

Gesundheitsdepartement
des Kantons St.Gallen



Gesundheit im Kanton St. Gallen

Ergebnisse aus der Schweizerischen
Gesundheitsbefragung 2002

Schwerpunkte

Inhalt

Das Wichtigste in Kürze	4
Einschätzung der eigenen Gesundheit	6
Bedeutung der Gesundheit	7
Körperliche Beschwerden	8
Psychische Gesundheit und psychische Beschwerden	9
Genuss- und Suchtmittelkonsum	10
Bewusste und gesunde Ernährung	12
Körperliche Aktivität	13
Gesundheitsrisiken	14
Lebensumstände	16
Arbeit und Erwerbstätigkeit	17
Alter und Altern	18
Steckbrief Schweizerische Gesundheitsbefragung	19

Websites zur Gesundheit:

www.sg.ch/gesundheit.html
www.bag.admin.ch
www.gesundheitsfoerderung.ch
www.obsan.ch
www.who.int

Weitere Informationen zu den kantonalen Daten:

Bundesamt für Statistik (BFS), Schweizerische Gesundheitsbefragung 2002,
Standardtabellen Kantone – www.statistik.admin.ch

Herausgegeben von:

Gesundheitsdepartement des Kantons St. Gallen in Zusammenarbeit
mit dem Schweizerischen Gesundheitsobservatorium, BFS, Neuenburg

Kantonale Datenauswertung und Redaktion:

Lisanne und Stephan Christen, Uetikon am See

Visuelle Gestaltung: Ritz & Häfliger, Basel

Vorwort



Die Schweizerische Gesundheitsbefragung ist längstens zu einem wichtigen Arbeitsinstrument geworden. Neben verschiedenen Datenquellen im Bereich der Gesundheitsversorgung liefert sie alle fünf Jahre wichtige Anhaltspunkte für die Gesundheitsförderung und Prävention.

Für die Erhebung 2002 wurde erstmals die Zahl der befragten Personen im Kanton so weit erhöht, dass die Auswertung auch für unseren Kanton verlässliche Zahlen liefert. Einige dieser wichtigen Ergebnisse werden in dieser Broschüre kurz und verständlich dargestellt.

Wie präsentieren sich nun die Daten der St. Galler und St. Gallerinnen konkret? Gesamthaft gesehen eigentlich recht gut. Die überwiegende Mehrheit fühlt sich gesund oder sogar sehr gesund – körperlich wie psychisch. Hier liegen wir sehr gut im schweizerischen Durchschnitt. Eigentlich ein erfreuliches Resultat, das beim vielen Klagen über die Gesundheitskosten gerne vergessen wird. Ein andauerndes gesundheitspolitisches Sorgenkind ist der Genuss- und Suchtmittelkonsum, obwohl wir in diesem Bereich besser als der schweizerische Durchschnitt abschneiden.

Wir ernähren uns zwar gut, aber offenbar auch gern – hier könnten Verbesserungen angestrebt werden. Obwohl manche Datenunterschiede relativ klein scheinen, so können sie doch deutliche Hinweise für zukünftige Schwerpunkte der Prävention geben.

Ich hoffe, dass diese Broschüre eine weite Verbreitung finden wird. Die Daten sind übersichtlich dargestellt und geben interessante Auskünfte. Es versteht sich von selbst, dass die Ergebnisse im Gesundheitsdepartement sorgfältig analysiert und in die Planung der st. gallischen Gesundheitspolitik einfließen werden.

Ich wünsche Ihnen, liebe Leserin, lieber Leser spannende Minuten oder vielleicht sogar Stunden bei der Lektüre.

A handwritten signature in black ink that reads "H. Hanselmann". The signature is fluid and cursive.

Regierungsrätin Heidi Hanselmann,
Vorsteherin des Gesundheitsdepartementes

Das Wichtigste in Kürze

Gezielte Prävention und Gesundheitsförderung sind nur möglich, wenn der Gesundheitszustand unserer Bevölkerung bekannt ist. Die Schweizerische Gesundheitsbefragung ist dafür ein wichtiges Instrument. Sie wird alle fünf Jahre vom Bundesamt für Statistik durchgeführt und informiert über die Gesundheit von Menschen, die mindestens 15 Jahre alt sind und zuhause leben. Menschen, die in einer Institution, etwa einem Heim leben, werden nicht befragt. Die vorliegende Broschüre fasst die Schweizerische Gesundheitsbefragung 2002 aus dem Blickwinkel des Kantons St. Gallen zusammen. Sie wurde durch das Schweizerische Gesundheitsobservatorium im Auftrag des Kantons erstellt.

Sich gesund fühlen: Für neun von zehn Männern und Frauen im Kanton St. Gallen ist die Gesundheit ein wichtiges Thema. 85% der Kantonsbevölkerung fühlen sich gesund oder sehr gesund. Der Anteil der Kantonsbevölkerung mit einem subjektiv guten Gesundheitsbefinden ist hoch und entspricht dem Bevölkerungsanteil mit guter oder sehr guter subjektiver Gesundheit in der ganzen Schweiz.

