



Medienmitteilung der Gesundheitsdirektion

Dank sozialer Vernetzung mehrheitlich gesunde Seniorinnen und Senioren im Kanton Zürich

Mehr als drei Viertel der Seniorinnen und Senioren im Kanton Zürich fühlen sich gesund. Dies zeigt ein im Auftrag der Gesundheitsdirektion verfasster Bericht über die Gesundheit im Alter. Wer sozial vernetzt ist, bewältigt gesundheitliche Einschränkungen besser. Zur Erhöhung der Lebenszeit in guter Gesundheit schlagen die Autoren des Berichts unter anderem vor, bei älteren Menschen die soziale Vernetzung sowie die Früherkennung von Krankheiten und Krankheitsrisiken zu fördern.

Für geburtenstarke Jahrgänge rückt das Pensionsalter näher: Der Anteil Menschen an der Gesamtbevölkerung, die 65-jährig und älter sind, wird von heute 16 Prozent bis 2050 auf voraussichtlich über 25 Prozent ansteigen. Es ist zwar zu erwarten, dass die Zahl der Lebensjahre in guter Gesundheit auch in Zukunft weiter zunehmen wird. Dennoch wird es für die Gesellschaft eine grosse Herausforderung sein, die medizinische Versorgung alter Menschen sicherzustellen.

Grosse individuelle Unterschiede

Der soeben publizierte Bericht «Gesundheit im Alter» des Instituts für Sozial- und Präventivmedizin der Universität Zürich zeigt, dass heute grosse Unterschiede in der körperlichen und psychischen Gesundheit, in der Selbstständigkeit und im Wohlbefinden der Seniorinnen und Senioren bestehen. Alter darf nicht pauschal mit Einsamkeit, Krankheit oder Pflegebedürftigkeit gleichgesetzt werden.

Mehrheitlich guter Gesundheitszustand

Mehr als drei Viertel der Zürcherinnen und Zürcher ab 65 Jahre stufen ihr Wohlbefinden als gut oder sehr gut ein. Allerdings werden gesundheitliche Probleme und Einschränkungen mit zunehmendem Alter häufiger und oft bestehen mehrere Krankheiten gleichzeitig.

Die Mehrheit der 65-jährigen und älteren Zürcherinnen und Zürcher ist gut in soziale Netzwerke eingebunden. Gute soziale Vernetzung steht in einem Zusammenhang mit gutem Wohlbefinden sowie mit der psychischen Gesundheit.

Früherkennung fördern

Oberstes Ziel von Prävention und Gesundheitsförderung bei älteren Menschen ist nach Einschätzung der Autoren die Stärkung von Selbstständigkeit und Unabhängigkeit. Gestützt auf die Daten im Bericht schlagen die Autoren unter anderem vor, bei älteren Menschen die soziale Vernetzung sowie die Früherkennung von Krankheiten und Krankheitsrisiken zu fördern. Besonderes Augenmerk verdienen hier die Herz-Kreislauf-Krankheiten. Die Autoren empfehlen zudem, im Kanton ein modernes Wissensmanagement zu allen Altersfragen aufzubauen, das den Behörden des Kantons und der Gemeinden praxisnahe Informationen zur Verfügung stellt.

Der Bericht wurde im Auftrag der Gesundheitsdirektion des Kantons Zürich vom Institut für Sozial- und Präventivmedizin der Universität Zürich in enger Zusammenarbeit mit dem Schweizerischen Gesundheitsobservatorium erstellt. Er ist in der Internet-Version dieser Medienmitteilung unter www.zh.ch, Link «Weitere News», in elektronischer Form verfügbar.

Ansprechperson für Fragen:

Roland Stähli, Beauftragter des Kantons Zürich für Prävention und Gesundheitsförderung,
Telefon 044 634 46 29 oder 079 313 27 02, E-Mail rst@ifspm.uzh.ch