

Zeitschrift: Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung
Herausgeber: Pro Senectute Schweiz
Band: 75 (1997)
Heft: 12

Artikel: Das unterschiedliche Altern von Frau und Mann : neue Erkenntnisse
Autor: Nydegger, Eva
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-725478>

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: 10.01.2026

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

sicht der vorbereitenden Gruppen, andere, sicher auch existierende (z. B. zum Krankenkassenproblem oder zur Altersrente) wurden nicht erwähnt.

D: Beim Anmarsch zum Bundeshaus war eine erwartungsvolle Stimmung..., doch die ersten harten Barrieren waren am Eingang, wo die Namenstafeln stundenlang gesucht wurden, statt sie den Angemeldeten vorher zuzustellen!

E: Negativ wirkte das Übergewicht der französischen Sprache. Nichts gegen den Röschtigraben!

F: Nicht zum Thema gehörte für mich das eher polemische Votum einer Frau gegen die EU. Aus technisch-zeitlichen Gründen wurde die Zuhörerschaft in eine nahezu totale Passivität versetzt, und ich hatte den Eindruck, ex cathedra würde verbindlich Unumstössliches verkündet, das keine Einwände erlaube.

G: Der ganze Nachmittag: Der Präsident überliess die Gesprächsführung dem Vize-Präsidenten, einem militanten Gewerkschafter, der ausschliesslich seine Genossen als Haupt- und Diskussionsredner zuließ.

Peter Rinderknecht

Teilnehmer der Kurzumfrage:

- A** Dölf Hägeli, Niederlenz, Eurag-CH
- B** Hans-Peter Wild, Lindau, Vorstandsmitglied Zürcher Rentnerverband
- C** Marie-Theres Larcher, Uitikon, Senioren und Fernsehen
- D** Willy F. Paepke, Pfaffhausen, Präsident Zürcher Rentnerverband
- E** Hans Greiner, Zofingen, Senioren-Tribüne
- F** Ruth Rohner, Frauenfeld, Pro Senectute
- G** Hans Caspar Lavater, Zürich, Senioren und Fernsehen

Bereiten Sie 10mal
pro Jahr Freude mit dem
Geschenkabonnement der
ZEITLUPE.



Beachten Sie die Bestellkarte auf Seite 33.

Das unterschiedliche Altern von Frau und Mann: Neue Erkenntnisse

Von Eva Nydegger

Frauen bilden die Mehrheit der Betagten und haben eine längere Lebenserwartung als Männer. Doch deshalb gelten sie noch lange nicht als das starke Geschlecht, denn im Alter weisen sie oft mehr Beschwerden und Behinderungen auf. Die Vorstellung der gebrechlichen alten Frau wurde bisher auch durch die Forschung gestützt. Neue Untersuchungen zeichnen nun ein etwas anderes Bild.

An einer Veranstaltung zum Nationalen Forschungsprogramm Alter (NFP 32), das sich sowohl mit Fragen zur gesellschaftlichen Alterung als auch zum individuellen Altern beschäftigt, bot Pro Senectute Kanton Zürich über 90 Interessierten Gelegenheit, sich einen Überblick über neue Forschungsergebnisse zum Thema «Frauen und Alter» zu verschaffen. Der Zürcher Professor François Höpflinger, Soziologe und seit 1991 Programmleiter des NFP 32, betonte in seinen Ausführungen, wie sehr unsere Biographie, und zwar vor allem das, was wir in den mittleren Lebensjahren erleben, unser Altern bestimmt.

Weshalb Frauen länger leben

Die Auswirkungen unseres Lebensstils zeigen sich nicht nur im Gesundheitszustand, sondern auch in der Lebensdauer. Zu beachten sind hier insbesondere die geschlechtsspezifischen Unterschiede im Risikoverhalten von Frauen und Männern. So entspricht es der tra-

ditionellen Rollenerwartung, dass risikoreiches Verhalten (im Strassenverkehr, im Sport, im Freizeitverhalten oder in der Sexualität) von Frauen eher gemieden wird. Männer sind da weniger vorsichtig und bezahlen dies unter Umständen mit einem kürzeren Leben: Sie werden viel häufiger durch Unfälle getötet als Frauen. Männer sterben ebenfalls häufiger an Alkohol- und bisher auch an Tabakmissbrauch, wie die Todesfälle durch alkoholbedingte Leberzirrhosen und Lungenkrebs erkennen lassen. Aufgrund ungesunden Verhaltens sind Männer auch von Störungen des Kreislaufsystems häufiger und früher betroffen. Vereinfacht gesagt weisen weniger Frauen als Männer einen gesundheitsschädigenden, lebensverkürzenden Lebensstil auf. Die harte Seite der Männerwelt zeigt sich ganz dramatisch in ihrer viel höheren Selbstmordrate im Alter.