Körperliche Beschwerden: 41% der Bevölkerung im Kanton St. Gallen sind fast oder völlig frei von körperlichen Beschwerden. Anders als in der gesamten Schweizer Bevölkerung besteht kein eindeutiger Zusammenhang zwischen dem Alter und der Auftretenshäufigkeit von gesundheitlichen Problemen wie Schwächegefühlen, Schlafstörungen, Kopf- oder Rückenschmerzen. Somit ist der Anteil der St. Gallerinnen und St. Galler, die nie oder selten an solchen gesundheitlichen Problemen leiden, über die Lebensalter ungefähr gleich gross. Mehr Frauen als Männer leiden unter Rückenschmerzen, Kopfschmerzen oder Schlafproblemen.

Psychisches Befinden: Je älter die St. Gallerinnen und St. Galler sind, desto grösser ist der Anteil derer, die sich psychisch sehr ausgeglichen fühlen. Dennoch leidet ein Drittel der Kantonsbevölkerung an leichten psychischen Beschwerden wie häufig wiederkehrende Gefühle der Unausgeglichenheit, Nervosität oder Verstimmung.

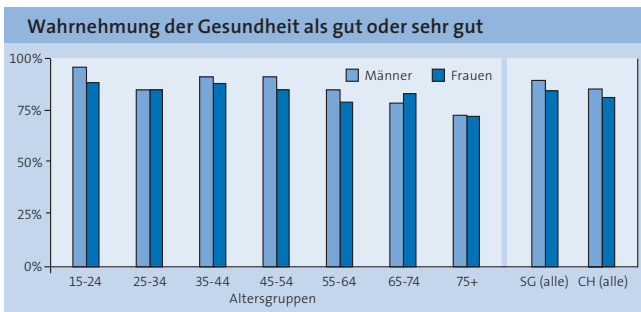
Konsum von Genuss- und Suchtmitteln: Drei von zehn befragten St. Gallerinnen und St. Gallern rauchen, wobei der Anteil rauchender Männer aller Altersklassen grösser ist als der Anteil rauchender Frauen. Alkohol wird täglich von 12% der Bevölkerung konsumiert. Einmal oder mehrmals wöchentlich nehmen weitere 40% alkoholische Getränke zu sich. Damit liegt St. Gallen im Deutschschweizer Durchschnitt. Hingegen haben 14% der St. Galler Bevölkerung schon einmal im Leben Cannabis konsumiert; dies liegt unter dem Durchschnitt der Deutschweizer Bevölkerung (19%).

Ernährung, Bewegung und Gesundheitsrisiken: 71% der St. Galler Bevölkerung achten bewusst auf eine gesunde Ernährung. Zwei Drittel sind zudem mindestens ein Mal in der Woche in der Freizeit körperlich aktiv. Es leidet aber ein Drittel der über 55-Jährigen an Bluthochdruck und 36% der Kantonsbevölkerung haben Übergewicht. In Bezug auf den Body Mass Index entsprechen die Daten der Kantonsbevölkerung jenen aus der Schweiz.

Arbeit und Erwerbstätigkeit: Je zufriedener die erwerbstätige Bevölkerung im Kanton St. Gallen mit ihrer Arbeit ist, desto kleiner ist der Anteil an Menschen mit leichten psychischen Beschwerden und desto mehr St. Gallerinnen und St. Galler sind körperlich beschwerdefrei.

Einschätzung der eigenen Gesundheit

Gesundheit ist mehr als Abwesenheit von Krankheit. Sich gesund fühlen kann vieles bedeuten, etwa sich leistungsfähig, im Gleichgewicht, sozial gut aufgehoben fühlen – unabhängig davon, ob man unter gesundheitlichen Störungen oder Beeinträchtigungen leidet. Viele Faktoren beeinflussen die Beurteilung, wie man sich gesundheitlich fühlt. So bewerten Männer ihren Gesundheitszustand auf anderen Grundlagen als Frauen und alte Menschen anders als junge. Viele alte Menschen haben sich über die Jahre an Gebrechen oder Einschränkungen gewöhnt und messen Beschwerden weniger Bedeutung zu als Menschen in jüngerem Alter. Die Selbstbeurteilung ist daher ein wichtiger Anhaltspunkt für das gesundheitliche Wohlbefinden der Bevölkerung.



84% der Frauen und 89% der Männer im Kanton St. Gallen beurteilen ihre Gesundheit als gut oder sehr gut, also insgesamt 86% – genau wie in der ganzen Schweiz.

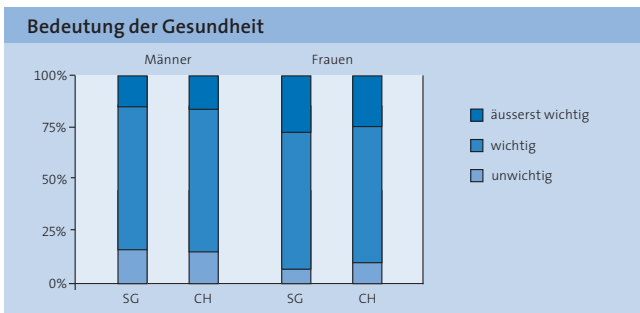
Der Anteil der St. Gallerinnen und St. Galler, die ihre Gesundheit als gut oder sehr gut einschätzen, nimmt mit zunehmendem Alter tendenziell ab.

