Gesundheit der Zuger Bevölkerung

Ergebnisse der Schweizerischen Gesundheitsbefragung 2012

Kanton Zug

Gesundheitsdirektion

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	5
Das Wichtigste in Kürze	6
Gesundheitszustand	
Gesundheitliches Wohlbefinden	10
Körpergewicht	12
Körperliche Beschwerden	14
Unfälle	18
Stürze	20
Beanspruchung medizinischer Leistungen	
Arztbesuche	22
Früherkennung von Brustkrebs	24
Früherkennung von Darmkrebs	26
Grippeimpfung	28
Psychische Gesundheit	
Energie und Vitalität	30
Psychische Belastung	32
Zufriedenheit am Arbeitsplatz	34
Stress am Arbeitsplatz	36
Gesundheitsverhalten	
Körperliche Aktivität	38
Gemüse- und Früchtekonsum	40
Alkoholkonsum	42
Tabakkonsum	46
Methode	48

Liebe Leserin, lieber Leser

Die Zahlen der Schweizerischen Gesundheitsbefragung 2012 sind da. Sie stellen dem Kanton Zug ein gutes Zeugnis aus: Fast 90 Prozent der Zugerinnen und Zuger fühlen sich gesund. Das freut mich als Gesundheitsdirektor besonders, denn Gesundheit ist eines der wichtigsten Güter des Menschen.

Die Schweizerische Gesundheitsbefragung ist für uns ein wertvolles Instrument in der Gesundheitsförderung und Prävention. Risiken für die Gesundheit sollen, wo dies möglich und sinnvoll ist, präventiv angegangen werden, damit die Gesundheit lange erhalten bleibt. Wichtig ist dabei das eigene Verhalten. Wir selber können viel zu unserer Gesundheit beitragen – durch ausgewogene Ernährung, Bewegung und Entspannung. Wie die Zahlen der Befragung zeigen, tut dies die Zuger Bevölkerung erfolgreich. Auf diese Eigenverantwortung setzen wir. Sie ist ein wichtiger Pfeiler der Gesundheitspolitik und gehört deshalb zum Grundsatz unserer Strategie «Leuchtturm 2020».

Natürlich gibt es Potenzial für Verbesserung. Auf den folgenden Seiten finden Sie dieses und allerlei anderes rund um die Gesundheit der Zuger Bevölkerung. Wie oft suchen Zugerinnen und Zuger zum Beispiel eine Ärztin oder einen Arzt auf? Wie viele Personen lassen sich gegen Grippe impfen? Wie steht es mit unserem Alkoholkonsum und wie zufrieden sind wir an unserem Arbeitsplatz?

Ich wünsche Ihnen eine interessante Lektüre.

Zug, im April 2014

Regierungsrat Urs Hürlimann
Gesundheitsdirektor des Kantons Zug

Gezielte Gesundheitsförderung und Prävention sind nur möglich, wenn der Gesundheitszustand der Bevölkerung bekannt ist. Die Schweizerische Gesundheitsbefragung, die alle fünf Jahre vom Bundesamt für Statistik (BFS) durchgeführt wird, informiert über den Gesundheitszustand und das Gesundheitsverhalten der Schweizer Bevölkerung sowie über die Inanspruchnahme der Gesundheitsdienste. Die vorliegende Broschüre präsentiert die Ergebnisse der Schweizerischen Gesundheitsbefragung 2012 für den Kanton Zug und macht den Vergleich zur Gesamtschweiz.

Zugerinnen und Zuger fühlen sich mehrheitlich gesund
88 Prozent der Zugerinnen und Zuger bezeichnen sich selbst als gesund. Damit liegen sie über dem schweizerischen Durchschnitt von 83 Prozent. Die Hälfte der Zuger Bevölkerung ist frei von körperlichen Beschwerden, 16 Prozent sind stark davon betroffen – Frauen doppelt so häufig wie Männer. Mit steigendem Alter nehmen anhaltende gesundheitliche Probleme wie chronische Erkrankungen erwartungsgemäss zu; trotzdem bleibt das gesundheitliche Wohlbefinden hoch.

Weniger Arztbesuche in Zug als in der Gesamtschweiz
87 Prozent der Zuger Bevölkerung haben eine Hausärztin oder einen Hausarzt. Während Zugerinnen und Zuger 3,2 Mal pro Jahr eine Arztpraxis aufsuchen, tun dies Schweizerinnen und Schweizer im Schnitt 3,9 Mal. Im Vergleich zum Jahr 2002 unterzog sich in Zug ein Drittel mehr Frauen ab 20 Jahren einer Mammografie. 30 Prozent der 50- bis 69-Jährigen liessen einen Hämokkult-Test (Untersuchung auf nicht von Auge erkennbares Blut im Stuhl) durchführen, 38 Prozent eine Darmspiegelung. Rund ein Drittel der Personen ab 65 Jahren impft sich jährlich gegen Grippe.

Höhere psychische Gesundheit bei Zugerinnen und Zugern
81 Prozent der Zuger Bevölkerung bezeichnen sich als vital und energiegeladen. Psychisch wenig belastet fühlen sich in Zug 86 Prozent, in der Schweiz 82 Prozent. Vier von fünf erwerbstätigen Zugerinnen und Zugern sind mit ihrer Arbeitssituation zufrieden. Ebenso viele erleben nie oder nur ab und zu Stress bei der Arbeit. Junge Menschen und solche mit höherer Berufs- oder Hochschulbildung erleben am ehesten Stress am Arbeitsplatz.

Zugerinnen und Zuger körperlich aktiver als noch 2002
Drei Viertel der Zuger Bevölkerung sind mindestens zweimal pro Woche in der Freizeit körperlich aktiv. Zugelegt haben vor allem die Über-65-Jährigen: Ihr Anteil ist von 49 Prozent im Jahr 2002 auf 76 Prozent im Jahr 2012 gestiegen. Trotz gutem Bewegungsverhalten sind 38 Prozent der Kantonsbevölkerung übergewichtig – Männer bedeutend mehr als Frauen. Die Empfehlung, täglich fünf Portionen Gemüse und Früchte zu essen, befolgen 19 Prozent. Hindernisse für eine ausgewogene Ernährung sind vor allem die Vorliebe für «gutes Essen» und Gewohnheiten im Alltag.

Je nach Alter und Geschlecht unterschiedlicher Alkohol- und Tabakkonsum
85 Prozent der Zugerinnen und Zuger trinken massvoll Alkohol. Das Konsumverhalten variiert jedoch stark nach Alter und Geschlecht: Die Hälfte der 15- bis 34-jährigen Männer betrinkt sich mindestens einmal im Monat. 4 Prozent aller Zugerinnen und Zuger konsumieren chronisch zu viel Alkohol. Der Anteil Nichtrauchender hat seit 2002 im Kanton Zug von 72 auf 77 Prozent zugenommen. Diese positive Entwicklung betrifft vor allem Frauen: Seit 2002 hat sich ihr Anteil an den Rauchenden nahezu halbiert, während jener der Männer unverändert blieb. Am häufigsten greifen 15- bis 34-jährige Männer zur Zigarette (41 Prozent).

Eigenverantwortung steht im Zentrum

Im «Leuchtturm 2020» (www.zg.ch/gd) definierte die Gesundheitsdirektion des Kantons Zug neun Leitlinien. Diese setzen die Leitplanken, an denen sich die Gesundheitsdirektion bei ihrer Arbeit orientiert. Die Eigenverantwortung des Einzelnen steht im Zentrum und bestimmt auch die Leitlinie 5 zu Gesundheitsförderung und Prävention: «Gesundheitsförderung und Prävention sind primär Privatsache. Statt auf Vorschriften und Verbote setzen wir auf Anreize, Information und Beratung.»

Jede und jeder kann viel zu ihrer respektive seiner Gesundheit beitragen – dazu braucht es Wissen über gesundes Verhalten. Ein Ziel der Gesundheitsförderung und Prävention ist deshalb die Erhöhung der Gesundheitskompetenz der Zugerinnen und Zuger. Für eine optimale Dienstleistung fördern wir die Vernetzung der Partnerorganisationen. Weitere Schwerpunkte sind die Krebsvorsorge, Psychische Gesundheit oder Alkohol- und Tabakkonsum.

Erkenntnisse und Konsequenzen aus der Schweizerischen Gesundheitsbefragung 2012

Psychische Gesundheit

Die Mehrheit der Zuger Bevölkerung ist heute gemäss eigener Angabe psychisch gesund. Damit dies auch künftig so bleibt, wird das Netzwerk aller Beteiligten im Bereich Psychische Gesundheit mit der Unterstützung der Gesundheitsdirektion weiter gefestigt. In diesem Netzwerk wirken mittlerweile über 50 Organisationen mit.

Gesundheit im Alter

Die Mehrheit der älteren Menschen fühlt sich gut – trotz der Zunahme von gesundheitlichen Problemen im Alter. Damit das hohe Wohlbefinden beibehalten und womöglich noch gesteigert werden kann,

unterstützt die Gesundheitsdirektion auf das Alter ausgerichtete Projekte. Diese sollen Angehörige und Fachpersonen mit einschliessen.

