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

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

Band: - (2001-2002)

Heft: 74

Rubrik: Altersmythos LXXV : Schlafstörungen im Alter sind zwar häufig und lästig, aber harmlos

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: 24.08.2025

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

ALTERSMYTHOS LXXV

Schlafstörungen im Alter sind zwar häufig und lästig, aber harmlos.

Wirklichkeit

Ungefähr 30% der Betagten zeigen eine Schlafstörung. Dies ist ein Risikofaktor zur Entwicklung einer Depression in den darauf folgenden zwei Jahren.

Begründung

Im Rahmen der Alameda-County-Studie 1994/95 wurden 2'370 Personen über 50 Jahren befragt. Nach Ausschluss von 206 bereits 1994 depressiven Personen ergab sich:

- eine Prävalenz von Schlafstörungen von durchschnittlich 29% (27% bei den 50–59-Jährigen und 35% bei den über 80-Jährigen)
- 47% der Personen mit Schlafstörungen 1994 entwickelten 1995 eine Depression
- 20% der Personen ohne Schlafstörungen 1994 entwickelten 1995 eine Depression
- dies ergibt bei schlafgestörten Personen das 2.8-fache der Depressionen bei nicht-schlafgestörten Personen
- Andere Risikofaktoren zur Entwicklung einer Depression 1995 waren die folgenden 1994 erhobenen Befunde:
  - Anhedonie (Unfähigkeit, sich zu freuen) 7.9 x
  - vermindertes Selbstwertgefühl 5.3 x
  - Agitiertheit oder Verlangsamung 5.2 x
  - Müdigkeit 3.9 x
  - Gedanken an den Tod 3.6 x
  - Konzentrationsschwäche 2.4 x
  - Appetitstörung 2.0 x

R.E. Roberts et al: Sleep complaints and depression in an aging cohort Am J Psychiatry 157: 81 – 88, 2000