Die um über sechs Jahre längere Lebenserwartung der Frauen hängt aber nicht nur mit dem Risikoverhalten, sondern auch mit dem Erleben der Entwicklung des eigenen Körpers zusammen. Von der Pubertät bis zur Menopause erlebt jede Frau immer wieder den Hormonzyklus. Dieser Zyklus sensibilisiert sie stark für körperliche Irregularitäten. In ihrem meist familienzentrierten Leben entwickelt sie Fähigkeiten im Handeln mit den Themen Gesundheit und Krankheit. Sie lernt, somatische Zeichen wahrzunehmen und zu interpretieren. Durch die Pflege kranker Kinder oder behinderter Eltern wird sie zur eigentlichen Gesundheitsexpertin. Männer mit ihrem eher arbeitszentrierten Leben hingegen entwickeln meist kein oder nur wenig Bewusstsein für die Fragen von körperlichem Wohl- oder Unwohlsein. Viele Männer empfinden ein ausgeprägtes Gesundheitsbewusstsein gar als bieder. Welch fatale Auswirkungen dieses «Tausendsassa-Gehabe» schliesslich haben kann, wurde bereits erwähnt. Die hier genannten Erklärungen für die

höhere weibliche Lebenserwartung hat Professor Höpflinger zusammen mit Astrid Stuckelberger entwickelt, seiner in Genf arbeitenden Stellvertreterin in der Leitung des NFP 32.

Die Auswirkungen der früheren Berufstätigkeit

Die höhere Lebenserwartung von Frauen hat auch ihren Preis. Da mehr Frauen als Männer ein hohes Alter erreichen, sind mehr Frauen von chronischen Behinderungen und von Pflegebedürftigkeit betroffen. Schon ab 60 Jahren sind Frauen häufiger krank und depressiv als Männer. Sie nehmen mehr Medikamente ein, suchen häufiger als Männer Arztpraxen auf und werden häufiger hospitalisiert. Bei den bisher gemachten Aussagen muss nun beachtet werden, dass sie sich auf Forschungen abstützen, die auf Befragungen von nicht-berufsorientierten Frauen basieren. Was bedeutet das? Wie bereits eingangs erwähnt, spielt die Biographie eine wichtige Rolle beim Altern, und damit ist im besonderen Masse auch die berufliche Vergangenheit gemeint. Früher war es für die Mehrheit der Frauen üblich, dass sie entweder keine Berufserfahrung hatten oder nur kurz vor der Heirat berufstätig waren. Mit genau diesen nicht-berufsorientierten älteren Frauen wurden bisher Studien durchgeführt. Damit tauchte irgendwann die Frage auf, ob die Unterschiede im Altern zwischen Frauen und Männern auch darauf beruhen könnten, dass Frauen und Männer unterschiedliche Berufsbiographien aufweisen.

Ausgehend von Forschungsergebnissen mit erwerbstätigen jüngeren Frauen

wurde im Rahmen des NFP 32 an der Universität Basel eine Studie durchgeführt, welche die Gesundheit von pensionierten, ehemals berufsorientierten Frauen untersuchte. Dieses Inter-Disziplinäre Altersprojekt, die sogenannte IDA-Studie, wurde an der Pro-Senectute-Veranstaltung von der Forschungsleiterin, Dr. Pasqualina Perrig-Chiello, vorgestellt. Eine Gruppe pensionierter Arbeiterinnen und Angestellte verschiedener Chemiekonzerne des

ihren ehemaligen männlichen Arbeitskollegen. Entgegen gängiger Vorstellungen schätzten die untersuchten älteren Frauen ihre Gesundheit keineswegs pessimistischer ein als Männer, weder ihr subjektiver noch ihr objektiver Gesundheitszustand unterschied sich von demjenigen der Männergruppe. Dasselbe liess sich auch vom Gesundheitsverhalten sagen: Die Frauen haben weder einen erhöhten Medikamentenkonsum noch weisen sie mehr Arzt-

konsultationen auf. Die untersuchten Frauen wurden im Verlauf ihres Alterns gelassener und gleichzeitig extrovertierter, viele berichteten, weniger gehemmt zu sein als früher. Die Studie widerlegt damit eindrücklich eine ganze Reihe schon von Sigmund Freud verbreiteter negativer Vorurteile gegenüber alten Frauen.

Die Resultate dieser Studie sind aber auch deshalb so interessant, als diese für heutige Verhältnisse untypische Seniorinnengruppe angesichts der zunehmenden Berufsorientierung jüngerer Frauen die Erfahrungen zukünftiger Seniorinnengenerationen mit grosser Wahrscheinlichkeit vorweg nimmt. Sie zeigt, dass sich bei einer Angleichung der Lebenswelten von Frauen und Männern auch das Gesundheitsverhalten und -empfinden angleichen könnte. Unbeantwortet bleibt vorläufig die Frage, ob sich damit auch der frappante Un-

terschied in der Lebenserwartung verringern wird. Und offen bleibt auch die Frage, weshalb Reiche länger leben als Arme – dies gibt aber vielleicht weniger Rätsel auf als das bisher so unterschiedliche Altern von Frauen und Männern.



Sigmund Freud behauptete, Frauen würden im Alter zänkischer, quälerisch, rechthaberisch, kleinlich und geizig. Neue Studien beweisen so ziemlich das Gegenteil.

Raumes Basel, die vor der Pensionierung konstant einen Beruf ausgeübt hatten und im Durchschnitt 73 Jahre alt waren, wurden einer vergleichbaren Männergruppe gegenübergestellt. Wider Erwarten unterschied sich die Seniorinnengruppe nicht signifikant von