Übergewicht
Übergewicht ist auch im Kanton Zug verbreitet. Häufig beginnt dieses bereits im Kindesalter. Der Kanton Zug setzt deshalb mit seinem Programm «Gesundes Körpergewicht» direkt bei Kindern und Jugendlichen an. Die Gesundheitsdirektion berät zum Beispiel Fachpersonen von Kindertagesstätten und Kindergärten, damit Kinder früh Freude an der Bewegung erfahren und lernen, sich massvoll zu ernähren.

Alkohol- und Tabakkonsum
Vor allem jugendliche Männer rauchen häufig und betrinken sich regelmässig. Dies bleibt nur bei einem Teil der Jugendlichen ein vorübergehendes Entwicklungsphänomen; eine zielgruppengerechte Aufklärung ist deshalb besonders wichtig. Die Gesundheitsdirektion beginnt schon früh mit der Informationsvermittlung; über Lehrmittel und Projekte soll die Kompetenz von Kindern und Jugendlichen im späteren Umgang mit Alkohol und Tabak erlernt respektive gesteigert werden.

Das Gesundheitsamt – Ihr Partner bei Fragen
Haben Sie Fragen zu Gesundheitsförderung und Prävention? Dann ist das Gesundheitsamt die richtige Stelle. Treten Sie mit den Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern in Kontakt; sie beraten und informieren Sie gerne.

Kontakt
Gesundheitsamt des Kantons Zug, Aegeristrasse 56, 6300 Zug
Tel. 041 728 35 16, gesundheitsamt@zg.ch, www.zg.ch/gea

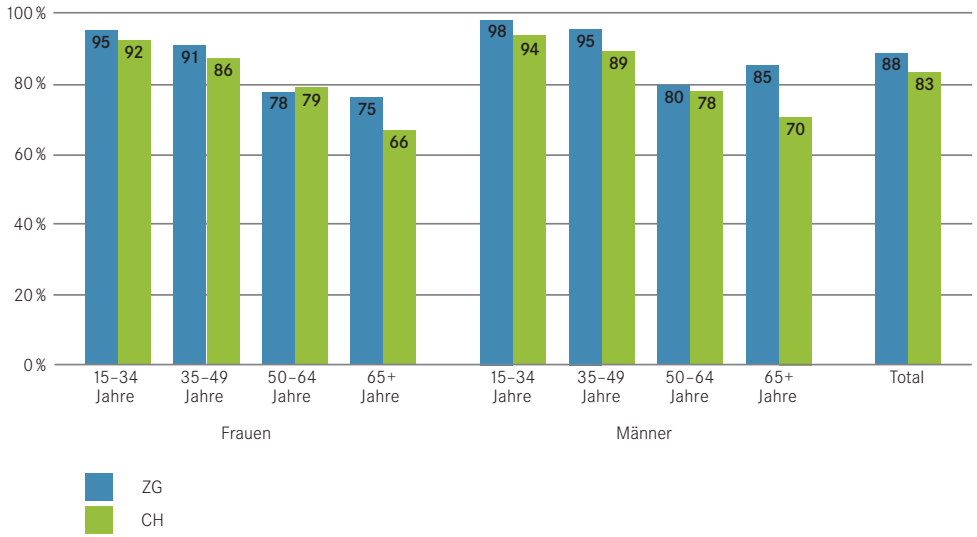
Gesundheitliches Wohlbefinden

Die Mehrheit der Zugerinnen und Zuger fühlt sich gesund. 88 Prozent bezeichnen ihren Gesundheitszustand als gut oder sehr gut. Diese Zahlen beruhen zwar auf Selbsteinschätzungen, doch Selbsteinschätzungen der Gesundheit vermögen die künftige Inanspruchnahme der Gesundheitsdienste gut vorherzusagen.

Gesundheitliches Wohlbefinden nimmt tendenziell mit dem Alter ab: Während sich im Kanton Zug über 90 Prozent der 15- bis 49-Jährigen gesundheitlich gut oder sehr gut fühlen, sind es bei den Über-50-Jährigen noch zwischen 75 und 85 Prozent. Zuger Männer über 65 Jahre bilden hier jedoch eine Ausnahme. Entgegen dem allgemeinen Trend fühlen sie sich im Schnitt gesünder als die 50- bis 64-jährigen Männer in Zug. Dadurch liegt der gesamtschweizerische Durchschnitt der Männer in der Altersgruppe über 65 Jahre deutlich unter dem Zuger Wert (70 Prozent in der Gesamtschweiz gegenüber 85 Prozent in Zug). Ein Blick auf die durchschnittliche Lebensdauer in den Kantonen zeigt übereinstimmende Befunde: Zug gehört zu den Kantonen mit der höchsten Lebenserwartung bei Männern (81,8 Jahre; Lebenserwartung bei Geburt für die Jahre 2011/2012, BFS).

Ein überdurchschnittliches gesundheitliches Wohlbefinden bleibt aber nicht nur den männlichen Personen über 65 Jahre vorbehalten; nahezu über alle Alterskategorien hinweg schätzen Zugerinnen und Zuger ihren Gesundheitszustand besser ein als Schweizerinnen und Schweizer. Im Vergleich zu Frauen stufen Männer ihr gesundheitliches Wohlbefinden etwas häufiger als gut oder sehr gut ein (91 gegenüber 86 Prozent). Zugleich fühlen sich Personen mit höherer Berufs- oder Hochschulbildung häufiger gesundheitlich gut oder sehr gut als Personen ohne nachobligatorische Bildung (93 gegenüber 79 Prozent).

Gesundheitliches Wohlbefinden



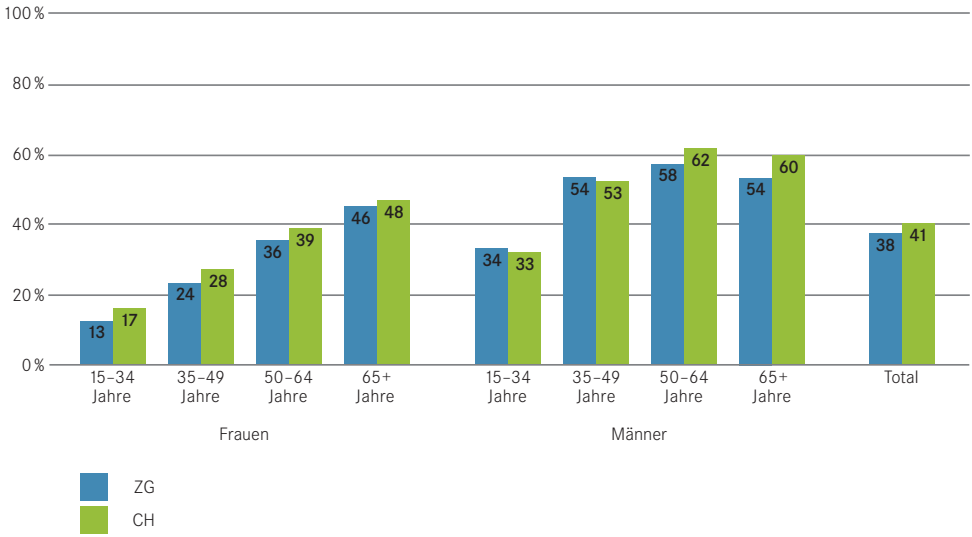
Körpergewicht

38 Prozent der Zuger Bevölkerung sind zu schwer. 30 Prozent gelten laut Einteilung des Körpergewichts nach Body-Mass-Index (BMI)[1] als übergewichtig, 8 Prozent als fettleibig oder adipös. Frauen sind bedeutend weniger häufig übergewichtig oder fettleibig als Männer (28 gegenüber 49 Prozent). Der Anteil übergewichtiger oder fettleibiger Personen verdoppelt sich von der jüngsten bis zur ältesten Altersgruppe: von 24 Prozent bei den 15- bis 34-Jährigen auf 49 Prozent bei den Über-65-Jährigen. In der Gesamtschweiz ist der Anteil übergewichtiger oder fettleibiger Personen nur unwesentlich höher.

Personen mit höherer Berufs- oder Hochschulbildung sind weniger häufig fettleibig als solche ohne nachobligatorische Bildung (6 gegenüber 15 Prozent). Hingegen beträgt der Anteil übergewichtiger Personen, also Personen mit einem BMI zwischen 25 und 29, bei allen drei Bildungsniveaus rund 30 Prozent.

[1] Beim Body-Mass-Index (BMI) handelt es sich um eine Klassifikation des Körpergewichts. Der BMI setzt die Grösse und das Gewicht eines Menschen ins Verhältnis. Er berechnet sich, indem das Körpergewicht in Kilogramm durch die quadrierte Körpergrösse in Meter geteilt wird. Ab einem BMI von 25 handelt es sich gemäss Weltgesundheitsorganisation (WHO) um Übergewicht, ab einem BMI von 30 um Fettleibigkeit oder Adipositas. Da der BMI die Statur, Fett- und Muskelanteile im Körper nicht berücksichtigt, stellt der Index nur eine Orientierungsgrösse dar.

