

Lebensstilfaktoren und Körpergewicht

Schweizerische Gesundheitsbefragung 2012

Prof. Dr. Monika Eichholzer, Institut für
Epidemiologie, Biostatistik und Prävention,
Universität Zürich

Hintergrund

- Ein gesundheitsfördernder Lebensstil hat einen wesentlichen, präventiven Einfluss auf die Entstehung und den Verlauf nicht-übertragbarer Krankheiten wie Diabetes mellitus Typ 2, Herz-Kreislaufkrankheiten, Krebs, Lungenkrankheiten wie die chronisch obstruktive Lungenkrankheit COPD.
- Die wichtigsten Risikofaktoren sind Übergewicht, Hypertonie, Hypercholesterinämie, Rauchen, hoher Alkoholkonsum, geringer Fruchte- und Gemüsekonsum und geringe körperliche Aktivität.

Hintergrund

- Im Auftrag des BAG und mit Hilfe der Ergebnisse der neuesten Schweizerischen Gesundheitsbefragung von 2012 (SGB12) wurden die Schweizer Daten zum Körpergewicht, zu verschiedenen Ernährungsparametern, zur Bewegung, zum Alkohol- und Tabakkonsum sowie zur Diagnose und Behandlung von Diabetes, Hypertonie und Hypercholesterinämie in der Bevölkerung aktualisiert.

Methodik

- Bei der SGB12 des Bundesamtes für Statistik handelt es sich um eine repräsentative Stichprobenerhebung bei rund 41'000 Privathaushaltungen basierend auf den Einwohnerregistern der ganzen Schweiz.
- 21'597 Personen ab dem 15. Altersjahr mit Wohnsitz in der Schweiz machten bei der Befragung mit (Teilnahmequote 54%).
- Die Befragung erfolgte per Telefon bei Personen ab dem 15. bis zum 74. Altersjahr, die interviewfähig waren.

Methodik

- Bei über 75-jährigen oder bei gesundheitlich beeinträchtigten Personen konnte auch ein persönliches Interview gemacht werden.
- Alle Befragten wurden zudem eingeladen an einer schriftlichen Befragung teilzunehmen (n= 18357).
- Voraussetzung für die Teilnahme an der Befragung war die Kenntnis einer Landessprache.
- Die SGB von 2012 ist die fünfte Gesundheitsbefragung, die seit 1992 im 5-Jahres-Abstand durchgeführt wurde.

Resultate

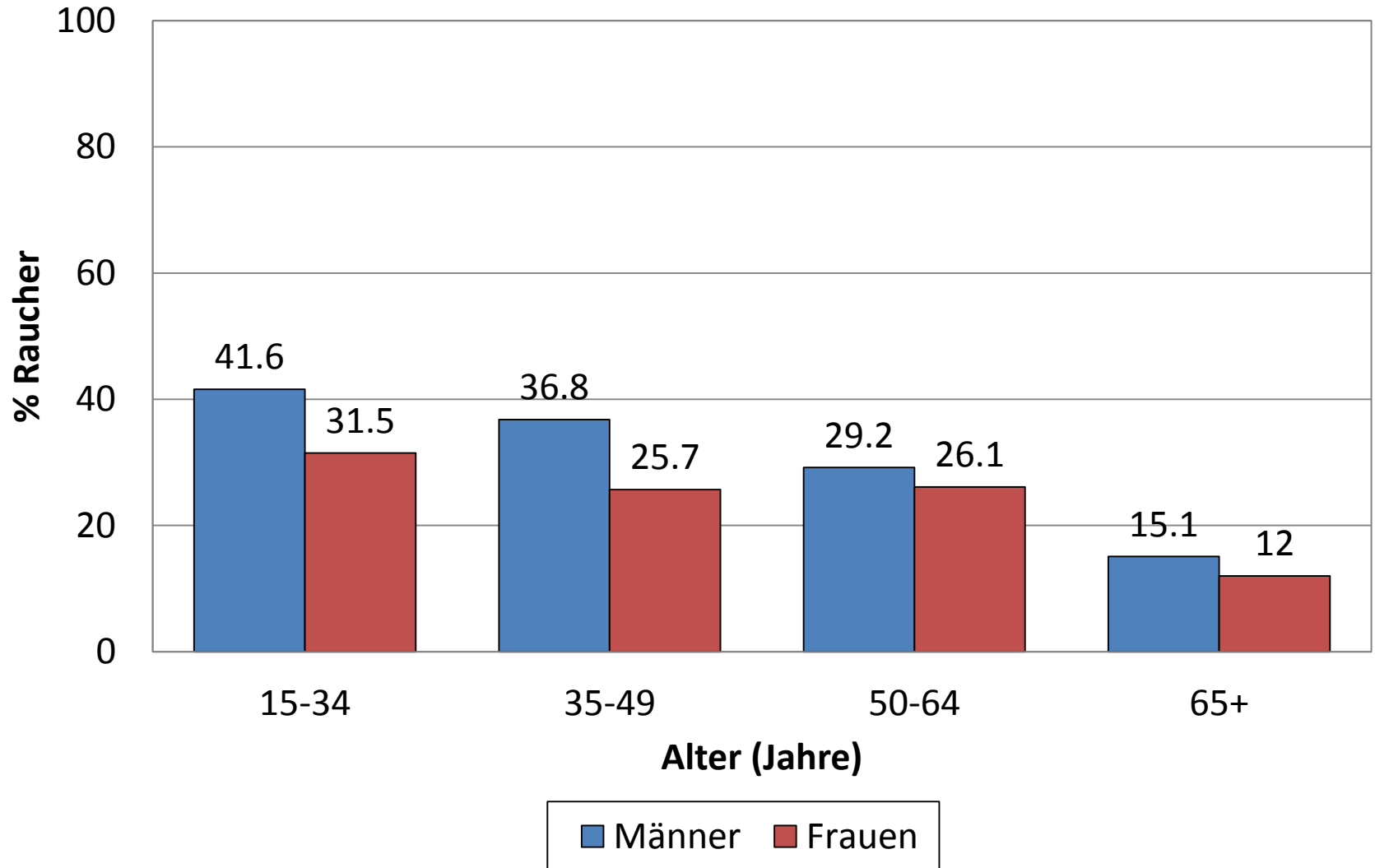
- Insgesamt weisen die Resultate der SGB12 darauf hin, dass bezüglich Risikofaktoren für nichtübertragbare Krankheiten in der Schweizer Bevölkerung immer noch Probleme bestehen.
- Es sollten weiterhin Anstrengungen in den Bereichen Verhalten und Verhältnisse unternommen werden.

Rauchen

- 28.2% der Schweizer Bevölkerung sind Raucher, 32.4% der Männer und 24.2% der Frauen.
- Die Prävalenz blieb zwischen 2007 und 2012 relativ stabil.

Anteil Raucher nach Alter und Geschlecht

Schweizerische Gesundheitsbefragung 2012, BFS



Alkoholkonsum

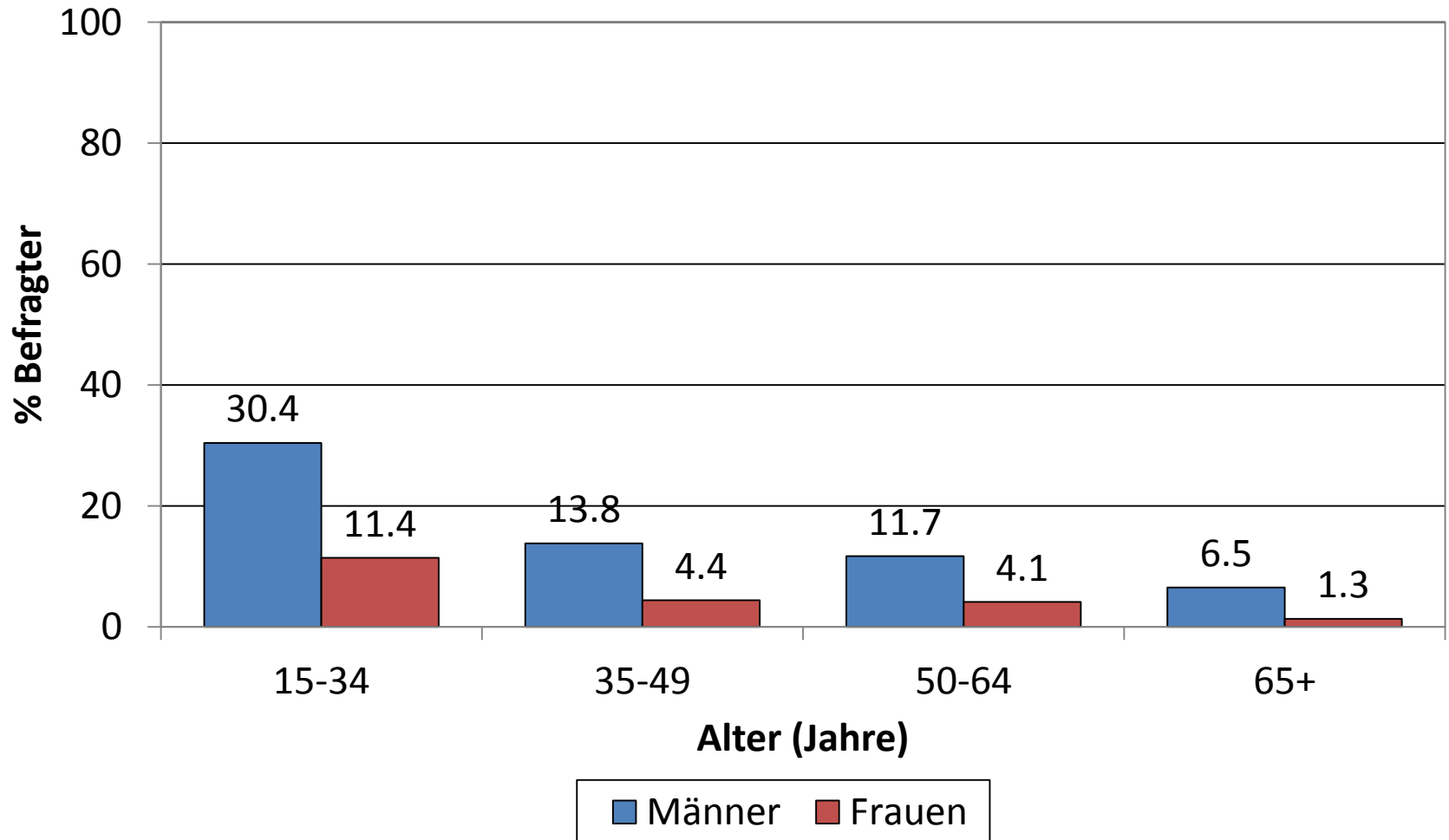
- Zwei Formen des Alkoholkonsums stellen ein Gesundheitsrisiko dar:
- Regelmässig zu viel (chronisch riskant): Frauen ≥ 20 g, Männer ≥ 40 g reinen Alkohol pro Tag
- Zu viel auf einmal (Rauschtrinken): mindestens einmal monatlich 6 oder mehr Gläser alkoholische Getränke bei einem Anlass.