Je besser die Schulbildung, desto besser beurteilen die St. Galler ihre Gesundheit¹: 83% der Kantonsbevölkerung mit ausschliesslich obligatorischer Schule, aber 88% der Personen mit höherer Schulbildung schätzen ihre Gesundheit als gut oder sehr gut ein.

¹ Höhere Schulbildung: Sekundarstufe II (allgemeine Ausbildung, Berufsausbildung) und Tertiärstufe (höhere Berufsausbildung, Hochschulen).

Bedeutung der Gesundheit

Im Bewusstsein für die eigene Gesundheit spiegelt sich die Beziehung zu sich selbst, zum eigenen Körper und zur eigenen Psyche wider. Das Gesundheitsbewusstsein beeinflusst das Gesundheitsverhalten. Wie wichtig jemandem die eigene Gesundheit ist, sagt aber nichts über den Gesundheitszustand aus. Vielmehr ist dies ein Hinweis darauf, welche Aufmerksamkeit den Lebensgewohnheiten und der Vorbeugung oder Behandlung von Krankheiten zukommt.

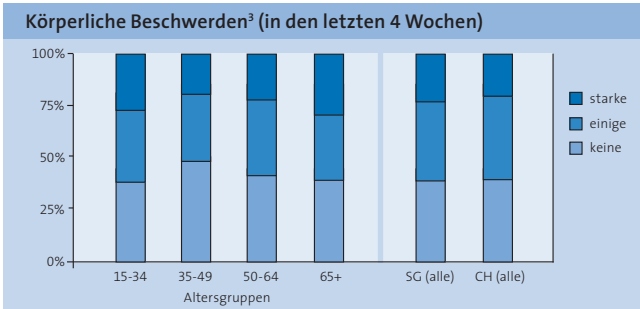


Bei 69% der männlichen und 67% der weiblichen Kantonsbevölkerung beeinflussen Gedanken an die Gesundheit den Lebensstil. Bei weiteren 16% der Männer bzw. 27% der Frauen bestimmen die Gedanken an die Gesundheit sogar den Lebensstil². Im Vergleich zur ganzen Schweiz finden vor allem die Frauen im Kanton St. Gallen die Gesundheit derart wichtig. Für 91% der Kantonsbevölkerung mit höherer Schulbildung und 85% der Kantonsbevölkerung mit ausschliesslich obligatorischer Schule beeinflussen oder bestimmen Gedanken an die Gesundheit den Lebensstil.

² Die Antwortvorgaben im Fragebogen und ihre Umsetzung in Grafik und Text: «ich lebe, ohne mich um mögliche Folgen für meine Gesundheit zu kümmern» = unwichtig; «Gedanken an die Gesundheit beeinflussen meinen Lebensstil» = wichtig; «Gedanken an die Gesundheit bestimmen weitgehend, wie ich lebe» = äusserst wichtig.

Körperliche Beschwerden

Wenn Menschen über Gesundheit oder Krankheit sprechen, dann meinen sie oft ganz verschiedene Dinge. Obwohl viele Menschen körperliche Beschwerden³ haben, fühlen sie sich häufig gesund.



41% der St. Galler Bevölkerung hatten in den vier Wochen vor Befragung keine oder kaum Beschwerden (Schweiz: ebenfalls 41%). 47% der Männer und 35% der Frauen bezeichneten sich als fast oder ganz beschwerdefrei. Mit steigendem Alter nimmt die Zahl der St. Gallerinnen und St. Galler mit starken körperlichen Beschwerden zu.

Rücken-, Kopfschmerzen oder Schlafprobleme (in den letzten 4 Wochen)

	Kanton St. Gallen				Schweiz			
	Frauen		Männer		Frauen		Männer	
	ein bisschen	stark	ein bisschen	stark	ein bisschen	stark	ein bisschen	stark
Rücken-/Kreuzschmerzen	32%	12%	24%	10%	34%	13%	30%	8%
Kopfschmerzen	34%	10%	26%	7%	32%	10%	24%	5%
Schlafprobleme	27%	8%	20%	5%	29%	9%	23%	5%

Unter Rückenschmerzen, Kopfschmerzen oder Schlafproblemen leiden mehr Frauen als Männer – im Kanton St. Gallen ebenso wie in der ganzen Schweiz.

³ Gefragt wurde, ob eine Person überhaupt nicht (1 Punkt), ein bisschen (2 Punkte) oder stark (3 Punkte) an Rückenschmerzen, Schwäche, Bauchschmerzen und weiteren 5 Beschwerden litt. Die Punkte wurden zusammengezählt. Als «keine oder kaum Beschwerden» gelten 8–9 Punkte, als «einige Beschwerden» 10–11 Punkte, als «starke Beschwerden» 12 und mehr Punkte.

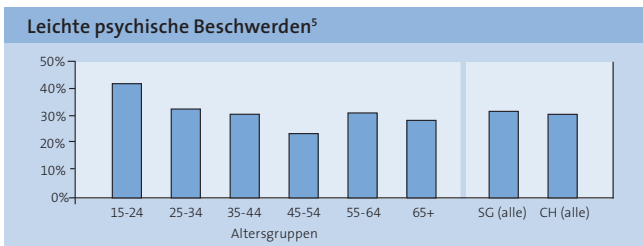
Psychische Gesundheit und psychische Beschwerden

Psychische Gesundheit zeichnet sich aus durch Wohlbefinden, Selbstbewusstsein, Fähigkeit zur Teilnahme am Leben in der Gesellschaft. Leichtere psychische Störungen werden oft verschwiegen oder übersehen. Schwerere machen sich dagegen bemerkbar, beispielsweise als Verhaltensauffälligkeit, durch Alkohol- oder Drogenmissbrauch.