Übergewicht (BMI ab 25)



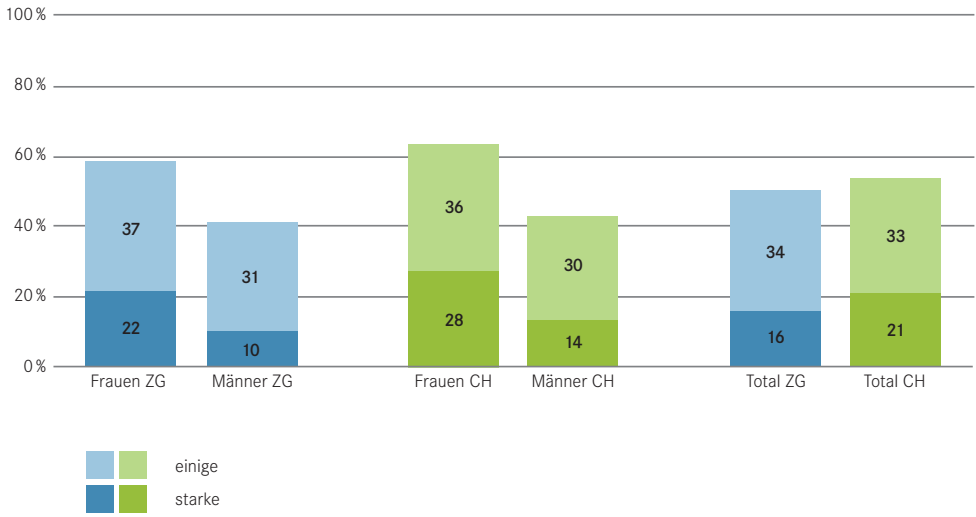
Körperliche Beschwerden

Körperliche Beschwerden wie Rückenschmerzen, Kopfschmerzen oder Verdauungsprobleme schränken das gesundheitliche Wohlbefinden ein. Während die Hälfte der Zuger Bevölkerung beschwerdefrei ist, berichten 34 Prozent von einigen, 16 Prozent von starken körperlichen Beschwerden in den letzten vier Wochen vor der Befragung. In der Gesamtschweiz präsentiert sich das Bild ähnlich: Mit 46 Prozent sind etwas weniger Personen frei von Beschwerden, 21 Prozent berichten von starken körperlichen Beschwerden.

Ob eine Person körperliche Beschwerden hat, hängt vor allem vom Geschlecht ab und weniger vom Alter: Sechs von zehn Männern, aber nur vier von zehn Frauen geben an, beschwerdefrei zu sein; gleichzeitig berichten 13 Prozent der 15- bis 34-Jährigen von starken körperlichen Beschwerden; bei den Über-65-Jährigen sind es mit 19 Prozent nur unwesentlich mehr. Starke körperliche Beschwerden scheinen in erster Linie Frauen zu treffen, sowohl in Zug (22 Prozent bei Frauen gegenüber 10 Prozent bei Männern) als auch in der Schweiz (28 gegenüber 14 Prozent). Gleichzeitig sind körperliche Beschwerden bei Personen ohne nachobligatorische Bildung verbreiteter als bei Personen, die nach der Schulzeit eine Ausbildung absolvierten (23 gegenüber 12 Prozent).

Frauen nennen als körperliche Beschwerden am häufigsten Schwächegefühle, Müdigkeit und Energielosigkeit (47 Prozent), gefolgt von Kopfschmerzen (40 Prozent) und Rückenschmerzen (38 Prozent). Bei Männern sind Rückenschmerzen am verbreitetsten (31 Prozent), vor Schwächegefühlen, Müdigkeit, Energielosigkeit (30 Prozent) und Kopfschmerzen (28 Prozent). Von Schulter-, Nacken- und Armschmerzen sind 32 Prozent der Zuger Bevölkerung betroffen, 31 Prozent leiden an Schlafstörungen.

Körperliche Beschwerden (in den letzten 4 Wochen)

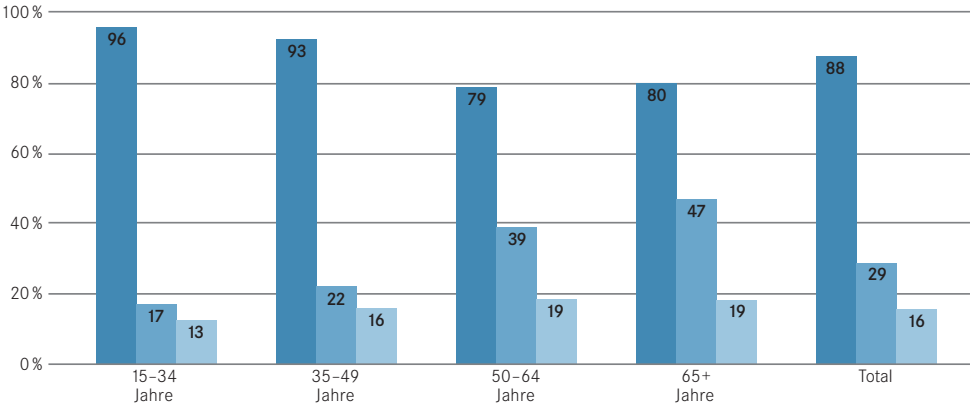


Hohes Wohlbefinden trotz gesundheitlicher Probleme

Während körperliche Beschwerden wie Schwächegefühle oder Rückenschmerzen mit dem Alter nur moderat zunehmen – 60 Prozent der über 65-jährigen Männer in Zug geben an, keine oder kaum körperliche Beschwerden zu haben – häufen sich lang anhaltende gesundheitliche Probleme mit dem Alter deutlich: Von 17 Prozent bei den 15- bis 34-Jährigen auf 47 Prozent bei den Über-65-Jährigen. Diese unterschiedlichen Verläufe zeigen einerseits, dass lang anhaltende gesundheitliche Probleme wie zum Beispiel chronische Erkrankungen nicht zwangsläufig mit körperlichen Beschwerden einhergehen. Ein Vergleich mit der Entwicklung des gesundheitlichen Wohlbefindens macht andererseits deutlich, dass ein Teil der Menschen mit lang anhaltenden gesundheitlichen Problemen und körperlichen Beschwerden ihren Gesundheitszustand doch als gut einschätzen.

Die Grafik illustriert die Zusammenhänge: Mit zunehmendem Alter nehmen lang anhaltende gesundheitliche Probleme zu, während das gesundheitliche Wohlbefinden abnimmt – jedoch nicht in gleich starkem Ausmass. Gesundheitliche Probleme beeinträchtigen somit das gesundheitliche Wohlbefinden nicht in jedem Fall und sie hängen nicht immer mit körperlichen Beschwerden zusammen. Vielmehr treffen starke körperliche Beschwerden jüngere und ältere Personen ähnlich oft: Der Anteil Personen mit starken körperlichen Beschwerden steigt von 13 Prozent in der Altersgruppe der 15- bis 34-Jährigen auf 16 Prozent bei den 35- bis 49-Jährigen und bleibt ab der Gruppe der 50- bis 64-Jährigen stabil bei 19 Prozent.

Veränderung des Wohlbefindens mit dem Alter



gesundheitliches Wohlbefinden
lang anhaltende gesundheitliche Beschwerden
starke körperliche Beschwerden

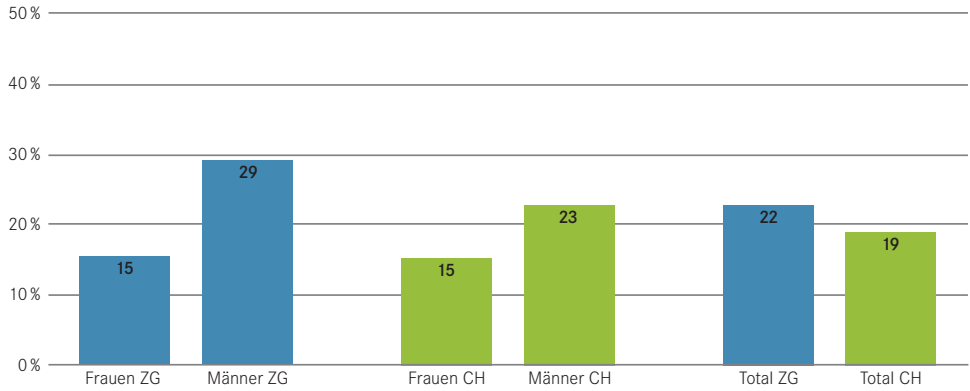
Nur Personen aus dem Kanton Zug.

Unfälle

Im Kanton Zug verletzte sich in den zwölf Monaten vor der Befragung jede fünfte befragte Person bei einem Unfall. Männer erlitten doppelt so häufig einen Unfall wie Frauen. Zuger Männer verunfallten aber nicht nur häufiger als Zuger Frauen, sondern auch mehr im Vergleich zu den Männern in der Gesamtschweiz (29 gegenüber 23 Prozent). Für die im Vergleich zu den Frauen hohe Zahl an Unfällen ist vor allem die Gruppe der 15- bis 34-Jährigen verantwortlich. 15- bis 34-jährige Männer sind viermal so oft verunfallt wie Männer über 65 Jahre (44 gegenüber 11 Prozent). Ein Bildungseffekt zeigt sich bei den Unfällen nicht.

Die Mehrheit der verunfallten Frauen und Männer verletzte sich bei Sport- und Spielunfällen. Unfälle beeinträchtigen die körperliche Gesundheit zweifellos. Die hohe Anzahl Unfälle in der Kategorie «Sport und Spiel» spricht im Umkehrschluss jedoch für eine höhere körperliche Aktivität, was sich wiederum positiv auf die Gesundheit auswirkt. Sport- und Spielunfälle nehmen mit zunehmendem Alter erwartungsgemäss ab. Bei den Über-65-Jährigen verletzte sich über die Hälfte der Personen bei Unfällen in Haus und Garten. Nur wenige Unfälle geschehen bei der Arbeit und im Strassenverkehr.