Alkoholkonsum

- 4.8% der Befragten trinken chronisch zu viel Alkohol.
- Dieser Anteil hat sich bei den Männern seit 1997 signifikant von 7.5% auf 5.5% verringert, bei den Frauen blieb er etwa gleich (4.6% vs. 4.1%).
- Das Rauschtrinken ist insgesamt bei 11.1% der Befragten zu beobachten, bei den Männern mit 17.0% häufiger als bei den Frauen (5.6%).

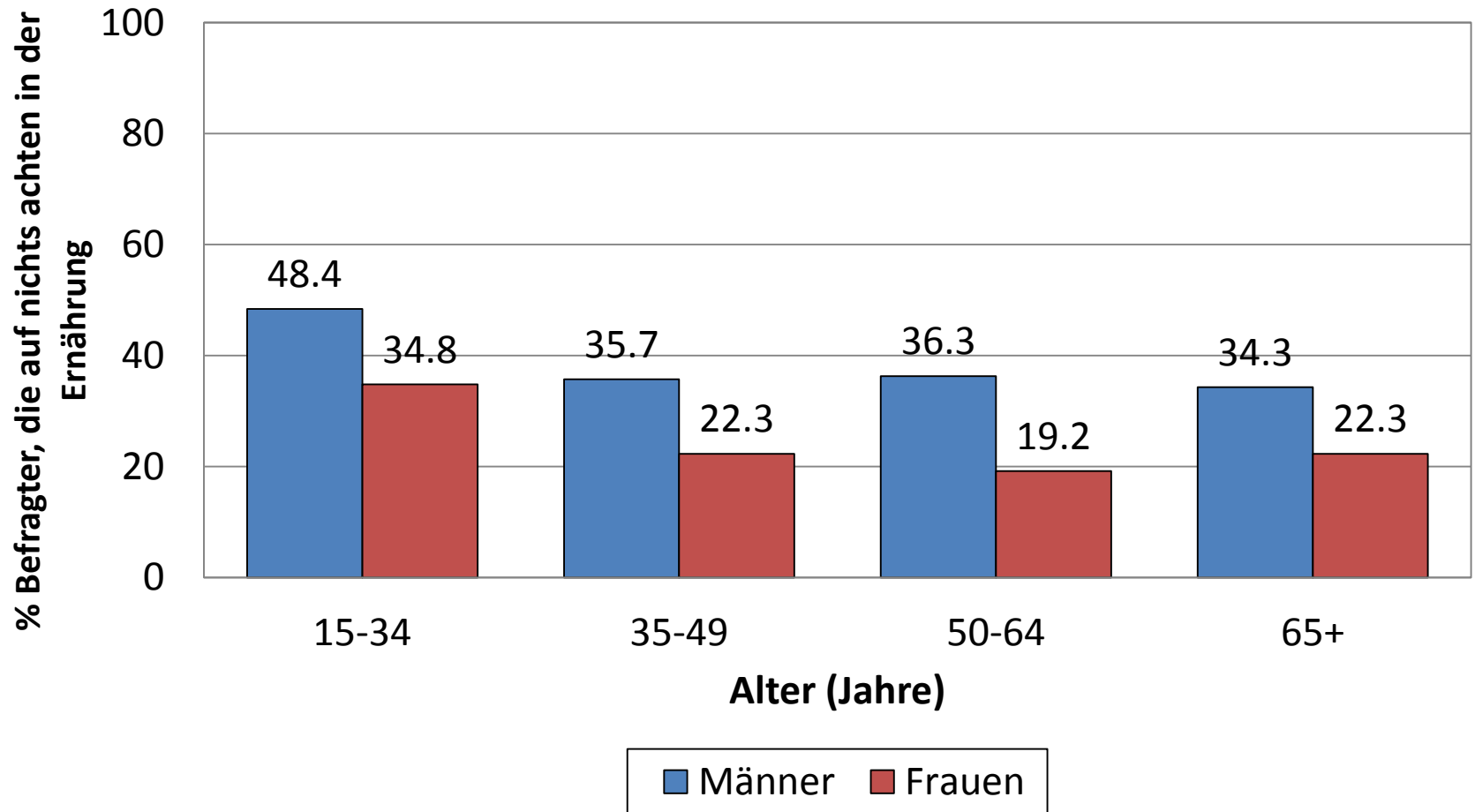
Rauschtrinken nach Alter und Geschlecht

Schweizerische Gesundheitsbefragung 2012



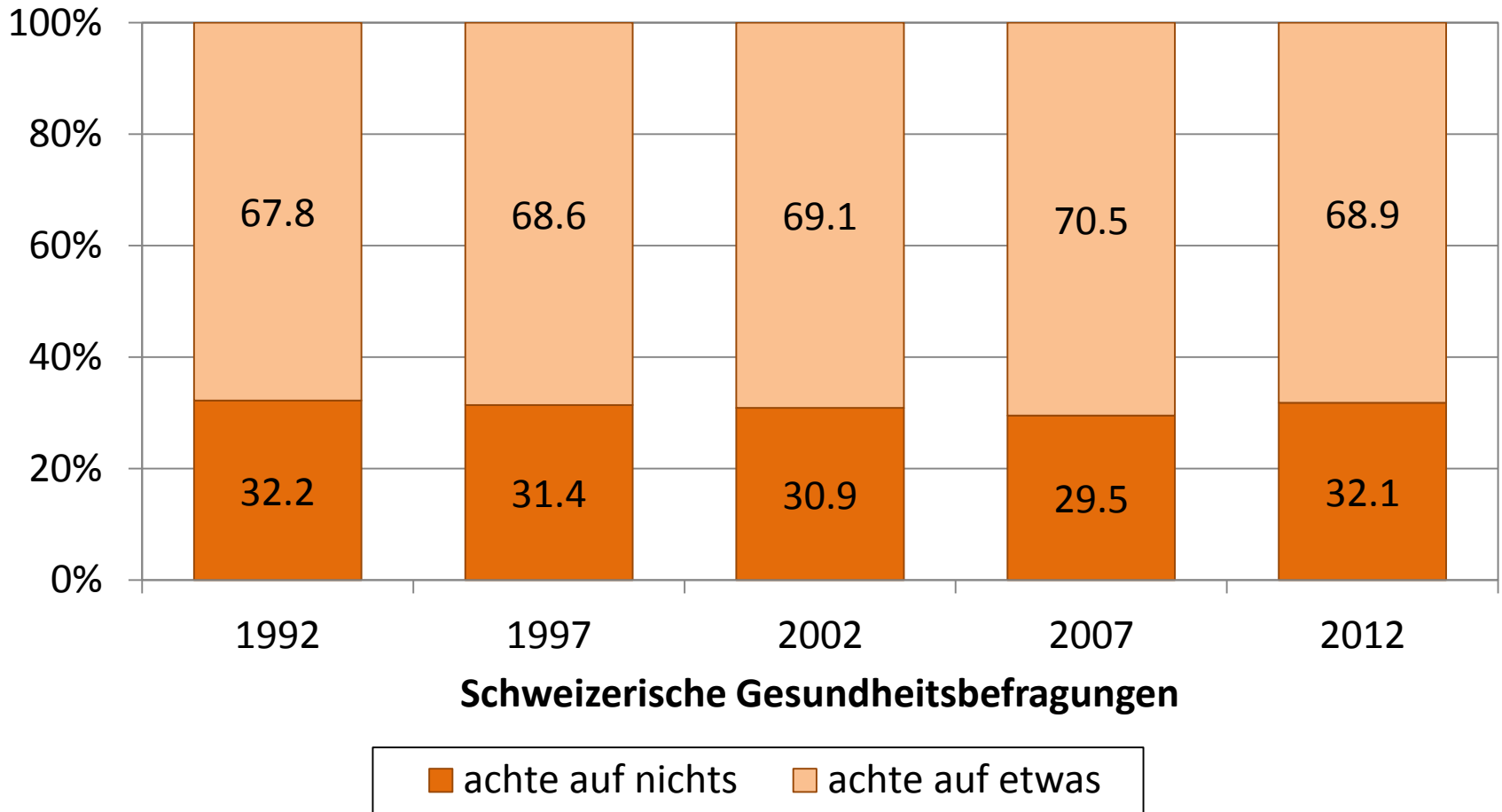
Auf nichts achten in der Ernährung nach Alter und Geschlecht

