

# Gesundheit der Zuger Bevölkerung

## Ergebnisse der Schweizerischen Gesundheitsbefragung 2012

### Das Wichtigste in Kürze

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 Kurzfassung 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 energiegeladener. 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 Nichtraucherer 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](http://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](mailto:gesundheitsamt@zg.ch), [www.zg.ch/gea](http://www.zg.ch/gea)