Unfälle (in den letzten 12 Monaten)

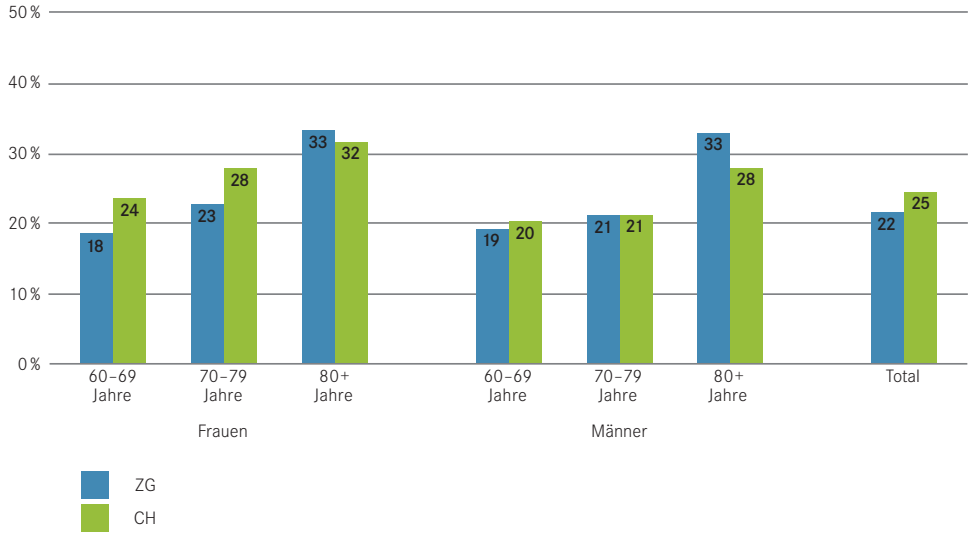


Stürze

Während das Unfallgeschehen ganz allgemein stark mit dem Geschlecht in Beziehung steht, hängen Stürze im Stehen oder Gehen vor allem mit dem Alter zusammen: Im Kanton Zug ist jede dritte Person über 80 Jahre in den zwölf Monaten vor der Befragung mindestens einmal gestürzt; Männer genauso häufig wie Frauen. Bei den Über-60-Jährigen waren es zwischen 18 und 19 Prozent. Höheres Alter geht unter anderem aufgrund schwächerer Muskulatur, Gleichgewichtsstörungen und verlangsamten Reaktionen mit einem erhöhten Sturzrisiko einher. Zwei Drittel der gestürzten Personen erlitten einen einzigen Sturz; ein Drittel ist zweimal oder noch häufiger gestürzt.

Verunfallen Zuger Männer im Vergleich zu Schweizer Männern häufiger, so ist es bei den Zuger Frauen im Bereich Stürze umgekehrt: Sie stürzen weniger häufig als gleichaltrige Frauen in der Schweiz. Zuger Frauen sind körperlich allerdings aktiver: 91 Prozent der über 65-jährigen Frauen sind regelmässig körperlich aktiv, gegenüber 78 Prozent der über 65-jährigen Frauen in der Schweiz. Je älter die Personen jedoch werden, desto stärker gleichen sich die Werte an. In der Altersgruppe ab 80 Jahren ist die Anzahl Stürze sowohl bei Frauen und Männern als auch in der Zuger und in der Schweizer Bevölkerung beinahe gleich.

Stürze (in den letzten 12 Monaten)



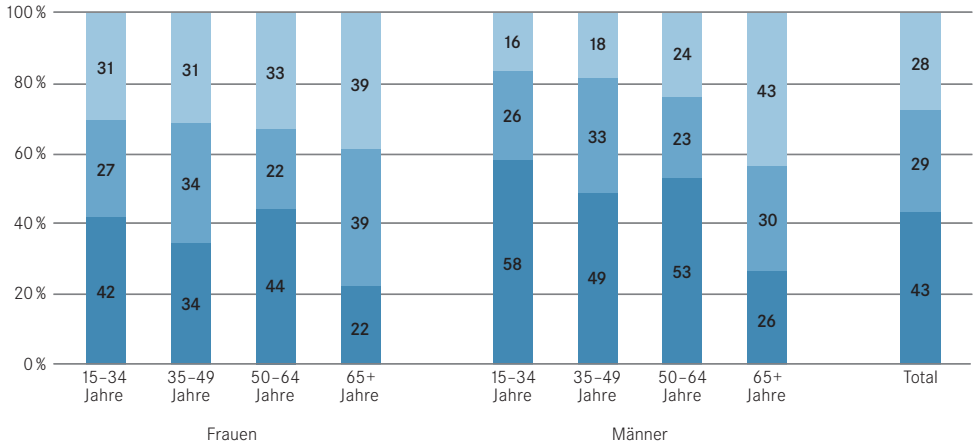
Arztbesuche

87 Prozent der Zuger Bevölkerung haben eine persönliche Hausärztin oder einen persönlichen Hausarzt. In der Schweiz sind es 90 Prozent. Jüngere Personen haben seltener eine persönliche Hausärztin beziehungsweise einen persönlichen Hausarzt als ältere Personen und höher gebildete Personen seltener als weniger gebildete.

Zugerinnen und Zuger suchen pro Jahr im Durchschnitt weniger oft eine Arztpraxis auf als Schweizerinnen und Schweizer: 3,2 Arztbesuchen in Zug stehen 3,9 Arztbesuche in der Gesamtschweiz gegenüber. In der Regel wird zunächst eine allgemein praktizierende Ärztin beziehungsweise ein allgemein praktizierender Arzt (Haus- oder Kinderärzte) konsultiert.

Am häufigsten nehmen Frauen und ältere Menschen Gesundheitsleistungen in Anspruch. Während in den letzten zwölf Monaten vor der Befragung 83 Prozent der Frauen mindestens einmal eine Ärztin oder einen Arzt konsultierten, waren es bei den Männern nur 68 Prozent. Ab 65 Jahren nehmen Arztbesuche sowohl bei Frauen als auch bei Männern deutlich zu, was mit steigenden gesundheitlichen Problemen, aber auch mit zum Teil vorgeschriebenen Kontrolluntersuchungen zusammenhängen dürfte. Zudem zeigt sich: Je höher die Bildung, desto weniger oft geht eine Person zum Arzt.

Arztbesuche (in den letzten 12 Monaten)



Für die Grafik wurden sämtliche Arztbesuche berücksichtigt.

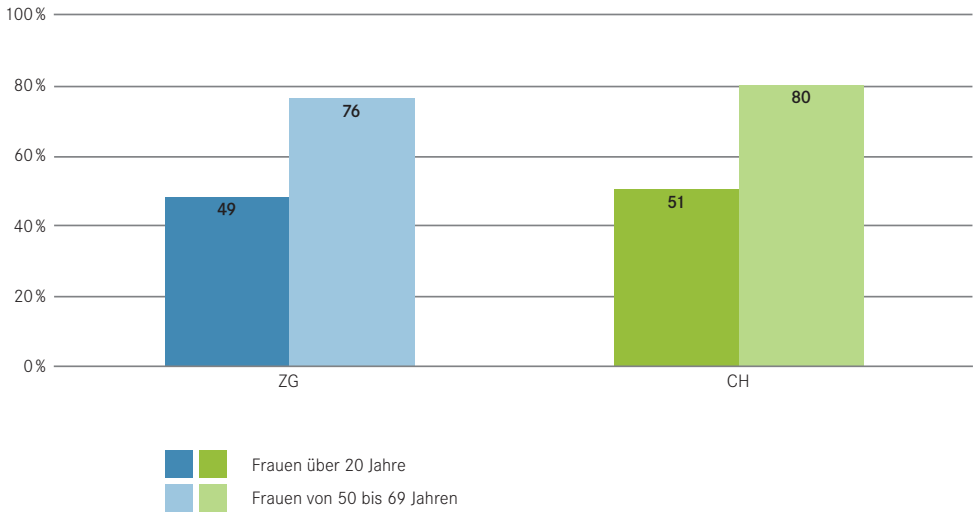
Früherkennung von Brustkrebs

Brustkrebs ist die häufigste Krebsart bei Frauen. Jährlich sterben in der Schweiz über 1300 Frauen an den verschiedenen Formen von Brustkrebs (BFS). Vier von fünf Betroffenen sind über 50 Jahre alt. Frauen von 50 bis 69 Jahren empfehlen Fachkreise deshalb, sich alle zwei Jahre einer Mammografie, einer Röntgenuntersuchung der Brust, zu unterziehen.

76 Prozent der 50- bis 69-jährigen Frauen in Zug haben bereits einmal eine Mammografie durchführen lassen; bei 18 Prozent fand diese innerhalb der letzten zwölf Monate vor der Befragung statt. Betrachtet man alle Frauen ab 20 Jahren, so haben 49 Prozent schon mindestens einmal eine Mammografie vornehmen lassen. Dies ist ein Drittel mehr als noch im Jahr 2002. Die Inanspruchnahme der Mammografie ist in der Schweiz ein wenig höher als in Zug.

Frauen mit höherer Berufs- oder Hochschulbildung lassen weniger oft eine Mammografie vornehmen als Frauen ohne nachobligatorische Bildung (41 gegenüber 55 Prozent). Dieser Unterschied findet sich auch in der Gesamtschweiz (45 gegenüber 59 Prozent).