Schweizerische Gesundheitsbefragung 2012, BFS



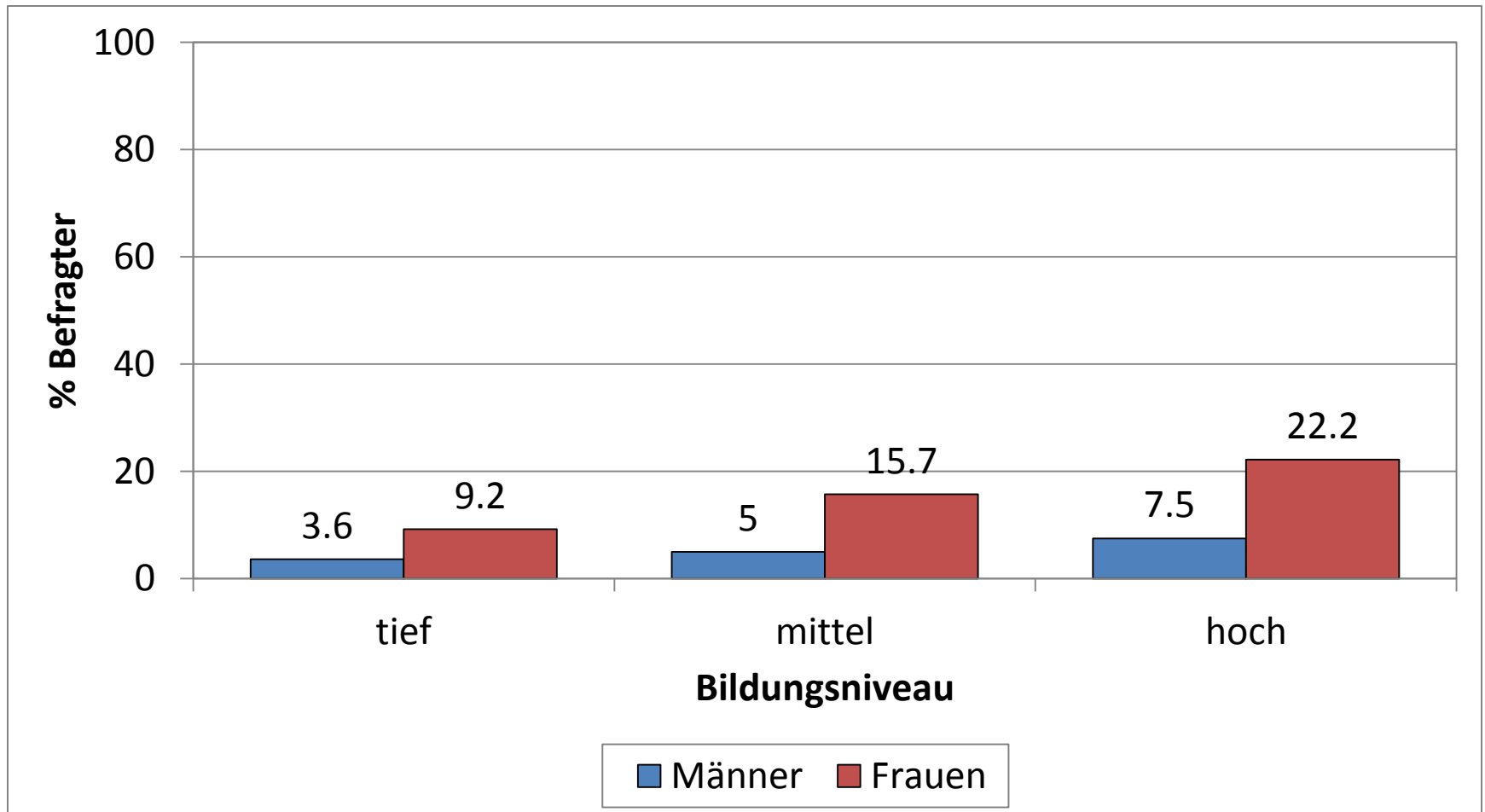
Auf nichts achten in der Ernährung

Schweizerische Gesundheitsbefragungen 1992-2012, BFS



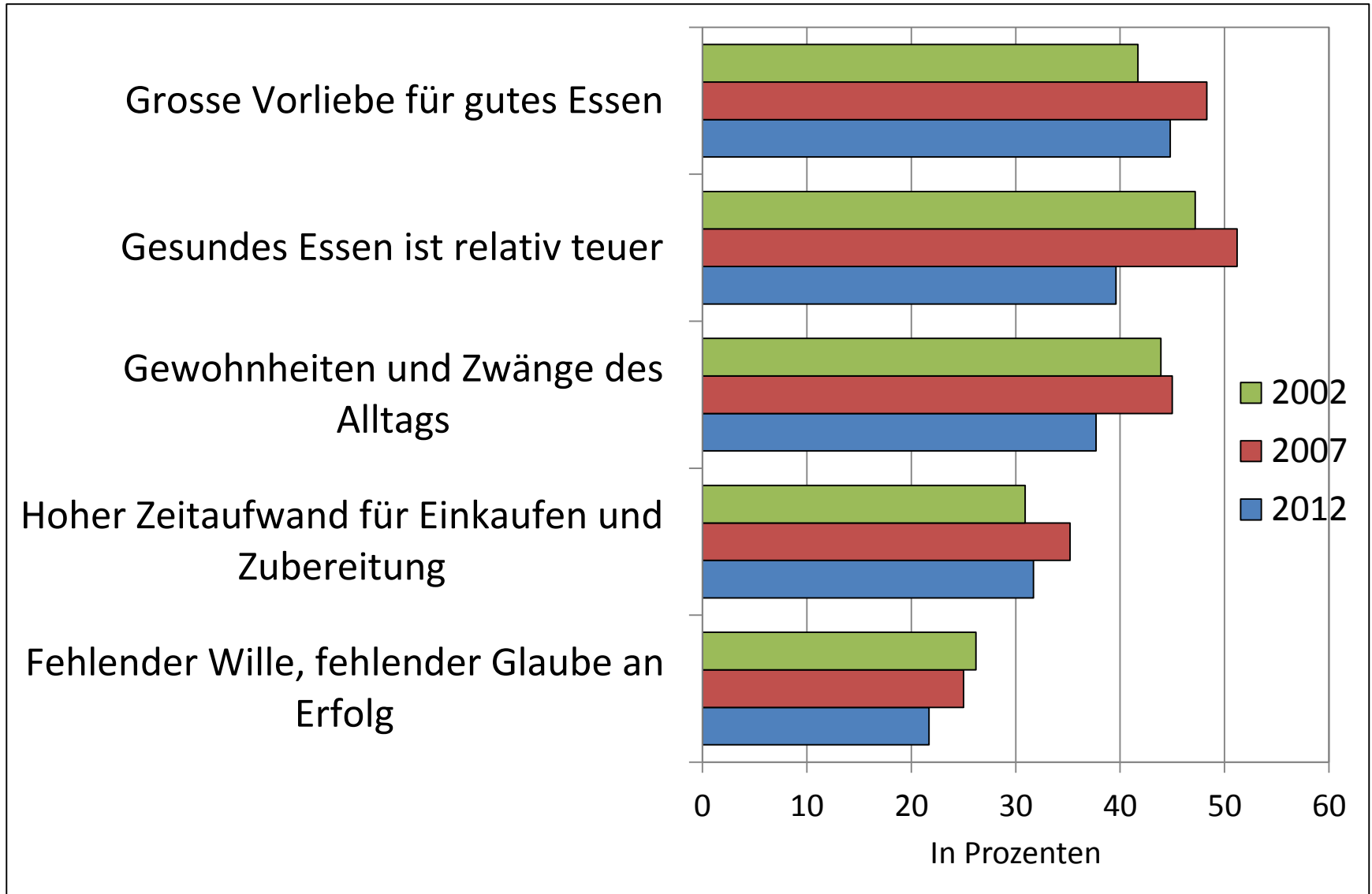
Halten die 5-am-Tag-Empfehlung ein

Schweizerische Gesundheitsbefragung 2012, BFS



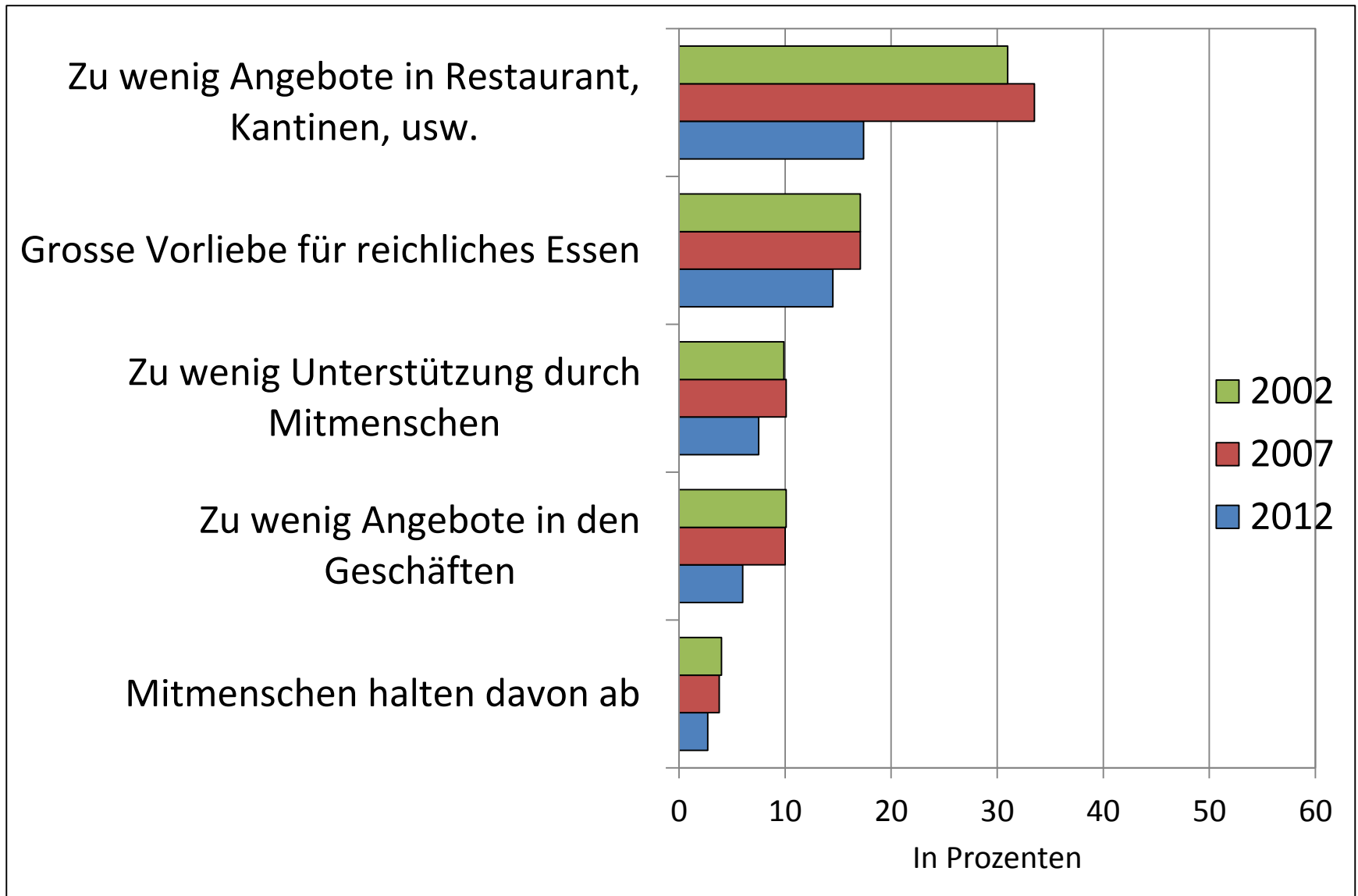
Hindernisse für eine gesunde Ernährung

Schweizerische Gesundheitsbefragungen 2002, 2007 und 2012, BFS