Niedrige, mittlere und hohe psychische Ausgeglichenheit ⁴						
	Kanton St. Gallen			Schweiz		
	niedrig	mittel	hoch	niedrig	mittel	hoch
15-34	31%	28%	41%	27%	30%	44%
35-49	19%	24%	57%	22%	24%	54%
50-64	14%	21%	65%	17%	20%	63%
65+	(14%)	19%	68%	13%	21%	67%
alle	22%	24%	54%	21%	24%	55%

Prozente in Klammern haben eine eingeschränkte Aussagekraft (weniger als 30 Antwortende)

55% der St. Gallerinnen und 54% der St. Galler beschreiben sich als psychisch ausgeglichen (Schweiz: 54% der Frauen und 56% der Männer). Diese Ausgeglichenheit steigt mit zunehmendem Alter.



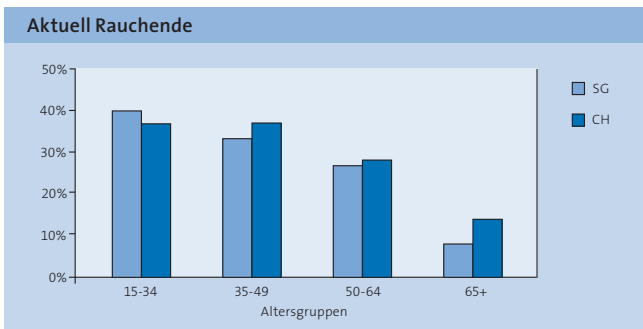
32% der Kantonsbevölkerung leiden an leichten psychischen Beschwerden (Schweiz: 31%). In Behandlung wegen eines psychischen Problems sind 3% der Bevölkerung im Kanton St. Gallen (Schweiz: 5%).

⁴ Der Einteilung in niedrige, mittlere und hohe psychische Ausgeglichenheit liegt die Frage zugrunde, an wie vielen Tagen der vergangenen Woche man verstimmt, ausgeglichen/gelassen, nervös/gereizt und/oder voll Energie war.

⁵ Leichte psychische Beschwerden: Gefühle des Pessimismus und der Energielosigkeit, der Niedergeschlagenheit und der Verstimmung sowie Ein- und Durchschlafstörungen innerhalb eines Monats an mindestens 3 bis 4 Tagen pro Woche (nach: Rüesch, Manzoni, Psychische Gesundheit in der Schweiz, Edition Obsan 2003, Seite 15).

Genuss- und Suchtmittelkonsum

Bereits im Kindes- und Jugendalter werden die Weichen für späteren Umgang mit Nikotin, Alkohol und anderen psychoaktiven Substanzen gestellt. Diese Substanzen können abhängig machen und die Gesundheit schädigen. Abhängigkeit erzeugen auch viele ärztlich verschriebene Medikamente, vor allem Mittel gegen Schlafstörungen und zur Beruhigung.

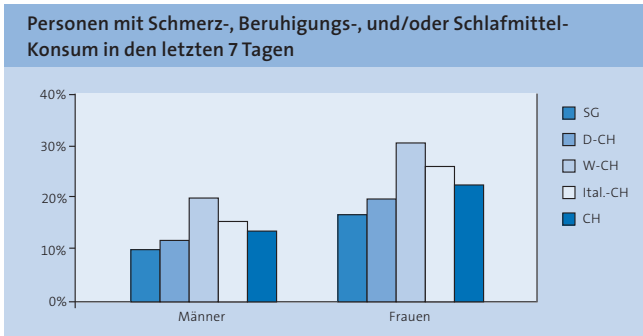


Im Kanton St. Gallen sind 30% aktuell und 18% der Bevölkerung ehemals Rauchende (Schweiz: 31% aktuell, 20% ehemals Rauchende). In allen Altersgruppen ist der Anteil rauchender Männer grösser als der Anteil rauchender Frauen. Ab dem 65. Lebensjahr ist die Zahl der rauchenden Männer und Frauen viel zu klein für eine zuverlässige Aussage. Die kantonalen Daten zeigen aber denselben Trend zu sinkendem Nikotinkonsum mit zunehmendem Alter wie die Daten aus der ganzen Schweiz.

Alkoholkonsum – Bevölkerungsanteile nach Konsumhäufigkeit				
	täglich	wöchentlich	seltener	nie
15-34	3%	45%	23%	29%
35-49	12%	43%	26%	20%
50-64	24%	36%	23%	17%
65+	20%	28%	23%	29%
alle SG	12%	40%	24%	24%
Schweiz	16%	39%	22%	23%

täglich = einmal oder mehrmals täglich; wöchentlich = einmal oder mehrmals in der Woche, aber nicht täglich; * Antworten von 0–10 Personen

Im Kanton St. Gallen konsumieren 12% der Bevölkerung Alkohol täglich und 40% wöchentlich. 24% trinken dagegen gar keinen Alkohol. Die Angaben sind sehr unterschiedlich in den Sprachregionen: Täglichen Alkoholkonsum geben 27% in der Italienischen, 21% in der Französischen und 14% in der Deutschschweiz an.