Inanspruchnahme Mammografie

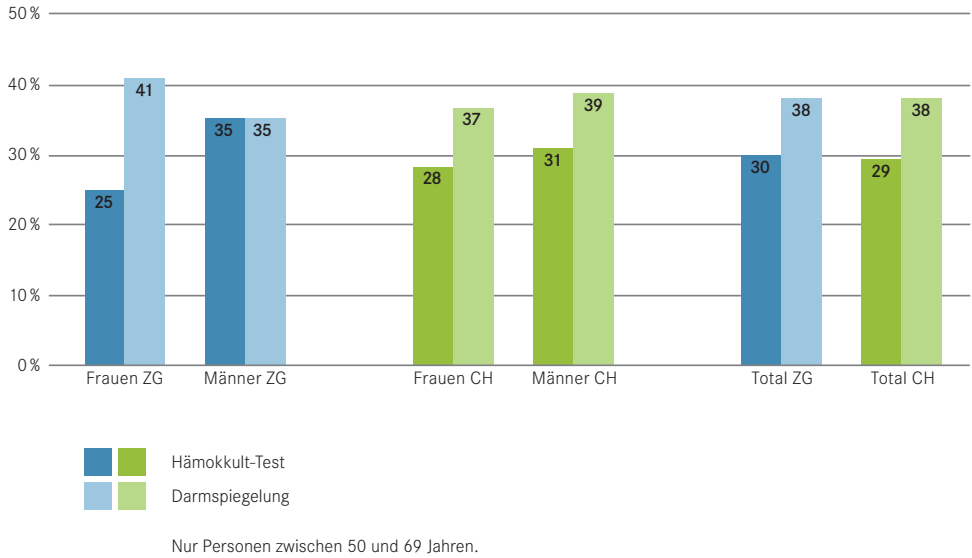


Früherkennung von Darmkrebs

Darmkrebs gehört wie Brustkrebs zu den häufigen Krebserkrankungen in der Schweiz. Pro Jahr erkranken schweizweit 4100 Personen neu an den verschiedenen Formen von Darmkrebs, 1600 sterben jährlich an den Folgen der Krankheit, was 10 Prozent aller krebsbedingten Todesfälle ausmacht (BFS). Seit Juli 2013 übernimmt die Krankenkasse bei Personen im Alter von 50 bis 69 Jahren die Kosten zweier Methoden zur Früherkennung von Darmkrebs: Alle zwei Jahre einen Hämokkult-Test (Untersuchung auf nicht von Auge erkennbares Blut im Stuhl) und alle zehn Jahre eine Darmspiegelung. Diese Zeitabstände entsprechen den Fachempfehlungen zur Häufigkeit der Vorsorgeuntersuchung bei Personen ab 50 Jahren.

Früherkennungsuntersuchungen für Darmkrebs werden im Kanton Zug wie auch schweizweit noch wenig beansprucht. Nur je 38 Prozent der 50- bis 69-jährigen Zuger Kantonsbevölkerung und der Bevölkerung in der Gesamtschweiz haben schon einmal eine Darmspiegelung vornehmen lassen, 30 Prozent der Zuger beziehungsweise 29 Prozent der Schweizer Bevölkerung einen Hämokkult-Test. Zum Vergleich: Die Untersuchung zur Früherkennung von Prostatakrebs wird von 68 Prozent der 50- bis 69-jährigen Männer in Zug in Anspruch genommen, die Untersuchung zur Früherkennung von Gebärmutterhalskrebs von 93 Prozent der Zuger Frauen von 50 bis 69 Jahren.

Inanspruchnahme Hämokkult-Test und Darmspiegelung



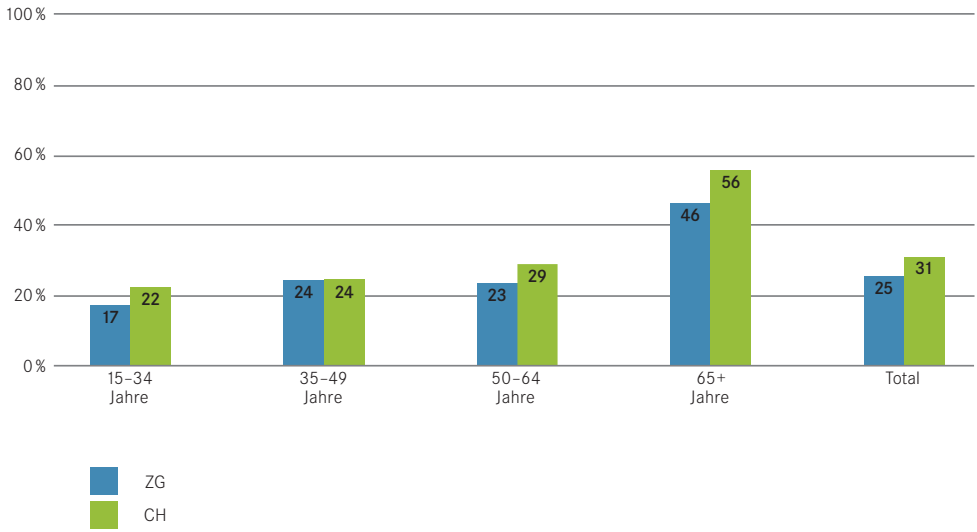
Nur Personen zwischen 50 und 69 Jahren.

Grippeimpfung

In Zug impfen sich vor allem Personen ab 65 Jahren gegen Grippe. Bei den Frauen wie bei den Männern dieser Altersgruppe haben sich 49 Prozent bereits einmal einer Grippeimpfung unterzogen: 35 Prozent der Frauen und 30 Prozent der Männer innerhalb der letzten zwölf Monate vor der Befragung. Laut Bundesamt für Gesundheit haben Personen ab 65 Jahren ein erhöhtes Komplikationsrisiko bei einer Grippeerkrankung, weshalb ihnen die jährliche Grippeimpfung empfohlen wird. In Zug hält sich rund ein Drittel der über 65-jährigen Personen an diese Empfehlung, in der Gesamtschweiz sind es 40 Prozent.

Nicht nur Zugerinnen und Zuger über 65 Jahre lassen sich weniger häufig als der schweizerische Durchschnitt gegen Grippe impfen, auch die Zugerinnen und Zuger der anderen Alterskategorien impfen sich weniger häufig gegen Grippe als Schweizerinnen und Schweizer. Personen mit höherem Berufs- oder Hochschulabschluss sind tendenziell häufiger geimpft als Personen ohne nachobligatorische Bildung.

Inanspruchnahme Grippeimpfung



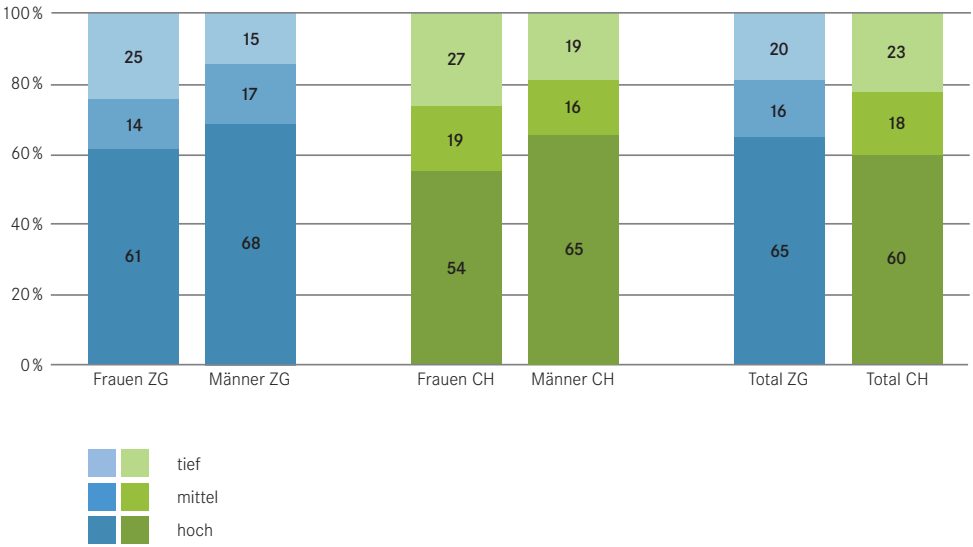
Energie und Vitalität

Der Indikator «Energie und Vitalität» beschreibt das subjektive Gefühl, voller Leben und Energie respektive wenig erschöpft und müde zu sein. In Zug fühlen sich 81 Prozent der Bevölkerung vital und energiegeladen (mittlere und hohe Energie und Vitalität in der Grafik). Bei Männern ist der Anteil etwas höher als bei Frauen (85 gegenüber 75 Prozent). Die Zuger Bevölkerung fühlt sich geringfügig vitaler als die Schweizer Bevölkerung (81 gegenüber 78 Prozent).

Das Gefühl, vital und energiegeladen zu sein, nimmt mit dem Alter tendenziell zu. Im Kanton Zug steigt der Anteil der sich vital fühlenden Personen von der 15- bis 34-jährigen Altersgruppe zur Altersgruppe der Über-65-Jährigen von 80 auf 84 Prozent an, in der Gesamtschweiz von 75 auf 80 Prozent. Personen mit höherer Berufs- oder Hochschulbildung verfügen gemäss Befragung über mehr Energie und Vitalität als Personen ohne nachobligatorische Bildung (86 gegenüber 65 Prozent).

