

## **Gesundheit im Kanton Thurgau**

Ergebnisse aus der Schweizerischen  
Gesundheitsbefragung 2012



## Obsan Bulletin 7/2014

---

**Herausgeber:**

Schweizerisches Gesundheitsobservatorium (Obsan), Neuchâtel

**Auftraggeber:**

Amt für Gesundheit des Kantons Thurgau

**Konzept/Realisierung:**

Daniela Schuler, Obsan

**Grafik/Layout:**

DIAM, Prepress/Print, BFS

**Auskünfte/Informationen:**

Amt für Gesundheit des Kantons Thurgau

Zürcherstrasse 194a, 8510 Frauenfeld

Tel. 058 345 68 40, Fax 058 345 68 41, [gesundheitsamt@tg.ch](mailto:gesundheitsamt@tg.ch)

[www.gesundheit.tg.ch](http://www.gesundheit.tg.ch)

© Obsan 2014

# Inhaltsverzeichnis

---

Vorwort .....	4
---------------	---

## **Allgemeiner Gesundheitszustand**

Selbst wahrgenommene Gesundheit .....	5
---------------------------------------	---

Gesundheitliche Einschränkungen im Alltag .....	6
---	---

## **Psychische Beschwerden**

Psychische Belastung .....	7
----------------------------	---

Depressive Symptome .....	9
---------------------------	---

## **Bewegung, Ernährung, Gewicht**

Körperliche Aktivität .....	11
-----------------------------	----

Ernährung .....	13
-----------------	----

Körpergewicht .....	14
---------------------	----

## **Substanzkonsum**

Alkoholkonsum .....	15
---------------------	----

Tabakkonsum .....	16
-------------------	----

Medikamentenkonsum .....	17
--------------------------	----

## **Arbeitsplatz**

Gesundheit am Arbeitsplatz .....	18
----------------------------------	----

Ergebnisse nach Alter im Überblick .....	20
--	----

Methodische Bemerkungen .....	22
-------------------------------	----

Geschätzte Leserinnen und Leser

Gesundheit ist ein wertvolles Gut. Doch was ist eigentlich Gesundheit? Die Weltgesundheitsorganisation (WHO) definiert Gesundheit als «Zustand des vollständigen körperlichen, geistigen und sozialen Wohlergehens und nicht nur das Fehlen von Krankheit oder Gebrechen»<sup>1</sup>. Gemäss dieser Definition beginnt eine Gesundheitsversorgung also nicht erst, wenn Krankheiten auftreten, sondern sie fördert Gesundheit und beugt Krankheiten vor. Entsprechend setzt sich das Departement für Finanzen und Soziales des Kantons Thurgau für eine kompetente und effiziente Gesundheitsversorgung für alle ein, die von der Vorsorge im Sinne der Gesundheitsförderung bis zur medizinischen Versorgung in Spitälern und Heimen reicht.



Um zu kontrollieren, ob dieses Ziel erreicht wird, benötigen wir Aussagen darüber, wie es der Bevölkerung geht. Um ein möglichst genaues Bild zu erhalten, wurden im Rahmen der Schweizerischen Gesundheitsbefragung 2012 erstmals mehr Thurgauerinnen und Thurgauer befragt als in den bisherigen gesamtschweizerischen Befragungen. So waren detaillierte Auswertungen auf Kantonsebene und Vergleiche mit der ganzen Schweiz möglich. Diese so gewonnene erste Momentaufnahme kann in zukünftigen Befragungen ergänzt werden, so dass eine Veränderung der Gesundheit in der Thurgauer Bevölkerung beobachtet werden kann.

Die Erkenntnisse aus der Befragung 2012 möchten wir Ihnen nicht vorenthalten. Sie finden daher die wichtigsten Ergebnisse kurz und prägnant zusammengefasst in dieser Broschüre. So können Sie auf den folgenden Seiten beispielsweise nachlesen, wie die Thurgauer Befragten ihren Gesundheitszustand einschätzen und wie es bezüglich Verhaltensweisen, welche die Gesundheit beeinflussen (z.B. Ernährung, Alkoholkonsum) im Thurgau aussieht. Sie können auch Ihren Body Mass Index (BMI) ausrechnen. Ich habe das getan, mein BMI beträgt 25,48. Was das bedeutet, lesen Sie auf Seite 14.

Ich wünsche Ihnen eine interessante Lektüre.

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'J. Stark'. The signature is fluid and cursive, written on a white background.

