

<b>Zeitschrift:</b>	Intercura : eine Publikation des Geriatrischen Dienstes, des Stadtärztlichen Dienstes und der Psychiatrisch-Psychologischen Poliklinik der Stadt Zürich
<b>Herausgeber:</b>	Geriatrischer Dienst, Stadtärztlicher Dienst und Psychiatrisch-Psychologische Poliklinik der Stadt Zürich
<b>Band:</b>	- (2006-2007)
<b>Heft:</b>	93
<b>Rubrik:</b>	Altersmythos : die grossen Gesundheitsgefahren

### 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:** 07.02.2026

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

- Die Intervention bewirkte eine Verkürzung der Wachheitsphasen in der Nacht von 1,9 auf 1,1 Stunden (Kontrollgruppe unverändert,  $p=0,003$ ). Die Anzahl Aufwacheepisoden pro Nacht verbesserte sich von  $12 \pm 11$  auf  $7 \pm 6$  nach der Intervention und verschlechtere sich bei der Kontrollgruppe von  $10 \pm 8$  auf  $11 \pm 8$ .
- Diese Verbesserungen waren auch nach 6 Monaten noch nachweisbar.
- Die Stimmungslage der betreuenden Angehörigen verbesserte sich durch die Intervention signifikant, blieb gleich in der Kontrollgruppe ( $p=0,007$ ).

Eine ähnliche Intervention bei schlafgestörten Pflegeheimpatienten brachte ähnliche mässige Verbesserungen (weniger lang wach nachts, mehr aktiv tagsüber, weniger schlafend tagsüber).

McCurry S. et al: Night-Time Insomnia Treatment and Education for Alzheimer's Disease: A Randomized Controlled Trial. JAGS 53:793–802, 2005

Alessi C.A. et al: Randomized Controlled Trial of a Non-Pharmacological Intervention to Improve Abnormal Sleep/Wake Patterns in Nursing Home Residents. JAGS 53: 803-810, 2005

## **Altersmythos Die grossen Gesundheitsgefahren**

### **Altersmythos**

Schweizerinnen und Schweizer verlieren vorzeitig Lebensjahre in guter Gesundheit vor allem durch Krebs und Herz-Gefässleiden.

### **Wirklichkeit**

Am meisten Lebensjahre in Gesundheit gehen vorzeitig durch neuropsychiatrische Krankheiten (31%) verloren, vor allem durch Depression (7%), Alkoholismus (5%), Demenz (3%), Schizophrenie (2%), manisch-depressive Krankheit (2%) und Zwangskrankheit (2%), durch Krebs hingegen nur 16% und durch kardiovaskuläre Herzkrankheit 14%.

### **Begründung**

Die Berechnung der vor der durchschnittlichen Lebenserwartung durch Behinderung oder Tod verlorenen gesunden Lebensjahre

(DALY) erfolgte im Kanton Genf für das Jahr 1992 durch Hochrechnung der vorzeitigen Todesfälle und Jahre der Behinderungen durch die verschiedensten Krankheiten und Unfälle:

- Pro 1'000 EinwohnerInnen werden jährlich 124 DALY verloren, 66 (=53%) durch Behinderung und 58 (=47%) durch vorzeitigen Tod.
- Von den verlorenen DALY entfallen 31% auf neuro-psychiatrische Leiden, 16% auf Krebs, 14% auf kardiovaskuläre Herzkrankheit, 12% auf Unfälle, 6% auf muskuloskeletale und 21% auf übrige Leiden.
- Von den jährlich verlorenen 124 DALY pro 1'000 EinwohnerInnen entfallen 4% auf 0-4-Jährige, 2% auf 5-14-Jährige, 40% auf 15-44-Jährige, 23% auf 45-59-Jährige und 31% auf über 60-Jährige, bei letzteren zu 2/3 durch vorzeitigen Tod, sonst zu 2/3 durch Behinderung.
- Folgende 15 Krankheiten sind vor allem verantwortlich für den Verlust der 124 DALY pro 1'000 EinwohnerInnen 1992.

Krankheit	Total DALY	Jahre mit Behinderung	Lebensjahre durch Tod verloren
Koronare Herzkrankheit	9.9	0.9	9.0
Depression	8.6	8.6	0
AIDS	6.0	1.5	4.5
Alkoholismus	5.8	5.6	0.2
Suizid und -versuche	4.7	0.4	4.3
Gelenkerkrankungen	3.8	3.8	0
Lungen- und Luftwegkrebs	3.6	0.3	3.3
Demenz und andere CNS-Degenerationen	3.5	3.4	0.1
Hirnschlag	3.2	1.0	2.2
Strassenverkehrsunfälle	3.1	1.0	2.1
Schizophrenie	2.6	2.6	0
Stürze	2.6	1.7	0.9
Brustkrebs	2.4	0.4	2.0
Manisch-depressive Krankheit	2.1	2.1	0
Zwangskrankheit	2.1	2.1	0
Andere Leiden	60.0	30.3	29.7
Total	124	65.7	58.3

D. Schopper et al: Estimating the burden of disease in one Swiss canton: what do disability adjusted life years (DALY) tell us? International Journal of Epidemiology 29: 871-877; 2000