Die Zuger Bevölkerung fühlt sich nicht nur vital, sondern beurteilt auch ihre Lebensqualität als gut bis sehr gut (96 Prozent).

Energie und Vitalität



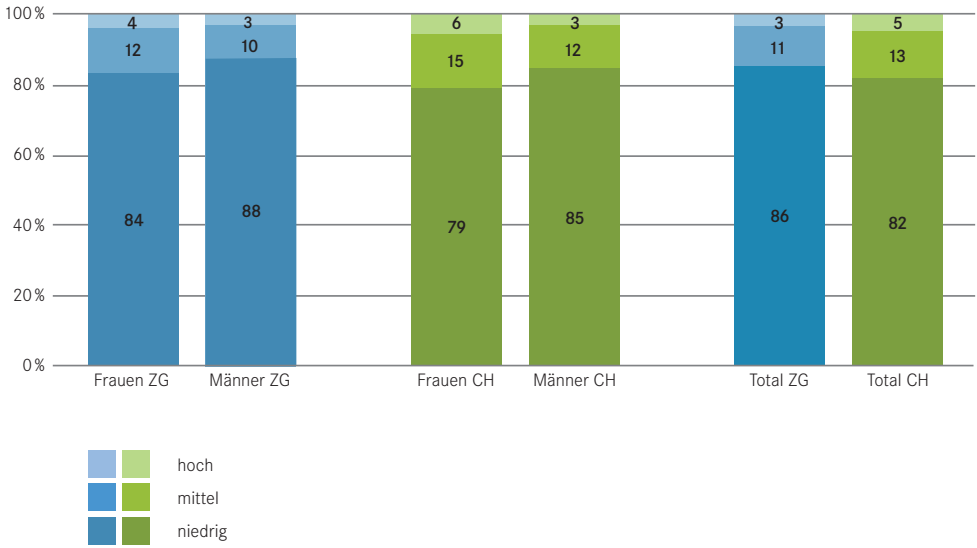
Psychische Belastung

86 Prozent der Zuger Bevölkerung schätzen ihre psychische Belastung niedrig ein. Der Indikator «Psychische Belastung» zeigt, wie nervös, niedergeschlagen und verstimmt, aber auch wie unausgeglichen und unglücklich eine Person ist. Frauen sind etwas häufiger psychisch belastet als Männer (16 gegenüber 13 Prozent). Der Anteil psychisch mittel- und hochbelasteter Personen ist in der Gesamtschweiz etwas höher als in Zug (18 gegenüber 14 Prozent).

Die psychische Belastung nimmt mit dem Älterwerden weder eindeutig zu noch ab. Es zeigt sich jedoch ein Bildungseffekt: Personen ohne nachobligatorische Bildung fühlen sich häufiger psychisch belastet als Personen mit höherem Schul- oder Hochschulabschluss (21 gegenüber 8 Prozent).

4 Prozent der Zuger Frauen und 3 Prozent der Zuger Männer fühlen sich psychisch hochbelastet. Ein ähnlich grosser Anteil (rund 5 Prozent) befindet sich nach eigenen Angaben wegen psychischer Probleme in Behandlung. Ebenfalls 5 Prozent leiden unter depressiven Symptomen wie Niedergeschlagenheit, Schlaf- und Konzentrationsschwierigkeiten, Interesselosigkeit sowie Müdigkeit. Die Werte decken sich mit den Werten für die Gesamtschweiz: Rund 5 Prozent sind in psychischer Behandlung, 7 Prozent weisen depressive Beschwerden auf.

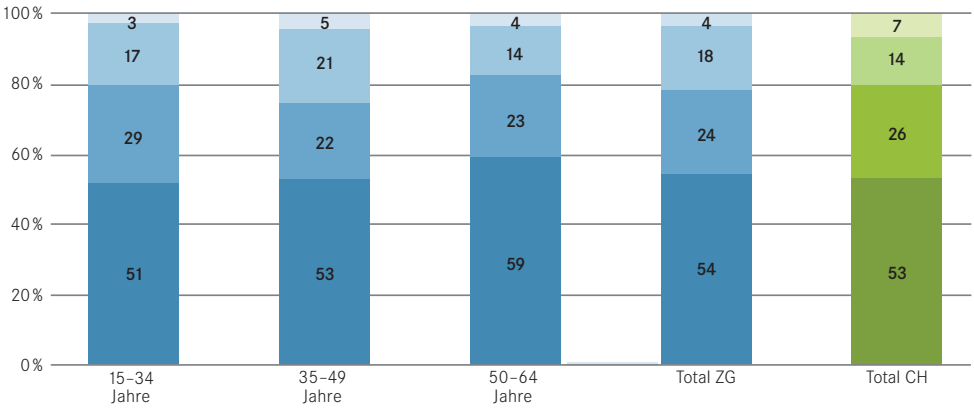
Psychische Belastung



Zufriedenheit am Arbeitsplatz
Die Mehrheit der befragten Erwerbstätigen im Kanton Zug weist eine hohe Arbeitszufriedenheit auf: 78 Prozent sind mit ihrer Arbeitssituation hoch bis sehr hoch zufrieden, was dem schweizerischen Durchschnitt entspricht (79 Prozent). Der Anteil sehr hoch zufriedener Personen nimmt mit dem Alter zu: Bei den 50- bis 64-Jährigen ist er mit 59 Prozent etwas höher als bei den 15- bis 34-Jährigen mit 51 Prozent.

Kaum ein Unterschied zeigt sich beim Geschlecht: Der Anteil sehr hoch zufriedener Personen ist bei Frauen ein wenig höher als bei Männern (55 Prozent bei den Frauen gegenüber 52 Prozent bei den Männern). Hingegen hat das Bildungsniveau einen starken Effekt auf die Arbeitszufriedenheit: Personen, die sich nach der obligatorischen Schulzeit weitergebildet haben, sind häufiger sehr hoch zufrieden bei der Arbeit als Personen, die keine weitere Ausbildung absolvierten. 56 Prozent der Personen mit Abschluss auf Sekundarstufe II und 57 Prozent der Personen mit höherem Berufs- oder Hochschulabschluss sind sehr hoch zufrieden bei der Arbeit gegenüber 27 Prozent der Personen ohne nachobligatorische Bildung.

Zufriedenheit am Arbeitsplatz



Nur erwerbstätige Personen bis 64 Jahre.

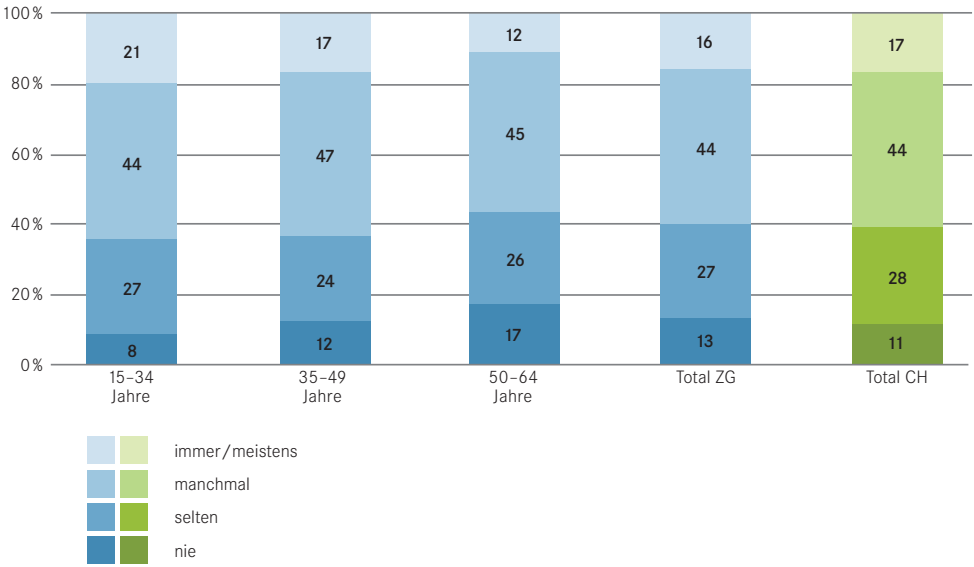
Stress am Arbeitsplatz

84 Prozent der befragten Zugerinnen und Zuger fühlen sich am Arbeitsplatz nie oder nur manchmal gestresst. 16 Prozent erleben meistens oder immer Stress bei der Arbeit. In der Gesamtschweiz ist dieser Anteil mit 17 Prozent praktisch gleich hoch. Auch Frauen und Männer erfahren in vergleichbarem Ausmass Stress am Arbeitsplatz.

So wie die Zufriedenheit mit der Arbeitssituation mit zunehmendem Alter ansteigt, nimmt der erlebte Stress bei der Arbeit tendenziell mit dem Alter ab: Bei den 15- bis 34-Jährigen gibt jede fünfte erwerbstätige Person an, bei der Arbeit meistens oder immer Stress zu haben, bei den 50- bis 64-Jährigen ist es eine von zehn Personen.

Neben dem Alter hat auch das Bildungsniveau einen Einfluss auf das Stresserleben am Arbeitsplatz: Je höher die Bildung einer Person ist, desto öfter erlebt sie Stress. 16 Prozent der Personen mit höherem Berufs- oder Hochschulabschluss geben an, meistens Stress zu haben. Dieser Wert beträgt bei Personen ohne nachobligatorische Bildung 6 Prozent. Umgekehrt erleben 32 Prozent der Personen ohne nachobligatorische Bildung nie Stress, bei Personen mit höherem Berufs- oder Hochschulabschluss sind es 8 Prozent.