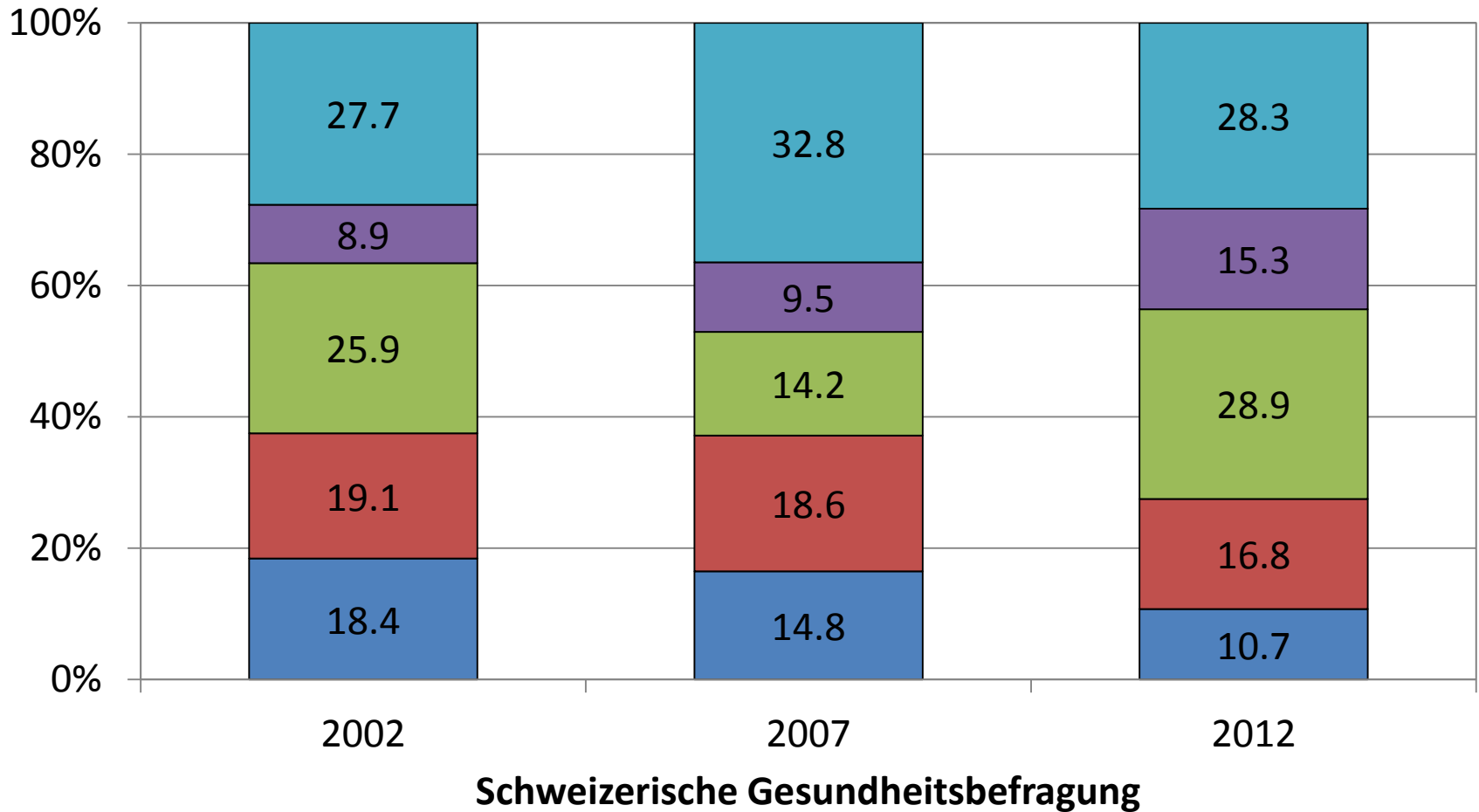
Hindernisse für eine gesunde Ernährung

Schweizerische Gesundheitsbefragungen 2002, 2007 und 2012, BFS



Bewegungsverhalten

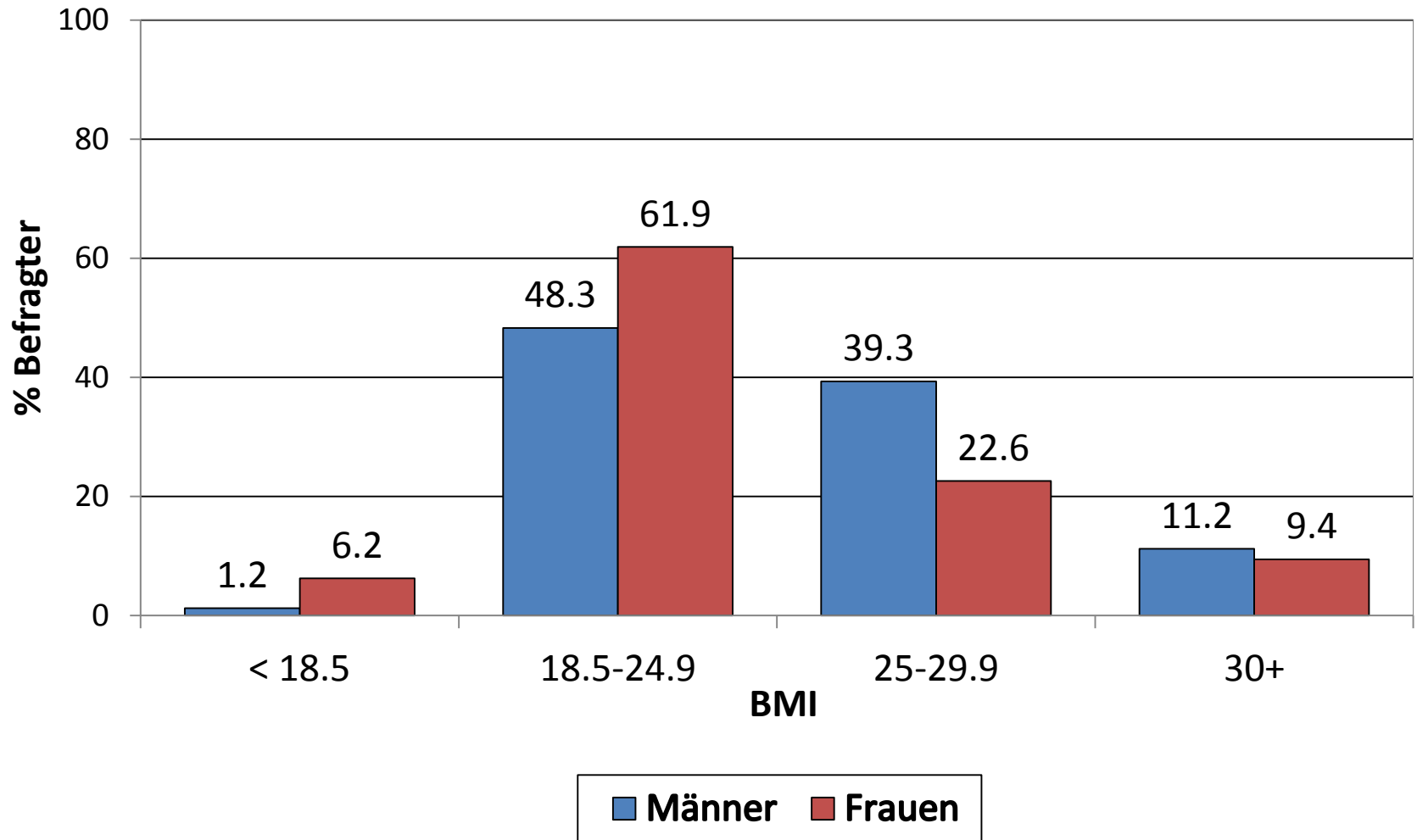
Schweizerische Gesundheitsbefragungen, BFS



■ inaktiv ■ teilaktiv ■ unregelmässig aktiv ■ regelmässig aktiv ■ trainiert

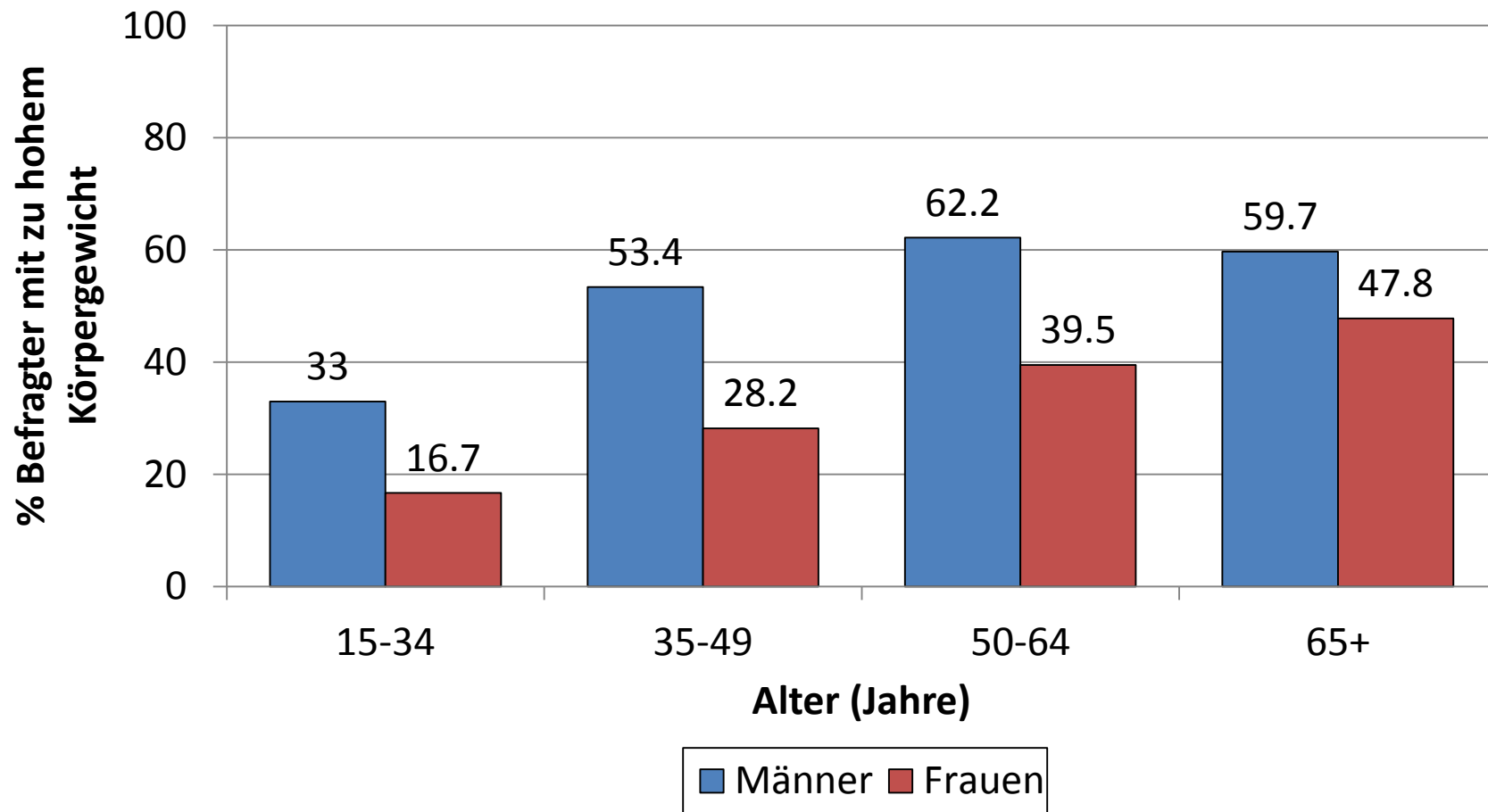
Körpergewichtskategorien nach Geschlecht

