auf 1,38%.

lich mehr Hochbetagte über 80: In der untersuchten Gruppe machten sie vor 15 Jahren noch 20% aus, jetzt sind es um die 30%. Im Mittelwallis liegt der Altersdurchschnitt zwar etwas unter jenem von Genf, doch die Zunahme der Hochbetagten fällt noch deutlicher aus – seit 1979 erfolgte hier eine Verdoppelung des Personenanteils über 80. Ein gesamtschweizerischer Vergleich aus den beiden letzten Volkszählungen zeigt: 1980 gab es in der Eidgenossenschaft 11% Seniorinnen und Senioren über 65, zehn Jahre später 12,7%.

Die aufgrund der regionalen Befragungen gewonnene Erkenntnis, dass der Anteil von Pflegebedürftigen unter der älteren Bevölkerung zurückgegangen ist, darf problemlos verallgemeinert werden: Ein Trend, der sich in so unterschiedlichen Gebieten wie im städtischen Genf und im ländlichen Mittelwallis zeigt, gilt ohne Zweifel für das ganze Land.

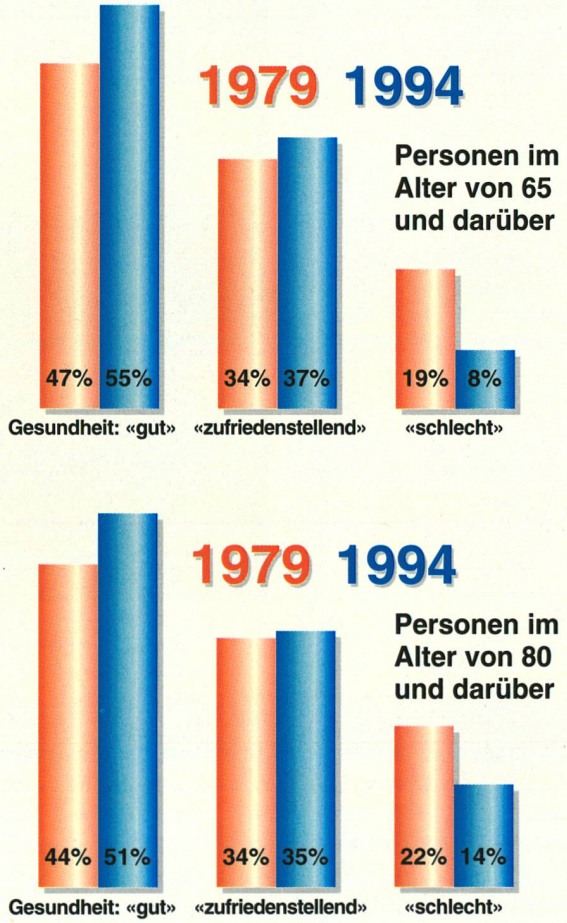
Gesellschaftlicher Wandel

«Ganz offensichtlich hat sich die gesellschaftliche Zusammensetzung der 1979 und 1994 untersuchten Altersgruppen verändert», erklärt Prof. Lalive d'Epinay. «Bei der ersten Befragung handelte es sich um eine Generation, die durch Arbeit in Landwirtschaft und Industrie geprägt war. Die Hälfte hatte ihr Leben als Handwerker oder kleine Selbständigerwerbende unter oft ungünstigen Bedingungen verdient, was nicht ohne Folgen für ihre Gesundheit blieb. Die Befragten von 1994 hingegen hatten die Entwicklung zur Dienstleistungsgesellschaft mitgemacht und körperlich weniger Strapazen erlitten.»

Die Soziologen nennen noch eine weitere Erklärung: die allgemeine Steigerung des Lebensstandards und des Bildungsniveaus. Während die Betagten von 1979 ihre Jugend und einen guten Teil ihres Erwachsenenlebens um die Jahrhundertwende und in der ersten Hälfte des 20. Jahrhunderts verbracht hatten, konnte die nachfolgende Generation, 1994 untersucht, wesentlich länger von den Fortschritten der Moderne profitieren: bessere Hygiene und Gesundheitsversorgung (Impfungen, wirksame Medikamente, Prävention), ausgewogenere Ernährung, höherer Komfort. Ausserdem ermöglicht die Medizintechnik inzwischen, dass Patientinnen und Patienten, die früher pflegebedürftig geblieben wären, heute ihre Unabhängigkeit bewahren. So erhält eine Hüftprothese mobil, eine Star-Operation rettet die Sehkraft, leistungsfähige Hörhilfen erlauben weiterhin den Kontakt mit der Umgebung.

Das Gefühl von Wohlbefinden bei Betagten gründet nicht zuletzt auch auf dem Bewusstsein, wenn nötig Pflegedienste im eigenen Heim (Spitex) beanspruchen zu können. Ein guter Teil der jetzt über 65-jährigen gehört zu den Eltern des «Babybooms» der Fünfzigerjahre. Das heisst, die meisten dieser Personen – jedenfalls in Genf – haben etliche Kinder und Grosskinder, während solche ohne Anhang weniger zahlreich sind. Gerade wer allein in einer Wohnung lebt, schätzt die Besuche und Anrufe von Angehörigen sehr. Zusammen mit dem Gefühl, in eine nachbarschaftliche Gemeinschaft integriert zu sein, führt diese Gewissheit des Verbundenseins zu einer erhöhten Lebensqualität und dadurch zu einer positiveren Einschätzung des Gesundheitszustandes.

Mehr Sport, weniger Qualm

Für die beobachteten Veränderungen macht Prof. Lalive d'Epinay auch einen Wandel im Lebensstil mitverantwortlich: «Etwa die Hälfte aller Rentnerinnen und Rentner übt heute eine regelmässige sportliche Tätigkeit aus – das Spazierengehen nicht gerechnet. Bei der Altersgruppe 75 bis 84 von 1994 hat es mehr Aktive als bei den 65- bis 74-Jährigen der Umfrage 1979. Markant erscheint vor allem die bessere Beteiligung bei den Frauen. Ausserdem ist die Zahl der Raucher in diesen 15 Jahren zurückgegangen: von einem Drittel auf einen Fünftel. Freilich gibt es hier bei den Frauen eine gegenläufige Tendenz zu verzeichnen, doch bleibt der Anteil der Raucherinnen mit weniger als 10% verhältnismässig gering.»

Personen im Alter ab 65 hatten eine Einschätzung ihres Gesundheitszustandes zu geben. Ein Vergleich der Antworten von 1979 und 1994 zeigt deutlich, wie sich die Stimmung in diesen 15 Jahren positiv entwickelt hat.