Stress am Arbeitsplatz



Nur erwerbstätige Personen bis 64 Jahre.

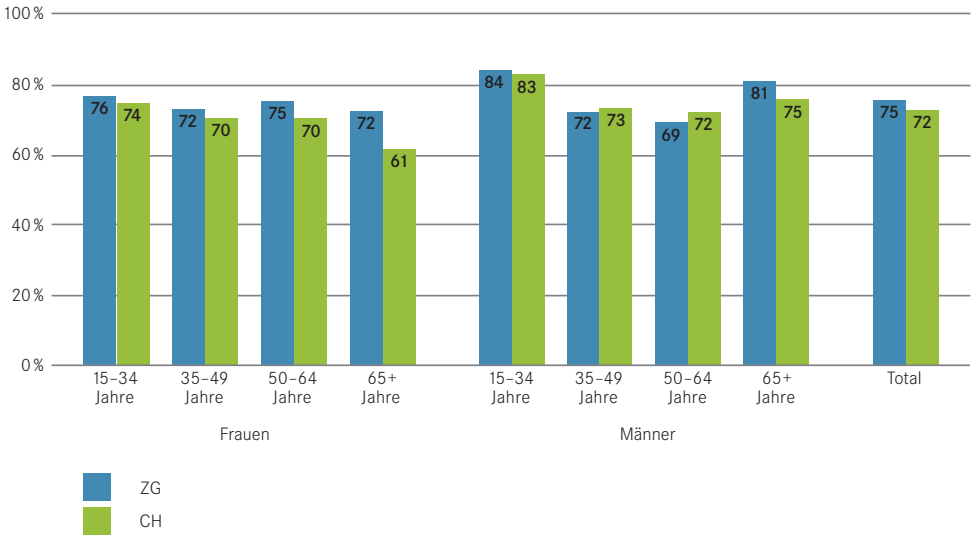
Körperliche Aktivität

75 Prozent der Zuger Bevölkerung sind körperlich aktiv – als aktiv gilt, wer sich mindestens 150 Minuten pro Woche mässig oder zweimal intensiv körperlich betätigt. In der Schweiz bezeichnen sich 72 Prozent als körperlich aktiv. Sowohl in Zug als auch in der Schweiz ist der Anteil körperlich aktiver Personen seit der Befragung 2002 gestiegen: in Zug von 70 auf 75 Prozent, in der Schweiz von 62 auf 72 Prozent. Trotz einer höheren körperlichen Aktivität denken nur 68 Prozent der Zugerinnen und Zuger, dass sie sich für ihre Gesundheit genügend oft bewegen. In der Schweiz sind es 63 Prozent.

Tendenziell nimmt der Anteil körperlich aktiver Personen mit zunehmendem Alter ab. Im Vergleich zum Jahr 2002 stieg der Anteil körperlich aktiver Personen allerdings vor allem bei den über 65-jährigen Personen: von 49 Prozent auf 76 Prozent im Jahr 2012.

Personen ohne nachobligatorische Bildung sind in Zug körperlich aktiver als Personen mit höherem Berufs- oder Hochschulabschluss (80 gegenüber 74 Prozent).

Körperliche Aktivität

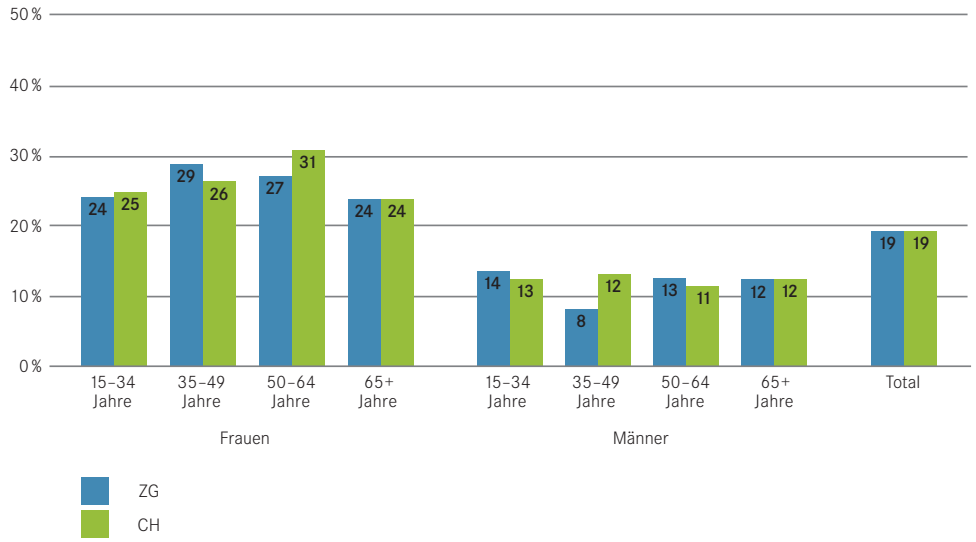


Gemüse- und Früchtekonsum

Fachkreise empfehlen: Wer sich ausgewogen ernährt, nimmt täglich mindestens fünf Portionen Gemüse oder Früchte zu sich. Die Aufforderung «Fünf am Tag» befolgen im Kanton Zug 19 Prozent, wobei sich Frauen mehr als doppelt so häufig daran halten wie Männer (26 gegenüber 12 Prozent). Dieser Geschlechtsunterschied zeigt sich in allen Altersgruppen, sowohl im Kanton Zug als auch in der Gesamtschweiz. Der Anteil Personen, der sich in der Gesamtschweiz an die «Fünf am Tag» hält, ist gleich hoch wie in Zug. Obwohl die Empfehlung somit schweizweit nur von einem Fünftel eingehalten wird, verzehren doch ein Drittel der Zuger und der Schweizer Bevölkerung täglich drei bis vier Portionen Gemüse oder Früchte.

Als Hindernis für eine gesunde Ernährung nennen die Befragten die Vorliebe für «gutes Essen» (44 Prozent), Gewohnheiten und Zwänge im Alltag (39 Prozent) sowie die hohen Kosten für gesunde Speisen (36 Prozent). 31 Prozent betrachten den Zeitaufwand für Einkauf und Zubereitung der Mahlzeiten als Hindernis. Rund einem Viertel fehlt nach eigenen Angaben der gute Wille für ausgewogenes Essen.

Gemüse- und Früchtekonsum: «Fünf am Tag»



Alkoholkonsum

85 Prozent der Zuger Bevölkerung konsumieren Alkohol. 8 Prozent trinken täglich, 49 Prozent einmal bis mehrmals wöchentlich. 29 Prozent konsumieren selten (weniger als einmal monatlich) alkoholische Getränke. Dauerhaft abstinent sind 15 Prozent der Zuger Bevölkerung, wobei Frauen deutlich häufiger als Männer ganz auf Alkohol verzichten (21 gegenüber 9 Prozent). Im Vergleich mit der Gesamtschweiz ist in Zug der Anteil der täglich Konsumierenden etwas kleiner (8 gegenüber 13 Prozent).

Mit zunehmendem Alter steigt der Anteil derjenigen, die täglich Alkohol konsumieren: von 1 Prozent bei den 15- bis 34-Jährigen auf 21 Prozent bei den Über-65-Jährigen. Gesamtschweizerisch zeigt sich mit einem Anstieg von 3 auf 28 Prozent das gleiche Bild. Regelmässiger Alkoholkonsum ist bei Personen mit höherem Berufs- oder Hochschulabschluss verbreiteter als bei Personen ohne nachobligatorische Bildung: Höher gebildete Personen trinken häufiger täglich (10 Prozent) und ein- bis mehrmals wöchentlich (60 Prozent) Alkohol als Personen ohne nachobligatorische Bildung (5 Prozent täglich und 31 Prozent wöchentlich).

Der Anteil Personen, der täglich Alkohol trinkt, hat im Vergleich zum Jahr 2002 etwas abgenommen (von 12 auf 8 Prozent), dafür hat der Anteil Personen, der ein- bis mehrmals wöchentlich alkoholische Getränke konsumiert, etwas zugenommen (von 44 auf 49 Prozent).