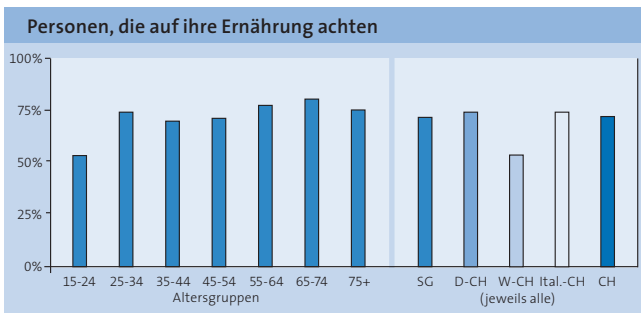


Im Kanton St. Gallen nehmen 2% der Bevölkerung Beruhigungsmittel, 3% Schlafmittel und 11% Schmerzmittel. Mehr Frauen als Männer benützen diese Medikamente. Die St. Galler Bevölkerung liegt damit etwas unter dem Deutschschweizer Durchschnitt.

Im Kanton St. Gallen haben 14% der Bevölkerung von 15 bis 64 Jahren mindestens einmal im Leben Cannabis konsumiert (Schweiz: 20%). Mehr Männer als Frauen und mehr Personen in der Stadt als auf dem Land haben Cannabis-Produkte ausprobiert. Die Unterschiede zwischen den Sprachregionen sind gross: 22% der Bevölkerung in der Französischen, 10% in der Italienischen und 19% in der Deutschschweiz haben Erfahrung mit Cannabis.

Bewusste und gesunde Ernährung

Ernährung ist Lebensgrundlage, Kultur und häufig Kult. Nicht der Mangel an Nahrung, sondern was und wie viel wir essen und trinken, beeinflusst unsere Gesundheit. In der Schweiz sind ernährungsbedingte Krankheiten wie Zuckerkrankheit (Diabetes mellitus) oder Fettleibigkeit (Adipositas) immer stärker verbreitet. Dabei gehören Ernährung und Ernährungsgewohnheiten zu den Risikofaktoren, die individuell beeinflussbar sind.



Im Kanton St. Gallen achten 71% der Bevölkerung auf die Ernährung (ganze Schweiz: 69%, deutsche Schweiz: 74%). 77% der Frauen und 64% der Männer in Kanton ernähren sich bewusst. Dabei ist das Ernährungsbewusstsein bei der Kantonsbevölkerung mit höherer Schulbildung (73%) stärker ausgeprägt als bei der Kantonsbevölkerung mit nur obligatorischer Schule (66%).

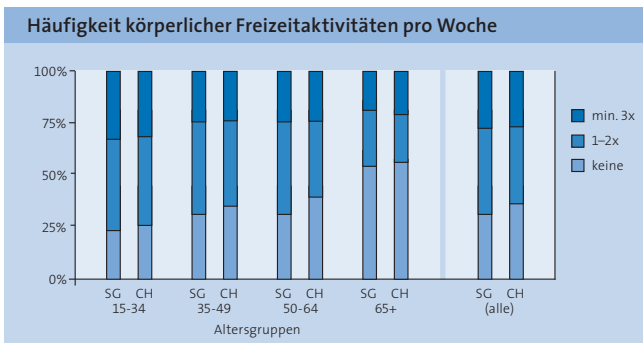
Wie man sich im Kanton St. Gallen ernährt – Bevölkerungsanteile nach Konsumhäufigkeit pro Woche

	selten, nie	1–2 d/w	3–4 d/w	5–6 d/w	täglich
Fleisch oder Wurstwaren	3%	19%	37%	17%	24%
Fisch	49%	49%	(2%)	*	*
Gemüse oder Salat	*	3%	6%	8%	83%
Früchte	4%	10%	13%	6%	68%
Milch (ohne Milch für Kaffee/Tee)	50%	8%	6%	(2%)	35%
Milchprodukte (z.B. Käse, Joghurt)	4%	11%	20%	10%	56%
Fastfood	82%	14%	(2%)	(1%)	*

* Antworten von 0–10 Personen; Prozente in Klammern haben eingeschränkte Aussagekraft (weniger als 30 Antwortende); d/w = Tage in der Woche

Körperliche Aktivität

Körperliche Bewegung ist neben der Ernährung eine besonders wirksame Möglichkeit, etwas für die eigene Gesundheit zu tun: Regelmässige Aktivität senkt nachweislich die Blutfettwerte, den Blutdruck und die Blutgerinnungsneigung. Körperlich aktive Menschen haben auch ohne Idealgewicht eine geringere Sterblichkeit für alle Todesursachen als körperlich Inaktive.



69% der St. Galler Frauen und Männer sind zufrieden mit ihrer körperlichen Freizeitaktivität. Dennoch: 35% der Frauen und 29% der Männer, insgesamt 32% der Bevölkerung im Kanton St. Gallen, betätigen sich überhaupt nicht körperlich in ihrer Freizeit. In der ganzen Schweiz sind 37% der Bevölkerung körperlich in der Freizeit inaktiv.