Schweizerische Gesundheitsbefragung 2012, BFS



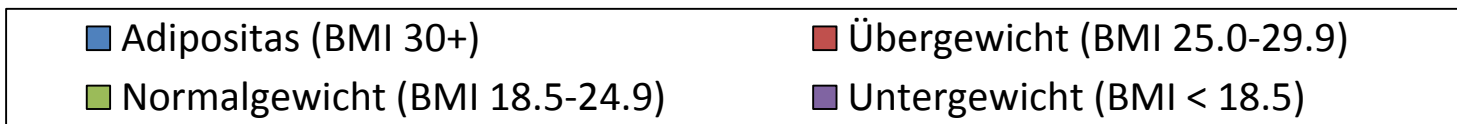
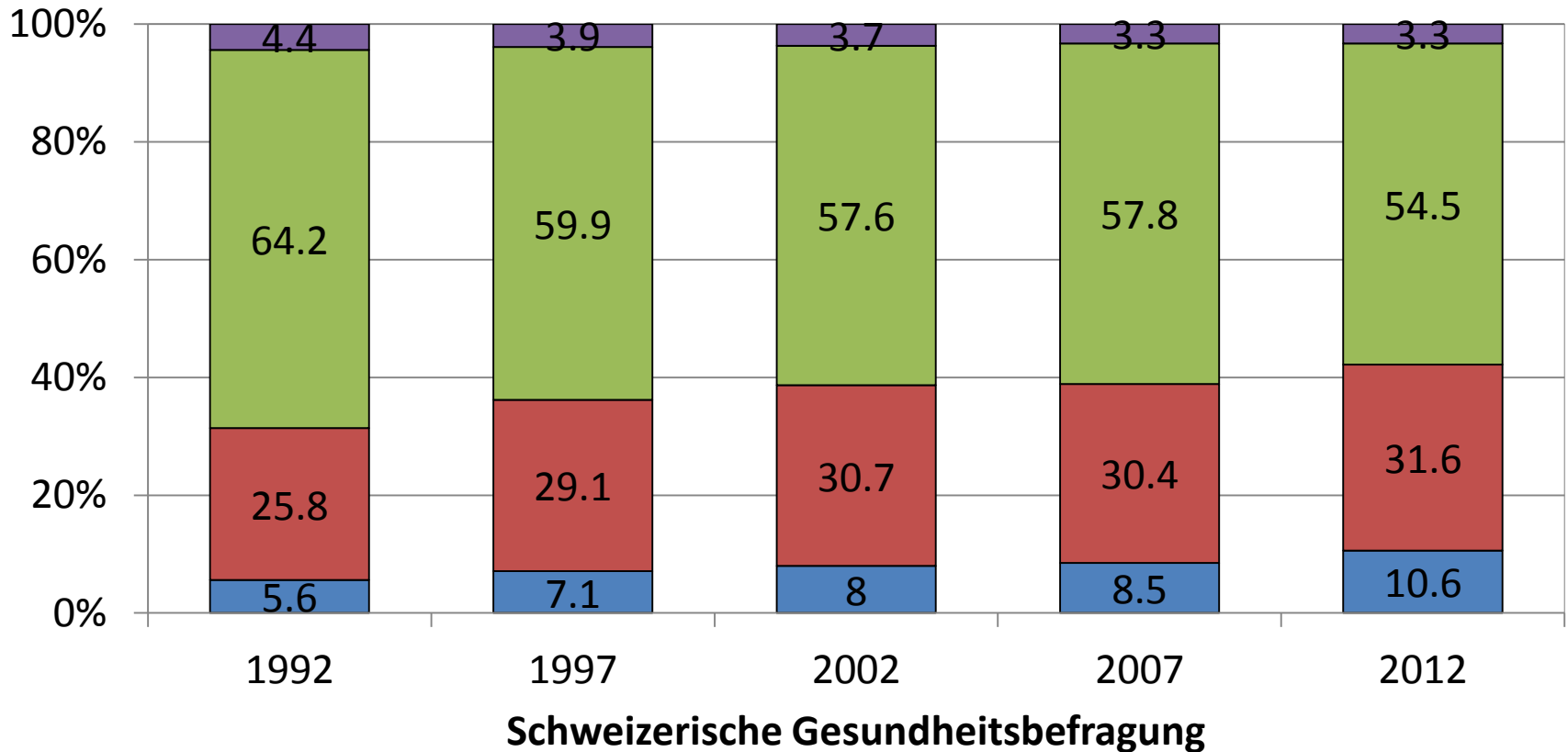
BMI 25+ nach Alter und Geschlecht

Schweizerische Gesundheitsbefragung 2012, BFS



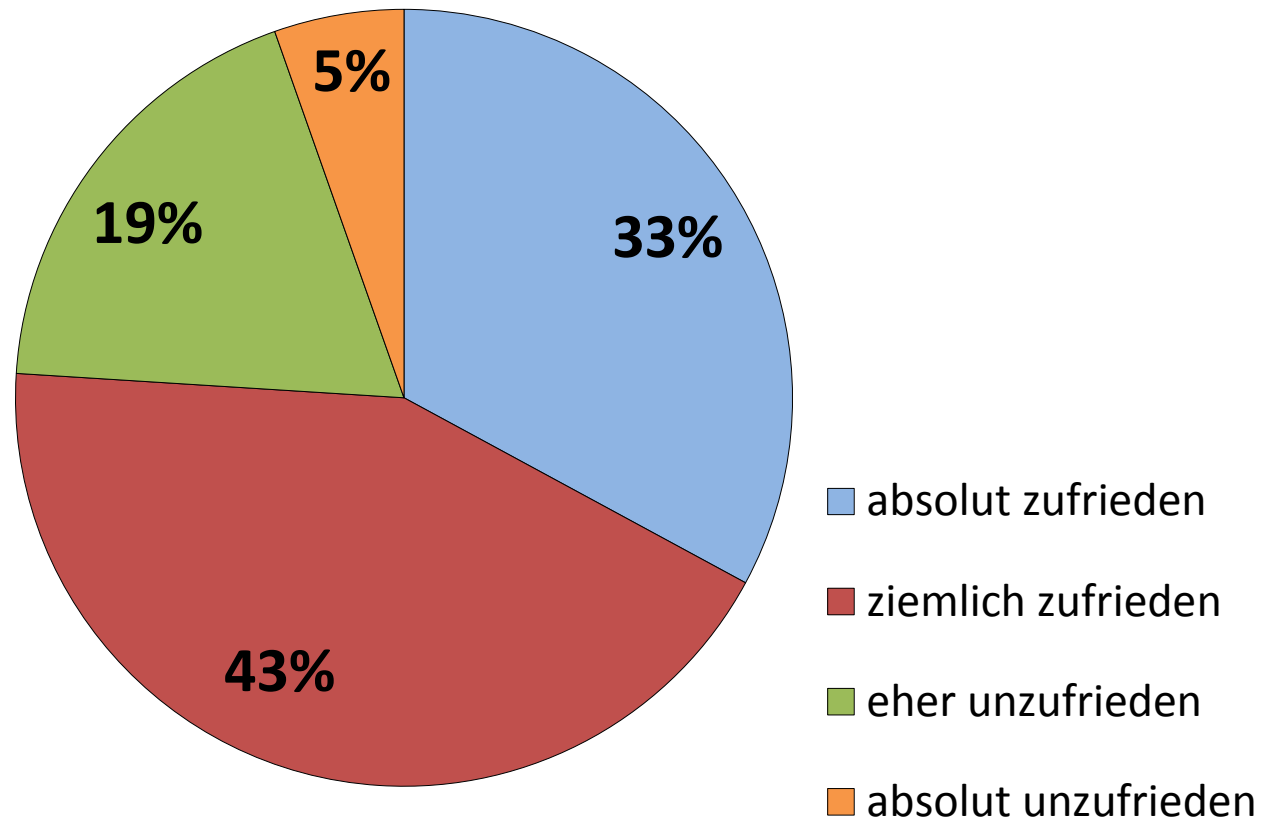
Körpergewichtskategorien 1992-2012

Schweizerische Gesundheitsbefragungen, BFS (nur 18+-Jährige)