Alkoholkonsum

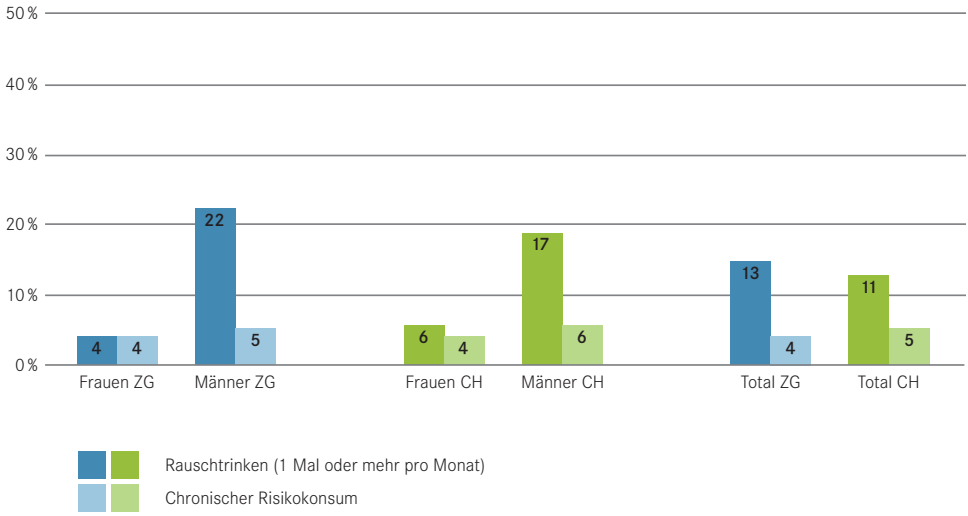
Rauschtrinken und chronischer Risikokonsum

Insbesondere zwei Formen von Alkoholkonsum sind problematisch: chronischer Risikokonsum und Rauschtrinken. Chronischer Risikokonsum liegt vor, wenn eine Person regelmässig zu viel trinkt – die Grenze liegt bei Männern bei vier, bei Frauen bei zwei Standardgläsern Alkoholischem pro Tag (ein Glas bedeutet 3 dl Bier, 1 dl Wein oder 2 cl gebrannte Wasser). Von Rauschtrinken spricht man, wenn eine Person zu viel Alkohol aufs Mal trinkt. Die Grenze liegt bei Männern bei fünf Standardgläsern Alkoholischem und mehr zu einer Gelegenheit, bei Frauen bei vier Gläsern und mehr.

Rauschtrinken ist bei 13 Prozent der Zuger Bevölkerung auszumachen. Diese trinken mindestens einmal pro Monat zu viel Alkohol aufs Mal, wobei sich Männer deutlich häufiger einen Rausch antrinken als Frauen (22 gegenüber 4 Prozent). Auch in der Gesamtschweiz zeigt sich ein Geschlechtsunterschied, allerdings weniger prägnant (17 gegenüber 6 Prozent). Das Phänomen des Rauschtrinkens nimmt mit dem Alter deutlich ab: 50 Prozent der 15- bis 34-jährigen Männer betrinken sich ein- bis mehrmals pro Monat. Hingegen tun dies nur 5 Prozent der 65-jährigen Männer. Das Bildungsniveau spielt beim Risikokonsum keine entscheidende Rolle.

Chronisch zu viel trinken im Kanton Zug 4 Prozent der Frauen und 5 Prozent der Männer. In der Gesamtschweiz sind es 4 Prozent der Frauen und 6 Prozent der Männer.

Rauschtrinken (in den letzten 12 Monaten) und chronischer Risikokonsum



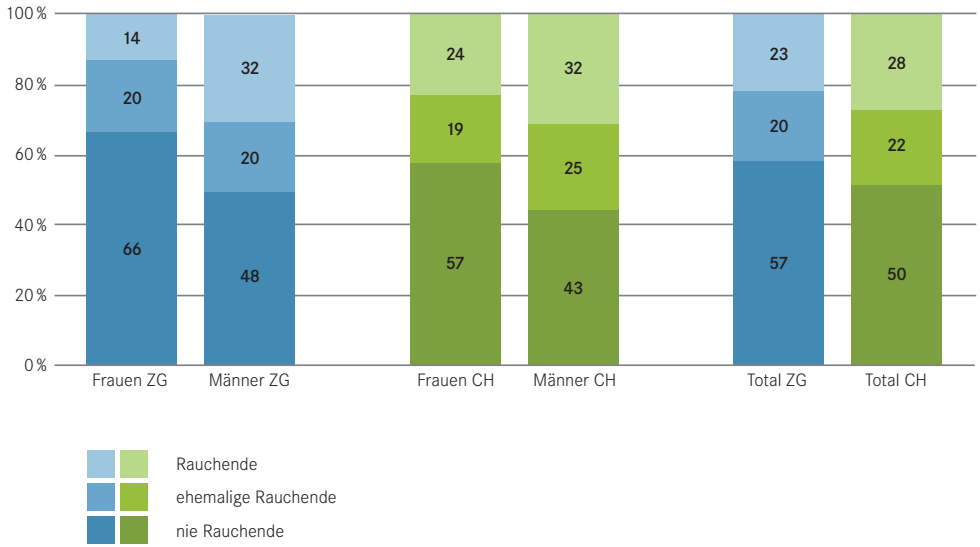
Tabakkonsum

Der Anteil Nichtrauchende hat seit 2002 im Kanton Zug von 72 auf 77 Prozent zugenommen. Diese positive Entwicklung betrifft vor allem Frauen: Seit 2002 hat sich ihr Anteil an den Rauchenden nahezu halbiert, während jener der Männer unverändert blieb. Im Kanton Zug rauchen 32 Prozent der Männer und 14 Prozent der Frauen. In der Gesamtschweiz rauchen ebenfalls 32 Prozent der Männer, mit 24 Prozent jedoch deutlich mehr Frauen als in Zug.

Unter den 77 Prozent Nichtrauchenden sind im Kanton Zug 20 Prozent ehemalige Raucherinnen und Raucher. Der Anteil Personen, der nicht raucht, nimmt mit zunehmendem Alter zu: Während bei den 15- bis 34-Jährigen 70 Prozent nicht rauchen, sind es bei den Über-65-Jährigen 90 Prozent. Am häufigsten wird in Zug und in der Gesamtschweiz in der Gruppe der 15- bis 34-jährigen Männer geraucht (41 Prozent in Zug gegenüber 42 Prozent in der Gesamtschweiz). Ob eine Person raucht oder nicht, hat keinen Zusammenhang mit dem Bildungsniveau.

Rund 37 Prozent der Raucherinnen und Raucher im Kanton Zug würden gerne mit dem Rauchen aufhören – am höchsten ist der Anteil unter den 50- bis 64-jährigen Frauen und Männern. In der Gesamtschweiz möchten 45 Prozent der Rauchenden ganz auf den Tabakkonsum verzichten.

Tabakkonsum



Methode

Datenquelle der vorliegenden Broschüre ist die Schweizerische Gesundheitsbefragung, die das Bundesamt für Statistik (BFS) seit 1992 alle fünf Jahre durchführt. Es handelt sich dabei um eine repräsentative Stichprobenerhebung anhand telefonischer Interviews und einer anschliessenden schriftlichen Befragung. Befragt werden Personen ab 15 Jahren, die in Privathaushalten leben. In Heimen oder Institutionen wohnhafte Personen nehmen nicht an der Befragung teil.

Die Schweizerische Gesundheitsbefragung liefert unter anderem Informationen über den Gesundheitszustand der Schweizer Wohnbevölkerung, ihr Gesundheitsverhalten und die Inanspruchnahme der Gesundheitsdienste.

Die Stichprobe der Zuger Bevölkerung und die der Gesamtschweiz setzen sich folgendermassen zusammen:

Altersgruppen	Frauen Stichprobe ZG	Männer Stichprobe ZG	Total Stichprobe ZG	Total Stichprobe CH
	N	N	N	N
15–34 Jahre	139	132	271	5'610
35–49 Jahre	138	144	282	5'903
50–64 Jahre	135	120	255	5'279
65+ Jahre	108	80	188	4'805
Total	520	476	996	21'597

Die Stichprobenwerte wurden gewichtet. Dadurch lässt sich die Zuverlässigkeit von Hochrechnungen auf die Bevölkerung verbessern. Abweichungen zwischen dem Ergebnis der Befragung

und dem tatsächlichen Verhalten oder Befinden sind methodenbedingt dennoch möglich.

Die Fallzahlen waren in der Regel genügend gross, um eine zuverlässige Aussagekraft zu erreichen. In wenigen Fällen entsprechen die Antworten weniger als 30 befragten Personen. Die Prozentzahlen in den Grafiken wurden generell gerundet (kaufmännisch). Die Summen der Säulen können deshalb rundungsbedingt 99 oder 101 Prozent betragen.

In die Ergebnisdarstellung münden zudem Aussagen über das Bildungsniveau der Befragten. Es wurden drei Bildungskategorien verwendet:

Ohne nachobligatorische Bildung
Personen, die noch in der obligatorischen Schule sind, diese nicht abgeschlossen oder (noch) keinen weiteren Abschluss gemacht haben.

Sekundarstufe II
Personen mit Abschluss einer Anlehre, Berufslehre, Vollzeitberufsschule, Berufsmaturität, 1- bis 2-jährige Handelsschule, Diplommittelschule, allgemeinbildende Schule, Maturitätsschule oder Haushaltsschule.

Höherer Berufs- oder Hochschulabschluss
Personen mit Abschluss Lehrerseminar, Meisterdiplom, eidg. Fachausweis, Techniker- oder Fachschule, höhere Fachschule, Fachhochschule oder Universität.

Impressum

Herausgeberin	Gesundheitsdirektion des Kantons Zug
Autorinnen	Marianne Moll Isabelle Egger Tresch
Gestaltung und Druck	Heller Druck AG, Cham
Auflage	2000 Exemplare

© 2014, Gesundheitsdirektion des Kantons Zug

Die Broschüre «Gesundheit der Zuger Bevölkerung» und die Strategie «Leuchtturm 2020» stehen auf der Website der Gesundheitsdirektion zum Download bereit (www.zg.ch/gd). In gedruckter Form können die Dokumente beim Direktionssekretariat der Gesundheitsdirektion oder beim Gesundheitsamt bezogen werden.