Dr. Jakob Stark, Regierungsrat

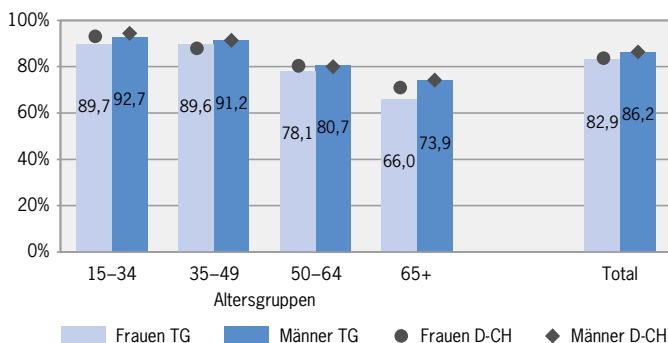
---

<sup>1</sup> Verfassung der Weltgesundheitsorganisation (<http://www.admin.ch/opc/de/classified-compilation/19460131/index.html>)

## Selbst wahrgenommene Gesundheit

Eine deutliche Mehrheit der Bevölkerung des Kantons Thurgau fühlt sich gesundheitlich gut. 84,5% antworten auf die Frage «Wie ist Ihr Gesundheitszustand im Allgemeinen?» mit «gut» oder «sehr gut». Dieser Anteil ist vergleichbar mit dem Durchschnitt der Deutschschweiz<sup>2</sup> von 85,0%.

### Anteil Personen, die ihre Gesundheit als (sehr) gut einschätzen



n TG=1125, n D-CH=13'919

Quelle: BFS – SGB 2012

© Obsan 2014

Die Anteile von Personen mit guter oder sehr guter selbst wahrgenommener Gesundheit sind bei **Frauen** (82,9%) und **Männern** (86,2%) im Kanton Thurgau vergleichbar hoch, mit einer Tendenz zu einem etwas grösseren Anteil bei den Männern. Dasselbe Muster zeigt sich auch in der Deutschschweiz (Frauen: 83,7%, Männer: 86,4%).

Bei beiden Geschlechtern nimmt im Kanton Thurgau, wie auch in der Deutschschweiz, die selbst wahrgenommene Gesundheit mit zunehmendem **Alter** ab. Im Alter von 15–34 Jahren geben 91,2% der Personen im Kanton an, sich gut oder sehr gut zu fühlen, ab 65 Jahren ist es noch ein Anteil von 70,0%.

Mit höherem **Bildungsabschluss** schätzen die Thurgauerinnen und Thurgauer ihre Gesundheit häufiger als (sehr) gut ein. So beträgt dieser Anteil bei Personen ohne nachobligatorische Ausbildung 72,8%. Bei Personen mit einer Ausbildung auf Sekundarstufe II fühlen sich hingegen 84,7% und bei solchen mit einem Abschluss auf Tertiärstufe 91,8% gesundheitlich gut oder sehr gut.

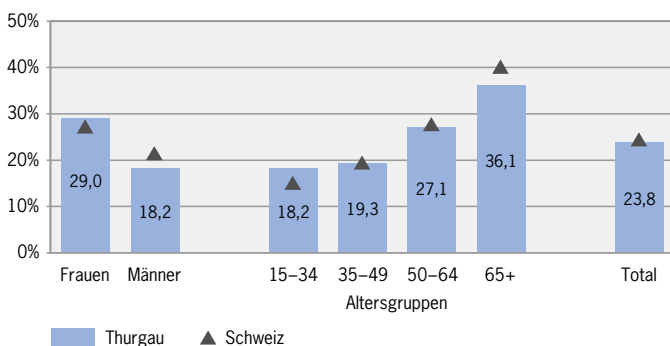
<sup>2</sup> Aus erhebungstechnischen Gründen ist hier nur ein Vergleich innerhalb der Deutschschweiz (D-CH) möglich.

## Gesundheitliche Einschränkungen im Alltag

Fast ein Viertel (23,8%) der Befragten im Kanton Thurgau fühlt sich bei *Tätigkeiten des normalen Alltagslebens durch gesundheitliche Probleme eingeschränkt*. Bei 4,6% handelt es sich um starke Einschränkungen, bei 19,2% sind diese eher leichter Art. Diese kantonalen Werte sind mit jenen der Gesamtschweiz vergleichbar.

Thurgauer **Frauen** (29,0%) geben häufiger als **Männer** (18,2%) an, im Alltag gesundheitlich eingeschränkt zu sein. Dieselben Grössenverhältnisse lassen sich auch auf der Ebene Gesamtschweiz feststellen (Frauen: 27,3%, Männer: 21,5%).