Je älter die Menschen im Kanton St. Gallen sind, desto grösser ist der Anteil derer, die sich in der Freizeit nicht bewegen und desto kleiner ist der Anteil an körperlich mindestens einmal pro Woche Aktiven. Dieses Bild zeigt sich auch für die Bevölkerung der ganzen Schweiz. 22% der 15- bis 34-jährigen Kantonsbevölkerung (Schweiz: 25%) sind körperlich in der Freizeit inaktiv. Bis zum 64. Lebensjahr ist jedoch die Mehrheit der Kantonsbevölkerung körperlich mindestens einmal pro Woche aktiv; ab dem 65. Lebensjahr ist es die Minderheit (Kanton St. Gallen: 45%, Schweiz: 44%).

Gesundheitsrisiken

Eine gesunde Lebensweise kann dazu beitragen, dass manche Gesundheitsstörung gar nicht erst entsteht. Gesunde Ernährung, Bewegung, Verzicht auf Rauchen und übermässigen Alkoholkonsum, Schutz der Augen und der Haut vor Sonnenlicht tragen dazu bei.

Personen mit Bluthochdruck und zu hohem Cholesterin (Ja-Antworten)				
	Kanton St. Gallen		Schweiz	
	Männer	Frauen	Männer	Frauen
Haben eine Ärztin, ein Arzt oder medizinisches Personal schon einmal Bluthochdruck festgestellt?	16%	25%	21%	21%
Ist Ihr Blutdruck jetzt im Moment zu hoch? (nur Personen ab 55. Lebensjahr)	25%	38%	31%	34%
Haben eine Ärztin, ein Arzt oder medizinisches Personal schon einmal zu hohes Cholesterin festgestellt?	15%	14%	17%	13%
Ist Ihr Cholesterin jetzt im Moment zu hoch? (nur Personen ab 55. Lebensjahr)	(17%)	16%	19%	16%

Prozente in Klammern haben eine eingeschränkte Aussagekraft (weniger als 30 Antwortende)

Bluthochdruck und zu hoher Cholesterinspiegel treten gehäuft ab dem 55. Lebensjahr auf. Anders als in der Schweizer Bevölkerung weisen deutlich mehr Männer als Frauen im Kanton Bluthochdruck auf. 17% der St. Gallerinnen und St. Galler haben einen zu hohem Cholesterinspiegel, was dem schweizerischen Durchschnitt entspricht.

Körpergewicht

Der Body Mass Index (BMI) zeigt, ob das Körpergewicht im Verhältnis zur Körpergrösse normal ist oder ob ein gesundheitliches Risiko vorliegt.

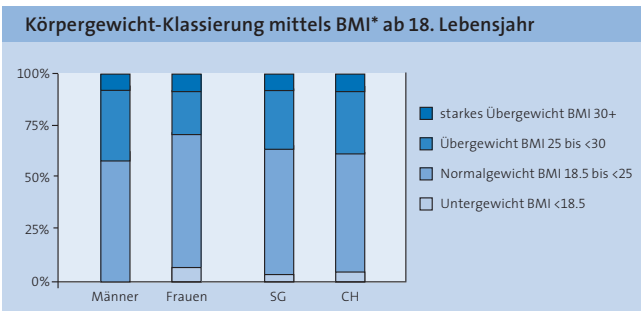
Körpergewicht in Kilogramm

Körpergrösse in Metern x Körpergrösse in Metern

Beispiel: Körpergewicht = 80 kg, Körpergrösse = 1.72 m, BMI = $80 / (1.72 \times 1.72) = 27$

Für Personen ab 18 Jahre gilt:

BMI unter 18.5:	Untergewicht
BMI zwischen 18.5 und 25:	Normalgewicht
BMI zwischen 25 und 30:	Übergewicht
BMI über 30:	Fettleibigkeit (Adipositas)



* Body Mass Index

In Bezug auf den BMI entsprechen die Daten der Kantonsbevölkerung jenen aus der ganzen Schweiz: 36% der Kantonsbevölkerung sind übergewichtig. Mehr Männer als Frauen leiden an Übergewicht; Fettleibigkeit kommt bei beiden Geschlechtern ungefähr gleich häufig vor. Über Untergewicht bei Frauen und insbesondere Männern lassen sich wegen der kleinen Anzahl Betroffener keine zuverlässigen Aussagen machen.