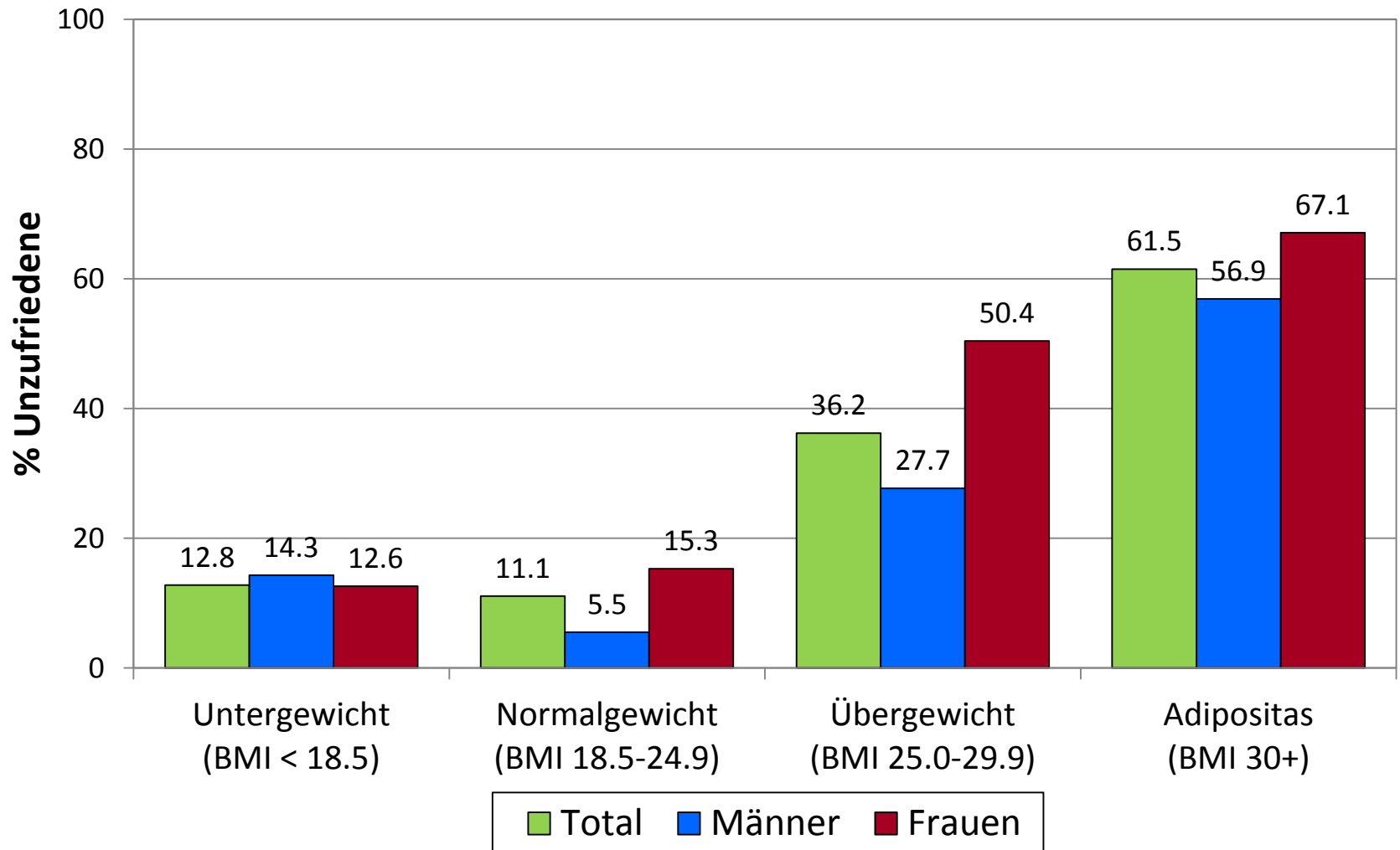
Zufriedenheit mit dem Körpergewicht

Schweizerische Gesundheitsbefragung 2012, BFS



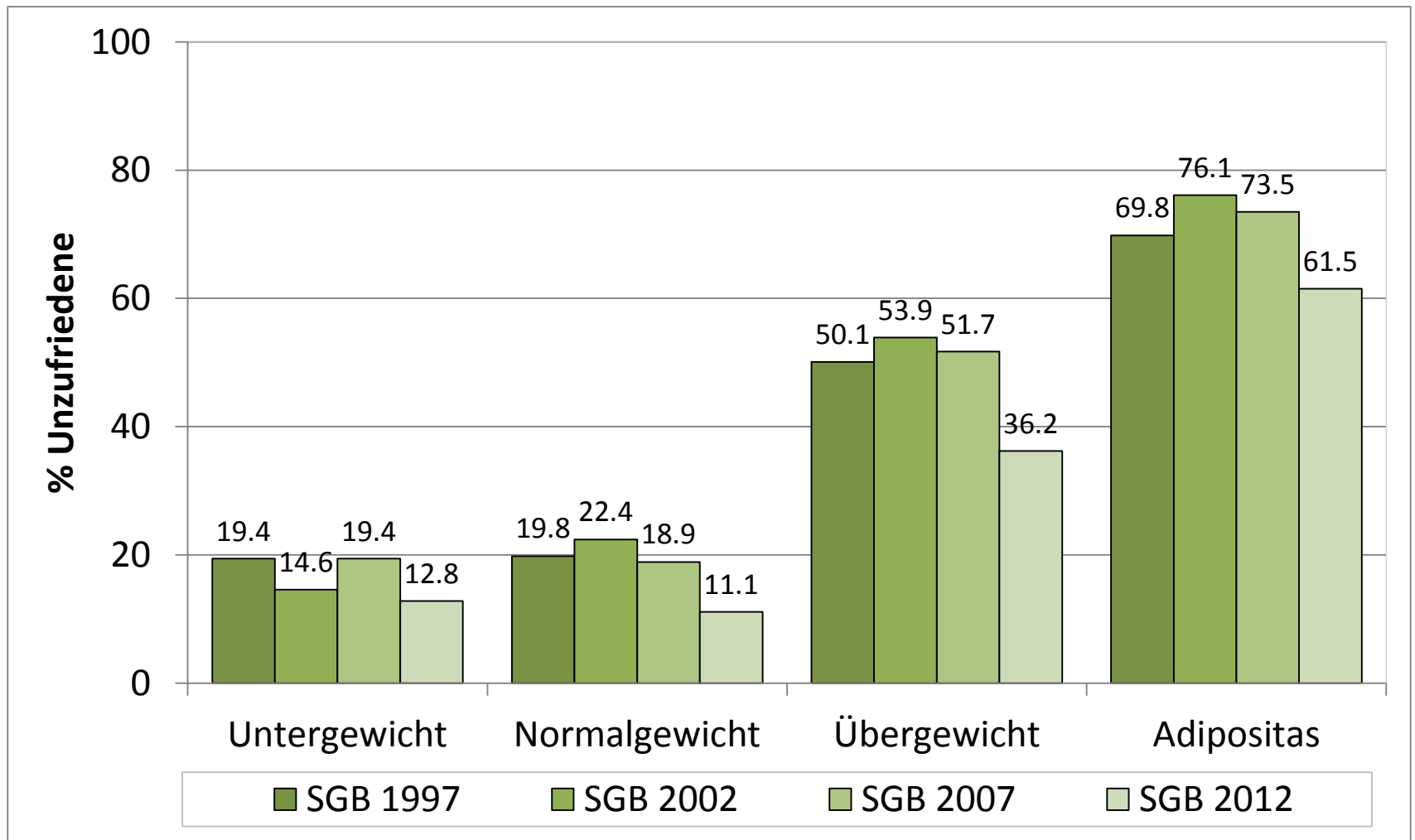
Mit ihrem Körpergewicht Unzufriedene nach BMI Kategorie

Schweizerische Gesundheitsbefragung 2012, BFS



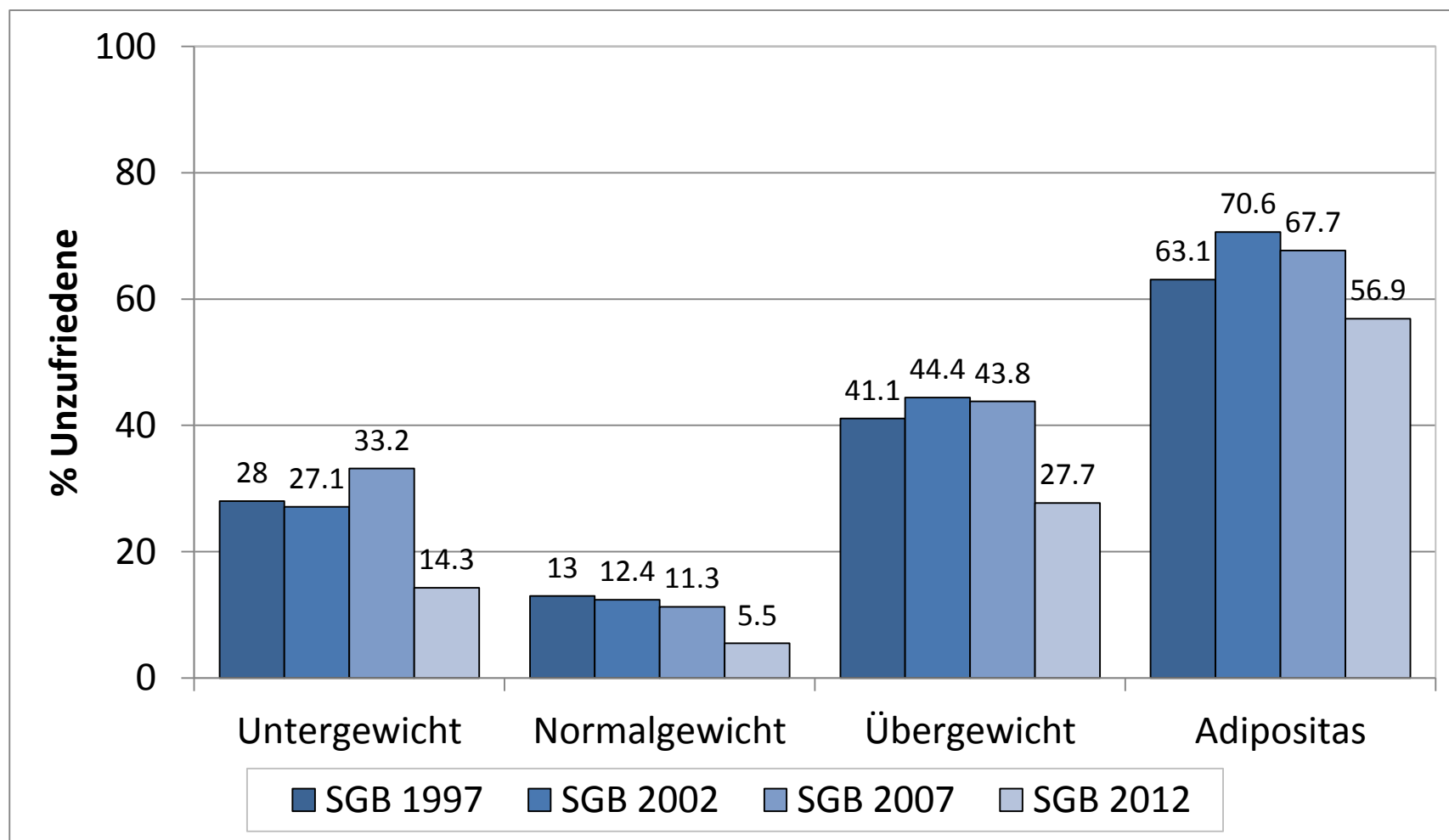
Mit ihrem Körpergewicht Unzufriedene nach BMI Kategorie

