

Zeitschrift: Intercura : eine Publikation des Geriatriischen Dienstes, des Stadtärztlichen Dienstes und der Psychiatrisch-Psychologischen Poliklinik der Stadt Zürich

Herausgeber: Geriatriischer Dienst, Stadtärztlicher Dienst und Psychiatrisch-Psychologische Poliklinik der Stadt Zürich

Band: - (1998-1999)

Heft: 62

Rubrik: Altersmythos XI : ein gesunder Lebensstil mit entsprechend längerem Leben erhöht die Gesundheitskosten und verlängert die Lebenszeit mit chronischen Krankheiten, Behinderung und Pflegebedürftigkeit.

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: 21.02.2026

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

Altersmythos XI

Ein gesunder Lebensstil mit entsprechend längerem Leben erhöht die Gesundheitskosten und verlängert die Lebenszeit mit chronischen Krankheiten, Behinderung und Pflegebedürftigkeit.

Realität

Personen mit ungesundem Lebensstil (Übergewicht, Rauchen, körperlich Passive) im Alter von 43 oder 67 Jahren sterben vor Alter 75 zwar auch etwas häufiger im Vergleich zu solchen mit gesundem Lebensstil (9.6% statt 7.5%, resp. 12% statt 8%), aber sie waren etwa doppelt so schwer behindert, resp. begannen sieben Jahre früher unter Behinderung zu leiden (in mindestens 1 von 8 Bereichen und durchschnittlich im Alter von 66 statt 73 Jahren).

Ein gesunder Lebensstil reduziert also die Sterblichkeit vor 75 Jahren um ca. 1/3, halbiert aber die Behinderung (im Alter 75 oder vor dem Tod), respektive verzögert das Einsetzen der Behinderung um ca. sieben Jahre, führt also zu einer Kompression der Morbidität (Rektangulisierung der Überlebenskurve), d.h. verkürzt die Lebenszeit in chronischer Krankheit und Behinderung (n = 1741).

(A.J. Vital et al, USA 1998)