

Zeitschrift: PS-Info : Neues von Pro Senectute Schweiz
Herausgeber: Pro Senectute Schweiz
Band: - (2000)
Heft: 5: Freiwillige - Spiel mit viel Einsatz

Artikel: Alter und subjektive Gesundheit
Autor: Dentan, Jacques
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-788062>

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: 23.01.2026

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

Alter und subjektive Gesundheit

Die Dissertation von Astrid Stückelberger, Präsidentin der Schweizerischen Gesellschaft für Gerontologie, über Kriterien und psychologische Mechanismen bei der subjektiven Einschätzung der Gesundheit lässt deutliche Unterschiede zwischen Männern und Frauen erkennen.

Aufgrund einer Querschnittuntersuchung der älteren Bevölkerung im Kanton Genf stellt die Autorin fest, dass die subjektive Gesundheit der beste Gradmesser für die Sterbewahrscheinlichkeit darstellt. Ihre Beobachtungen, die sich zum Teil über einen Zeitraum von bis zu 12 Jahren erstreckten, machen deutlich, dass die subjektive Gesundheit alle anderen objektiven gesundheitsrelevanten Parameter in den Schatten stellt. Die Mechanismen und bestimmenden Faktoren dieser Variablen sind aber bisher nicht untersucht worden.

Dr. Astrid Stückelberger stützt sich in ihrer Arbeit auf zwei Thesen:

- Das Vorhandensein psychologischer, selbst-regulierender Gesundheitsmechanismen
- Die Unterscheidung zwischen Mann und Frau in diesem Prozess (Modellierung)

Eine zufällig aus verschiedenen sozialen Schichten ausgewählte Gruppe von 744 älteren Personen im Alter von 65 und mehr Jahren (387 Männer und 357 Frauen) wurde zu Hause interviewt. Es ging um die Identifikation geeigneter Faktoren zur aussagekräftigen Vorhersage verschiedener Zustände subjektiver Gesundheit: Depression, Behinderung, Alter, Geschlecht, Anpassungsmechanismen und Ansichten zur eigenen Gesundheit. Mittels einer genauen statistischen Methode wurde versucht, die psychologischen Mechanismen, die bei der Beurteilung der eigenen Gesundheit eine Rolle spielen, zu erfassen. Separat auf Frauen und Männer angewandt, ergaben diese Tests markante Unterschiede zwischen den Geschlechtern.

Der Glaube an die Möglichkeit, die eigene Gesundheit zu beeinflussen, erwies sich bei beiden Geschlechtern nebst den funktionellen Indikatoren (Handlungen des täglichen Lebens) und psychischen Indikatoren (Depressionen) als stärkste Vorhersage für gute Gesundheit. Im allgemeinen vermeidet der Mann, sich um seine Gesundheit zu kümmern und schützt sich damit kurzfristig vor depressiven Zuständen. Auf lange Sicht riskiert er damit jedoch, seine Situation zu verschlimmern. Im Gegensatz dazu zeigt die Frau, die sich im Laufe ihres Lebens bereits mit zahlreichen physiologischen Veränderungen auseinandersetzen musste, schon beim geringsten gesundheitlichen Warnzeichen ein dynamisches und selbststeuerndes Verhalten.

Die Studie erhellt auf neuartige Weise die für jedes Geschlecht spezifische Haltung gegenüber Gesundheit und Krankheit. Diese Unterschiede wirken sich auf die Lebensweise aus und könnten somit der Grund für die unterschiedliche Lebenserwartung bei Mann und Frau sein.

Vorbeugen statt heilen

Für Astrid Stückelberger ist es wichtig, dass bei künftigen epidemiologischen Untersuchungen die Erkenntnisse der Psychologie und der Sozialwissenschaften miteinbezogen werden (und umgekehrt), da der bio-medizinische Ansatz, der darin besteht, erst beim Auftreten von Symptomen zu reagieren, nur zu vermehrtem Auftreten von Krankheit und vorzeitigem Tod führen kann. Gesundes Altern basiert in jedem Lebensabschnitt auf aktiver Einflussnahme auf Gesundheit und Wohlbefinden.

Es ist von entscheidender Bedeutung, die Dynamik zwischen Gesundheit und Krankheit zu kennen und die Veränderungen wahrzunehmen, die eine Mobilisation erfordern. Präventivmassnahmen zur Verbesserung der oben geschilderten Haltungen und Verhalten im Verlaufe des gesamten Lebens und für jedes Geschlecht hätten positive Auswirkungen auf die Lebensqualität künftiger Generationen. *jd*

Astrid Stückelbergers Dissertation «Etat de santé subjectif chez la personne âgée: facteurs déterminants et mécanismes différentiels hommes-femmes» kann in der Pro-Senectute-Bibliothek, Lavaterstrasse 44, Zürich, ausgeliehen werden.