Schweizerische Gesundheitsbefragungen 1997-2012, BFS



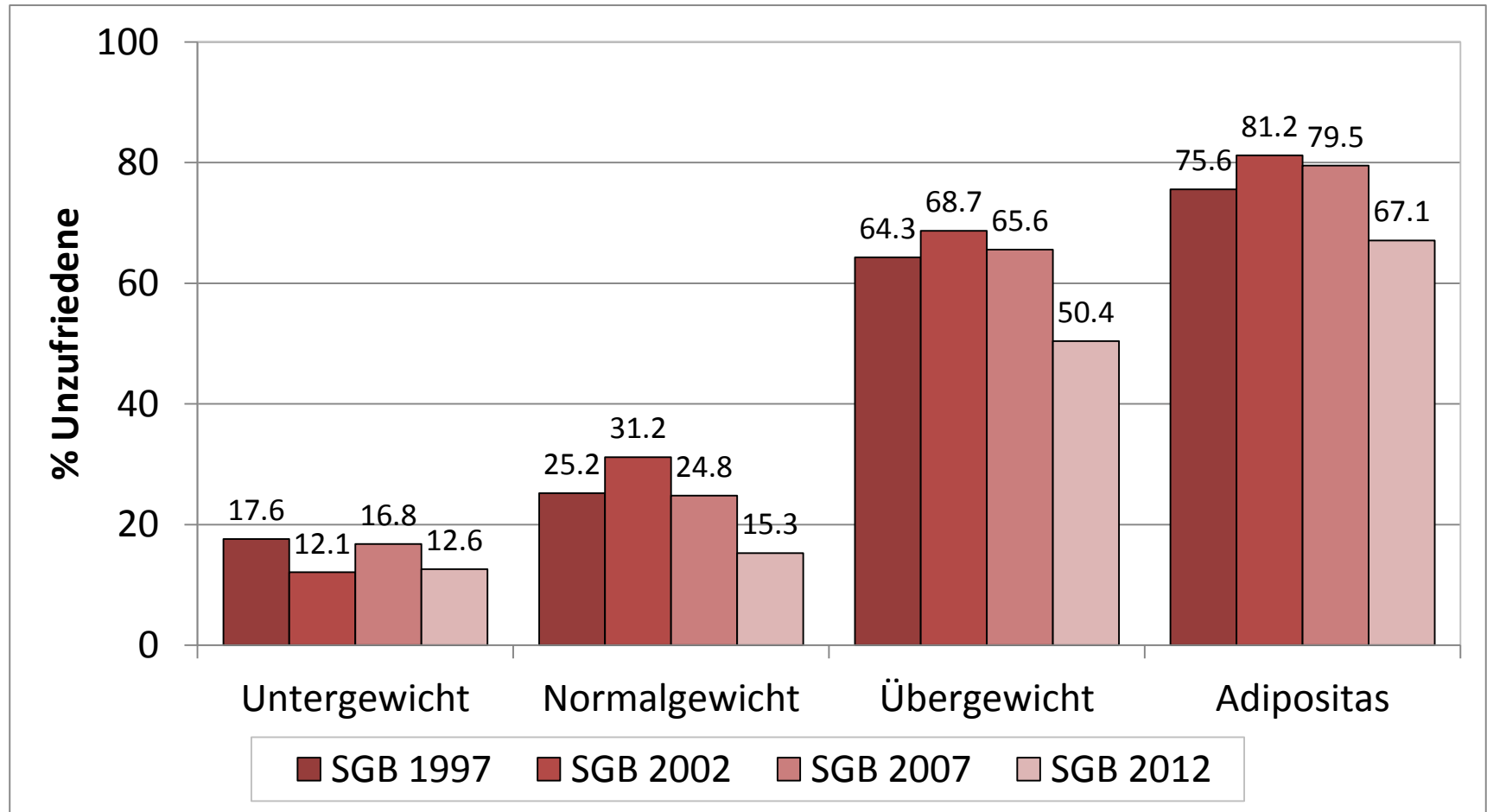
Mit ihrem Körpergewicht unzufriedene Männer nach BMI Kategorie

Schweizerische Gesundheitsbefragungen 1997-2012, BFS



Mit ihrem Körpergewicht unzufriedene Frauen nach BMI Kategorie

Schweizerische Gesundheitsbefragungen 1997-2012, BFS



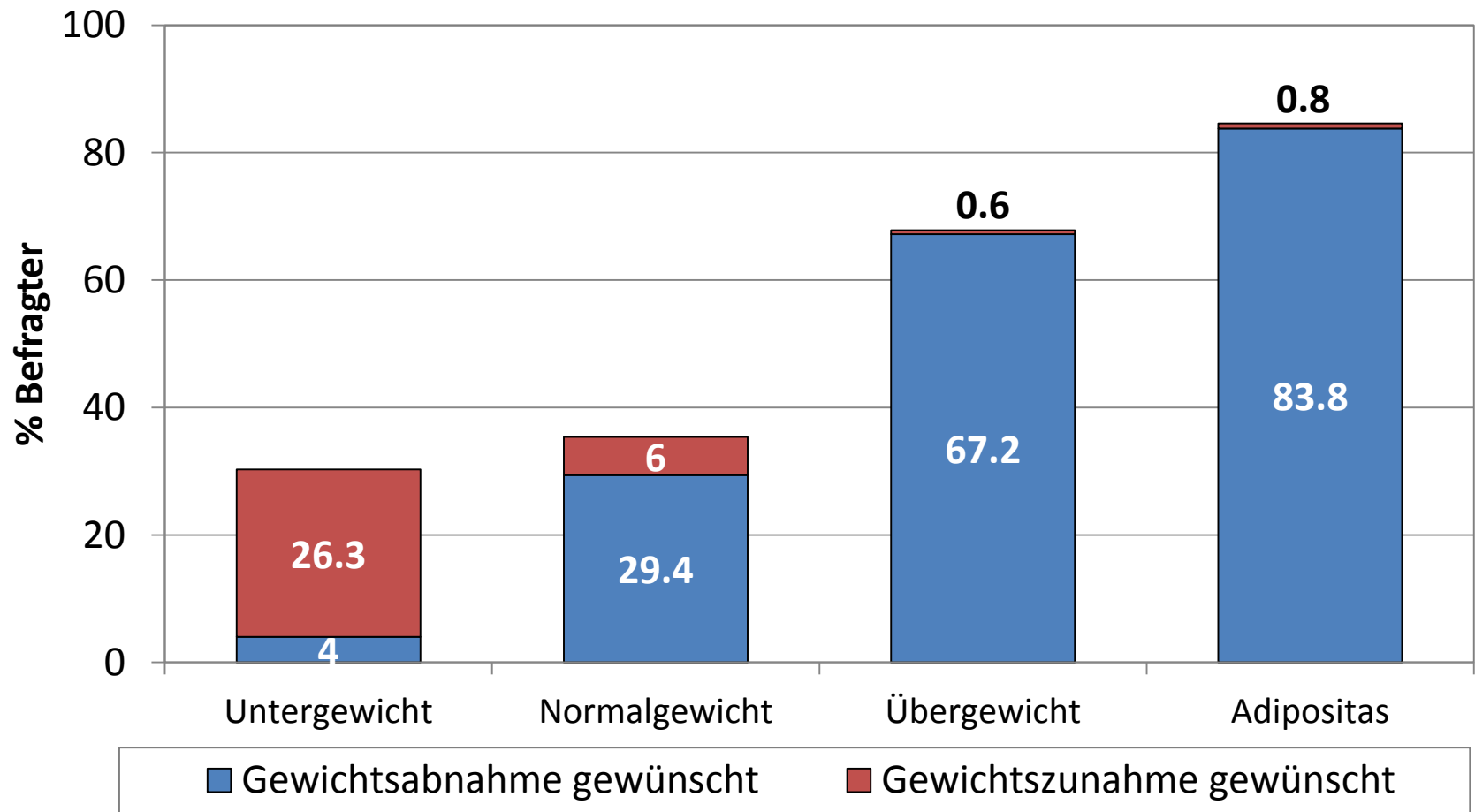
Wunsch nach Gewichtsveränderung

Schweizerische Gesundheitsbefragung 2012, BFS

- 24% der Bevölkerung sind unzufrieden (absolut oder eher) mit dem Körpergewicht
- 49.9% der Bevölkerung möchten ihr Gewicht verändern (Männer 48.7%, Frauen 51.1%).
- 41.1% der Bevölkerung sind übergewichtig oder adipös.
- Die 49.9%, die eine Gewichtsveränderung möchten, setzen sich zusammen aus 8.7% Adipösen, 20.8% Übergewichtigen, 19.4% Normalgewichtigen und 1.1% Untergewichtigen.

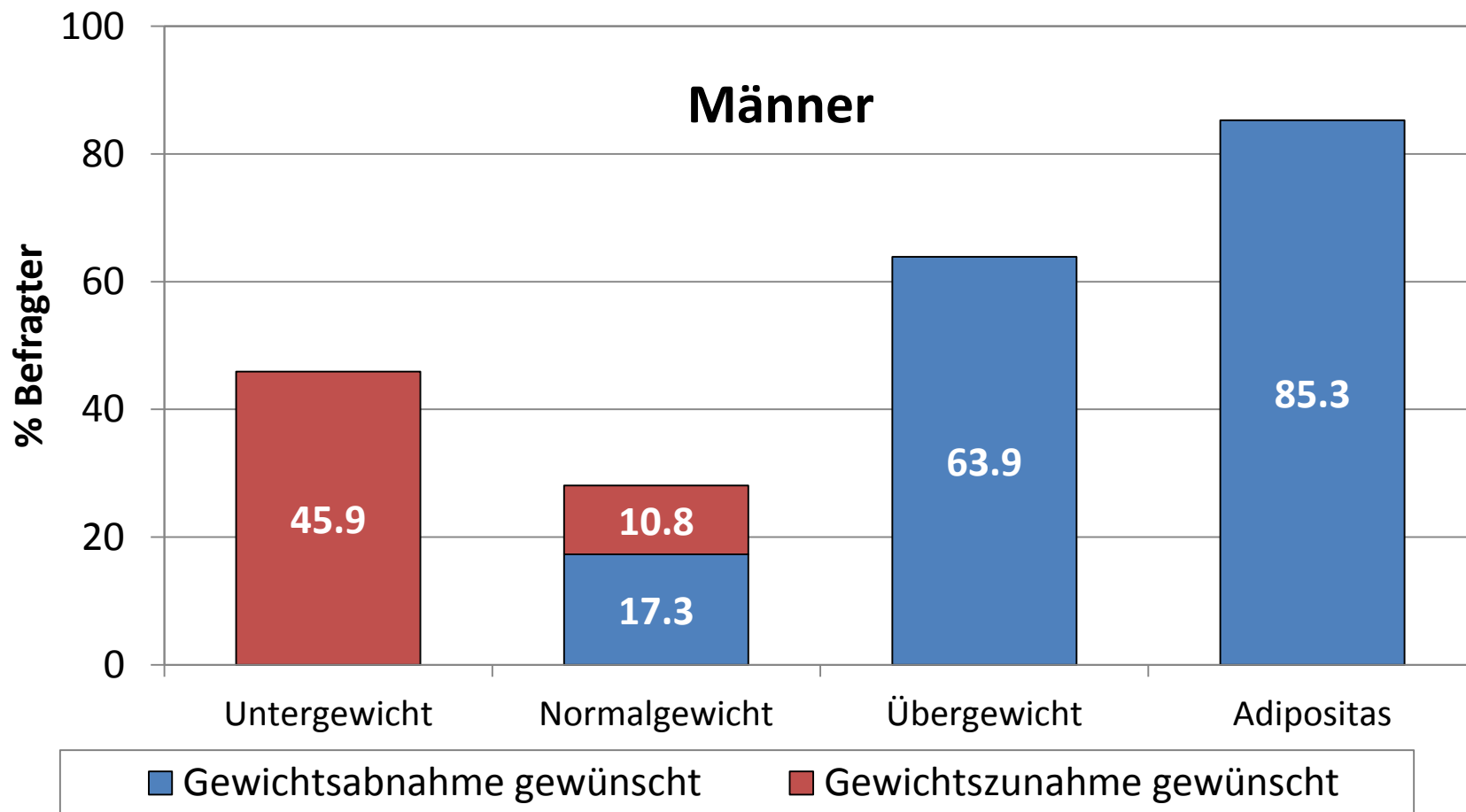
Wunsch nach Gewichtsveränderung nach BMI-Kategorie