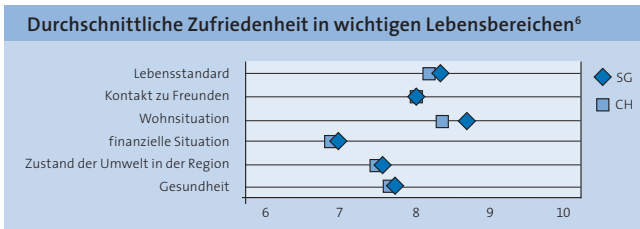
Personen, die sich vor Sonnenstrahlung schützen

	Kanton St. Gallen		Schweiz	
	Männer	Frauen	Männer	Frauen
Schutz vor Sonnenstrahlung (-34)	85%	91%	82%	90%
Schutz vor Sonnenstrahlung (35+)	76%	86%	72%	86%
Schutz vor Sonnenstrahlung (alle)	83%	89%	79%	88%

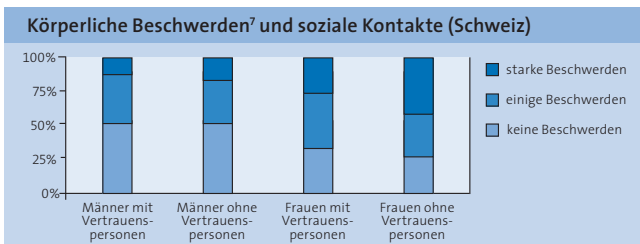
86% der St. Gallerinnen und St. Galler schützen sich vor Sonnenstrahlung (Schweiz: 84%). Vor allem Männer vernachlässigen den wichtigen Sonnenschutz ihrer Haut.

Lebensumstände

Gesundheit ist nicht einfach eine Frage der Vererbung, der medizinischen Versorgung, des Alters oder des Geschlechts. Eine wichtige Rolle spielen unter anderem auch der Lebensstandard, die soziale Situation oder Umweltfaktoren.



Die grösste Zufriedenheit⁶ äussert die Bevölkerung im Kanton St. Gallen über die Kontakte mit Freunden und den Lebensstandard insgesamt; weniger zufrieden ist man mit der finanziellen Situation und insbesondere mit dem Zustand der Umwelt in der Region.



Der Zusammenhang zwischen der körperlichen Gesundheit⁷ und dem persönlichen sozialen Netz lässt sich nur für die ganze Schweiz zeigen. Im Kanton St. Gallen ist die Anzahl der Befragten ohne jede Vertrauensperson zu klein für eine gültige Aussage. Der Einfluss des sozialen Netzes ist bei Männern geringer als bei Frauen: Die Hälfte aller Schweizer Männer – mit oder ohne Vertrauenspersonen – hat keine oder kaum körperliche Beschwerden. Aber 31% der Frauen mit, und nur 25% ohne Vertrauenspersonen haben keine oder kaum körperliche Beschwerden.

⁶ Zur Einschätzung der Lebensbereiche diente eine Skala von 0 (schlechteste Note) bis 10 (beste Note).

⁷ Die Beschreibung von «keine oder kaum», «einigen» und «starken» körperlichen Beschwerden befindet sich in Fussnote 3 auf Seite 8.

Arbeit und Erwerbstätigkeit

Die Arbeit hat in der industrialisierten Welt einen hohen Stellenwert. Erwerbstätigkeit dient dem Lebensunterhalt, fördert soziale Beziehungen und schafft gesellschaftliche Anerkennung. Arbeit kann aber auch eine Ursache von gesundheitlichen Belastungen sein. Ein drohender oder erfolgter Verlust des Arbeitsplatzes erzeugt Stress und gilt als Risiko für die körperliche und seelische Gesundheit.

Zufriedenheit mit der Arbeit und leichte psychische Probleme bzw. körperliche Beschwerden (15- bis 64-Jährige)⁸			
Zufriedenheit mit der Arbeit insgesamt		SG	CH
sehr zufrieden	mind. 1 leichtes psych. Problem	26%	24%
	kein leichtes psych. Problem	74%	76%
zufrieden	mind. 1 leichtes psych. Problem	35%	33%
	kein leichtes psych. Problem	65%	67%
nicht zufrieden	mind. 1 leichtes psych. Problem	(46%)	45%
	kein leichtes psych. Problem	54%	55%
sehr zufrieden	keine/kaum Beschwerden	43%	49%
	einige Beschwerden	40%	36%
	starke Beschwerden	17%	15%
zufrieden	keine/kaum Beschwerden	39%	39%
	einige Beschwerden	35%	38%
	starke Beschwerden	27%	23%
nicht zufrieden	keine/kaum Beschwerden	(23%)	33%
	einige Beschwerden	(44%)	38%
	starke Beschwerden	(33%)	30%

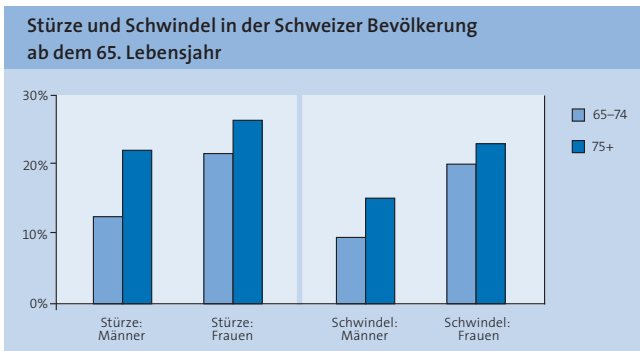
Prozente in Klammern haben eine eingeschränkte Aussagekraft (weniger als 30 Antwortende)

Je zufriedener die Bevölkerung im Kanton St. Gallen mit der Arbeit ist, desto kleiner ist der Anteil an Personen mit leichten psychischen Beschwerden (wie z.B. Müdigkeit, Energielosigkeit oder Nervosität) und desto kleiner ist auch der Anteil an Personen mit starken körperlichen Beschwerden (d.h. häufigen Kopf- oder Rückenschmerzen, Schwächegefühlen und anderes). Für die ganze Schweiz gilt: Je zufriedener sie mit der Arbeit sind, desto weniger Menschen leiden an körperlichen Beschwerden.

⁸ Die Beschreibung von «keine oder kaum», «einigen» und «starken» körperlichen Beschwerden befindet sich in Fussnote 3 auf Seite 8; die Beschreibung von leichten psychischen Beschwerden in Fussnote 5 auf Seite 9.

Alter und Altern

Das Altern geht mit Veränderungen in den Körperorganen und ihrer Funktionsfähigkeit einher. Häufig leiden alte Menschen an mehreren Krankheiten und nehmen viele Medikamente gleichzeitig. Chronische rheumatische und depressive Erkrankungen nehmen mit fortschreitendem Alter zu. Stürze können unter anderem die Folge von längeren motorischen Reaktionszeiten sein, von Einbusen im Gleichgewichtssinn oder von Medikamenten, die das Gleichgewicht beeinträchtigen. Sturzunfälle führen häufig zum Verlust von Eigenständigkeit und Lebensqualität.



Fragen zur Behinderung im Alter lassen sich nur für die ganze Schweiz beantworten, weil im Kanton St. Gallen mit der Schweizerischen Gesundheitsbefragung zu wenige ältere behinderte Menschen in Privathaushalten erfasst werden können.

Schwindel und insbesondere Stürze nehmen mit dem Alter zu. Mehr Frauen als Männer sind von diesen gesundheitlichen Risiken betroffen.

Steckbrief

Schweizerische Gesundheitsbefragung

Datenproduzent/in	Bundesamt für Statistik BFS, Sektion Gesundheit, Neuchâtel.
Rechtsgrundlage	Bundesstatistikgesetz, Verordnung über die Durchführung von statistischen Erhebungen des Bundes.
Erhebungszweck	<p>Die Schweizerische Gesundheitsbefragung (SGB) liefert Informationen über den Gesundheitszustand der Bevölkerung und dessen Bestimmungsfaktoren, über Krankheitsfolgen, über die Inanspruchnahme des Gesundheitswesens und über die Versicherungsverhältnisse der Schweizer Wohnbevölkerung.</p> <p>Die periodische Wiederholung der SGB ermöglicht die Beobachtung von zeitlichen Veränderungen in diesen Themenbereichen und erlaubt, gesundheitspolitische Massnahmen auf ihre Auswirkungen hin zu überprüfen.</p>
Befragte	Repräsentative Zufallsstichprobe von Personen ab 15 Jahren in privaten Haushalten mit Telefonanschluss.
Stichprobe	<p>Die Auswahl der Befragten erfolgte in zwei Schritten: 1. Regionale, nach Kantonen geschichtete Stichprobe von Privathaushalten (Übergewichtung bevölkerungsarmer und Untergewichtung bevölkerungsreicher Regionen). 2. Zufallsauswahl der Zielpersonen innerhalb des Haushalts.</p> <p>Im Rahmen der SGB 2002 nahmen 19.706 Personen an der telefonischen Haupterhebung teil. Von diesen füllten 16.141 den zusätzlichen schriftlichen Fragebogen aus.</p> <p>16 Kantone haben zum Zweck kantonaler Analysen ihre Stichproben mit Eigenmitteln aufgestockt: AG, BE, BL, BS, FR, GE, JU, LU, NE, SG, SO, TI, VD, VS, ZG, ZH.</p>
Themen	<ul style="list-style-type: none">- Körperliches, psychisches und soziales gesundheitliches Wohlbefinden, Beschwerden und Krankheiten, Unfälle, Behinderungen- Für die Gesundheit wichtige Aspekte der Lebensbedingungen (z.B. knappe finanzielle Mittel, Arbeitsplatzunsicherheit, soziale Beziehungen, Wohnverhältnisse, physikalische Umwelt)- Gesundheitliche Ressourcen im Sinne sozialer Unterstützung, von Autonomie und Entfaltungsmöglichkeiten, positiver Lebenserfahrung und Vertrauen in die Kontrollierbarkeit des Lebens- Lebensstilmerkmale und Verhaltensweisen wie zum Beispiel körperliche Aktivität, Ernährungsgewohnheiten, Rauchen, Alkohol- und Drogenkonsum, Gebrauch von Arzneimitteln usw.- Krankenversicherungssituation (Zusatzversicherungen, Selbstbehalte usw.)- Inanspruchnahme der Angebote der Gesundheitsdienste
Periodizität	Alle fünf Jahre. Bisherige Befragungen: 1992/1993, 1997, 2002. Nächste Befragung: 2007.
Aussagekraft	Die Stichprobenwerte werden gewichtet. Dadurch lässt sich die Zuverlässigkeit von Hochrechnungen auf die Bevölkerung der Schweiz bzw. der beteiligten Kantone verbessern.



Schweizerisches Gesundheitsobservatorium
Observatoire suisse de la santé
Osservatorio svizzero della salute
Swiss Health Observatory

www.obsan.ch



OFS BFS UST

Office fédéral de la statistique
Bundesamt für Statistik
Ufficio federale di statistica
Uffizi federal da statistica
Swiss Federal Statistical Office

www.bfs.admin.ch