Schweizerische Gesundheitsbefragung 2012, BFS



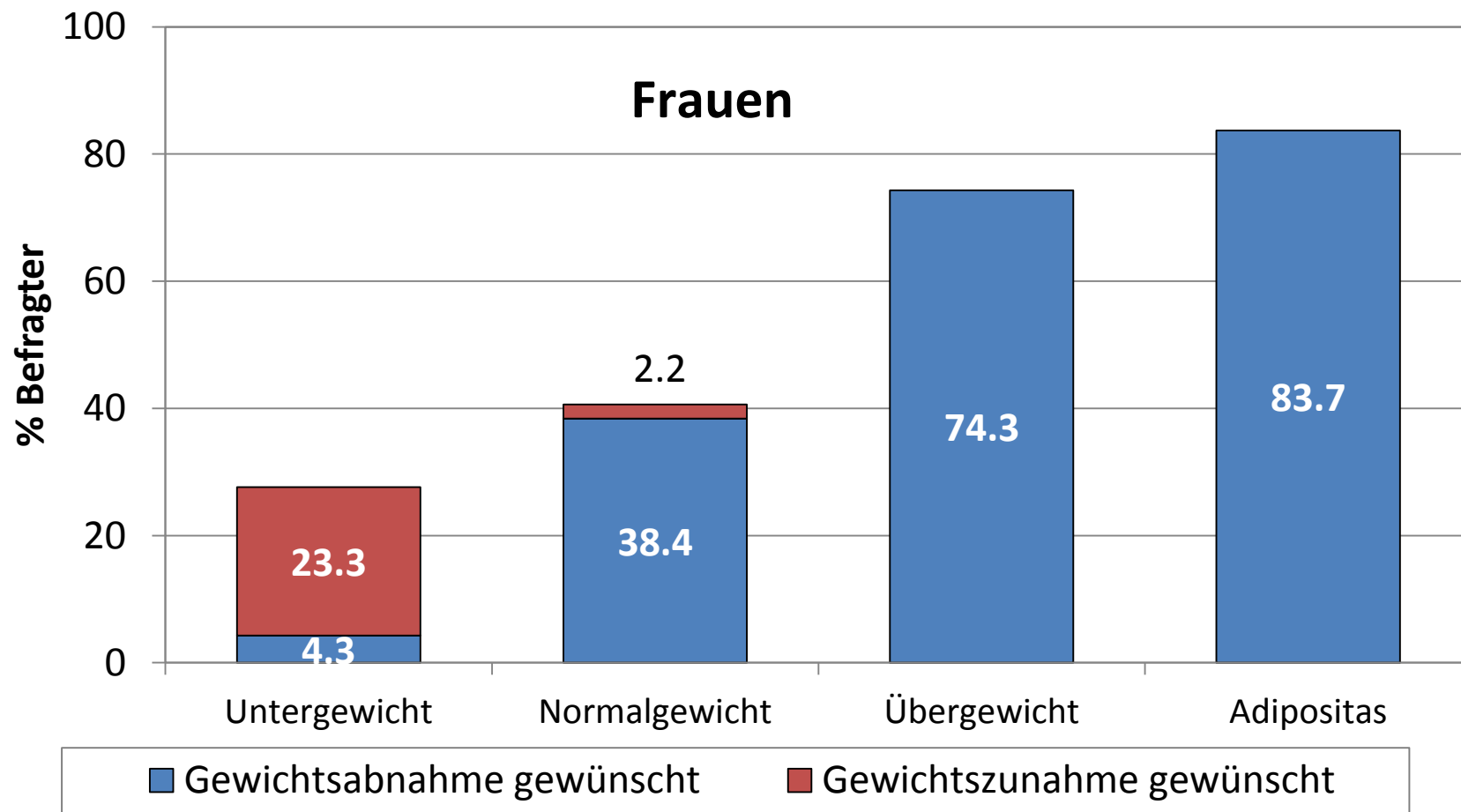
Wunsch nach Gewichtsveränderung nach BMI-Kategorie:

Schweizerische Gesundheitsbefragung 2012, BFS



Wunsch nach Gewichtsveränderung nach BMI-Kategorie:

Schweizerische Gesundheitsbefragung 2012, BFS



Körpergewicht geht in zwei Richtungen...

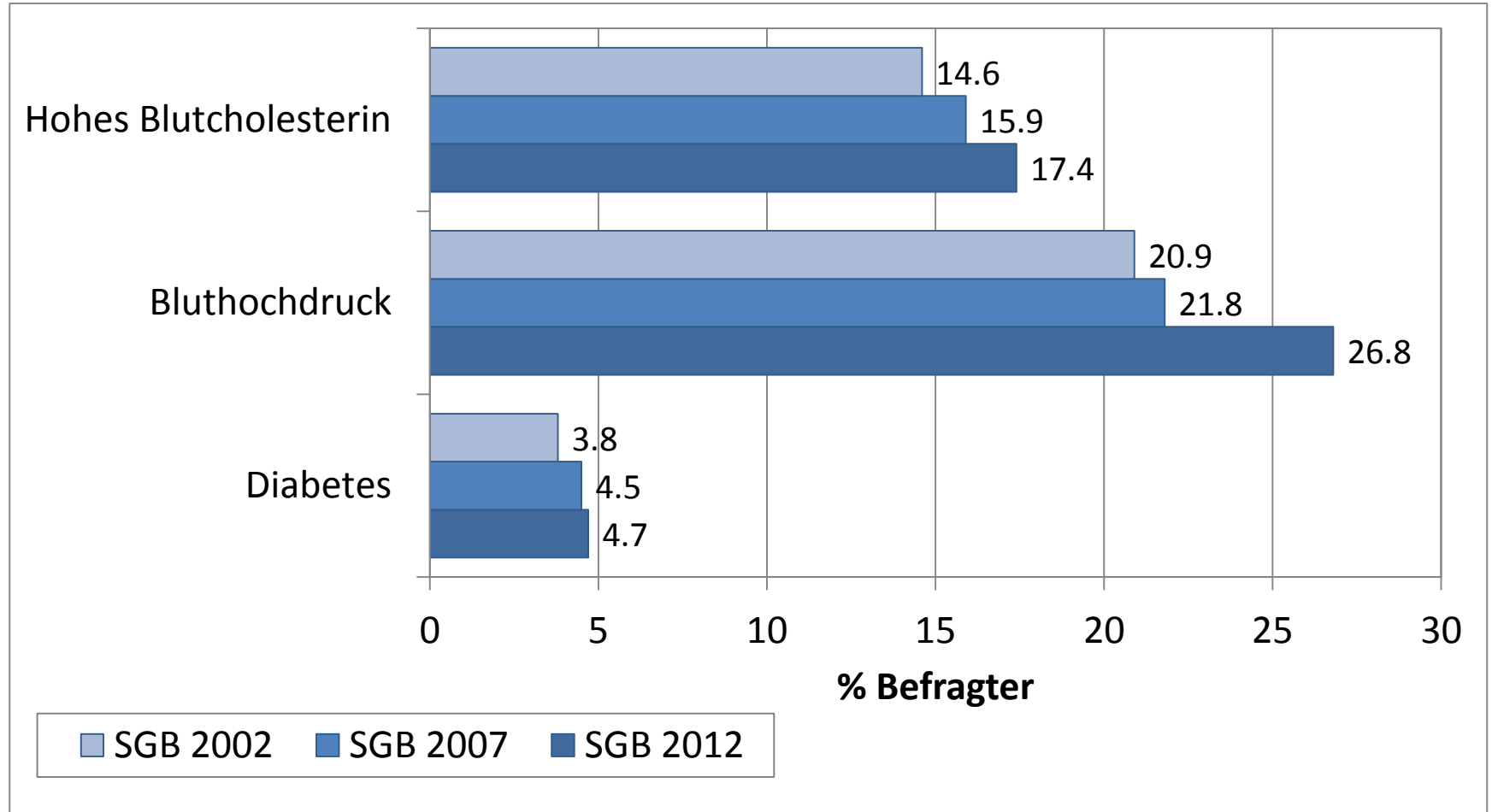
- Personen mit zu hohem Körpergewicht, die keine Gewichtsveränderung wünschen:
 - Adipöse: 15%
 - Übergewichtige: 36% der Männer
26% der Frauen
- Zudem ist 2012, mit Ausnahme des Untergewichts, in allen Gewichtskategorien eine signifikante Tendenz zu mehr Zufriedenheit mit dem Körpergewicht zu verzeichnen als in früheren SGBs.

Körpergewicht geht in zwei Richtungen...

- Andererseits wollen insbesondere normalgewichtige und untergewichtige Frauen abnehmen. Der Anteil dieser Frauen hat sich seit 1997 nicht verändert.
- Die Verinnerlichung des dünnen Schönheitsideals westlicher Länder könnte hier eine Rolle spielen.

Diagnose von Diabetes, Hypertonie und Hypercholesterinämie

Schweizerische Gesundheitsbefragungen 2002-2012, BFS



Schlussfolgerung

- Bei der Interpretation der Resultate der SGBs ist zu beachten, dass es sich um Querschnittsstudien handelt, deren Resultate auf Eigenangaben der Befragten beruhen.
- Insgesamt weisen die Resultate der SGB12 darauf hin, dass bezüglich Risikofaktoren für nichtübertragbare Krankheiten in der Schweizer Bevölkerung immer noch Probleme bestehen.
- Es sollten weiterhin Anstrengungen in den Bereichen Verhalten und Verhältnisse unternommen werden.

Dank

- Besten Dank für Ihre Aufmerksamkeit!
- Unser Dank geht auch an das Bundesamt für Gesundheit für die finanzielle Unterstützung dieses Projektes (Vertragsnummer 13.005405 / 204.0001 / - 1157)
- Ebenso möchten wir uns beim Bundesamt für Statistik für die Bereitstellung der fünf SGBs inklusive der SGB12 bedanken.