### Anteil Personen mit Einschränkungen im Alltag durch gesundheitliche Probleme (seit mindestens 6 Monaten)



n TG=1128, n CH=21'566

Quelle: BFS – SGB 2012

© Obsan 2014

Erwartungsgemäss nehmen mit höherem **Alter** die Einschränkungen im Alltag zu. Das gilt für Frauen und Männer als auch für den Kanton Thurgau und die Gesamtschweiz in gleicher Weise. So sind lediglich 18,2% der 15–34-jährigen Thurgauerinnen und Thurgauer von gesundheitlich bedingten Einschränkungen betroffen. Ab 65 Jahren ist dieser Anteil mit 36,1% dann doppelt so hoch.

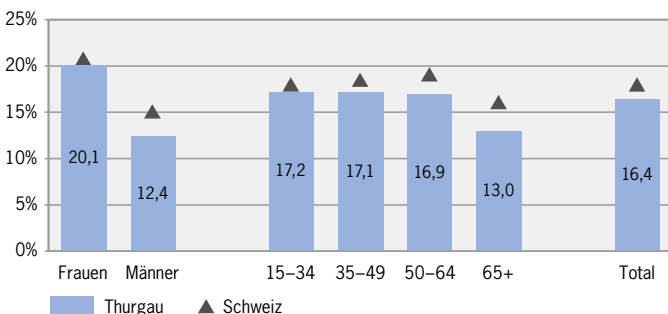
Mit höherem **Bildungsabschluss** berichten Thurgauerinnen und Thurgauer eher seltener von Alltagseinschränkungen wegen gesundheitlicher Probleme. So berichten Personen ohne nachobligatorische Ausbildung zu 37,4% von solchen Einschränkungen. Liegt hingegen ein Abschluss auf dem Niveau Sekundarstufe II vor, so sind 22,5% betroffen. Bei einem Abschluss auf Tertiärstufe fühlen sich noch 17,0% im Alltag eingeschränkt.

## Psychische Belastung

In der Schweizerischen Gesundheitsbefragung werden keine klinischen Kriterien angewandt, um psychische Erkrankungen zu diagnostizieren. Es wird jedoch nach dem Ausmass einzelner Aspekte von psychischer Belastung wie *Nervosität, Niedergeschlagenheit und Deprimiertheit, Ausbleiben von Ruhe, Gelassenheit und Glücksgefühlen* gefragt.

16,4% der Thurgauer Bevölkerung berichten von einer derart gemessenen, mittleren bis starken psychischen Belastung. Thurgauer **Frauen** (20,1%) zeigen sich mehr von solchen psychischen Belastungen betroffen als die **Männer** (12,4%). Diese kantonalen Werte sind mit den Anteilen für die Schweiz insgesamt vergleichbar. Zwischen **2007** und **2012** hat es auf Ebene der Gesamtschweiz bezüglich psychischer Belastung keine bedeutenden Veränderungen gegeben.<sup>3</sup>

### Anteil Personen mit mittlerer bis starker psychischer Belastung (in den letzten 4 Wochen)



n TG=1026, n CH=20'652

Quelle: BFS – SGB 2012

© Obsan 2014

Im Kanton Thurgau ist die mittlere bis starke psychische Belastung über die **Altersgruppen** hinweg relativ konstant verteilt. In der Tendenz ist sie mit zunehmendem Alter aber eher rückläufig.

Je höher die abgeschlossene **Ausbildung**, desto weniger wird von psychischer Belastung berichtet – das gilt sowohl für die Gesamtschweiz wie auch für den Kanton. Konkret fühlen sich 24,5% der Thurgauerinnen und Thurgauer ohne nachobligatorische Ausbildung psychisch mittel oder stark belastet. Bei den Personen mit einem Abschluss auf Sekundarstufe II liegt dieser Anteil bei 16,2%, bei denjenigen mit Tertiärabschluss bei 11,7%.

<sup>3</sup> Da für die Schweizerische Gesundheitsbefragung 2012 die Zahl der befragten Personen im Kanton Thurgau erstmals so weit erhöht wurde, dass auch auf kantonomer Ebene Auswertungen möglich sind, können zeitliche Vergleiche lediglich auf Ebene der Gesamtschweiz präsentiert werden.

---

Psyche und Körper funktionieren nicht unabhängig voneinander. So treten psychische Belastungen und **körperliche Beschwerden** oft zusammen auf. Im Kanton Thurgau sind 38,7% der Bevölkerung mit starken körperlichen Beschwerden gleichzeitig mittel bis stark psychisch belastet. Bei Personen mit einigen Beschwerden sind es 17,1% und bei denjenigen ohne oder mit kaum spürbaren körperlichen Beschwerden sind 6,1% psychisch mittel bis stark belastet. Diese kantonalen Werte sind vergleichbar mit dem Schweizer Durchschnitt.

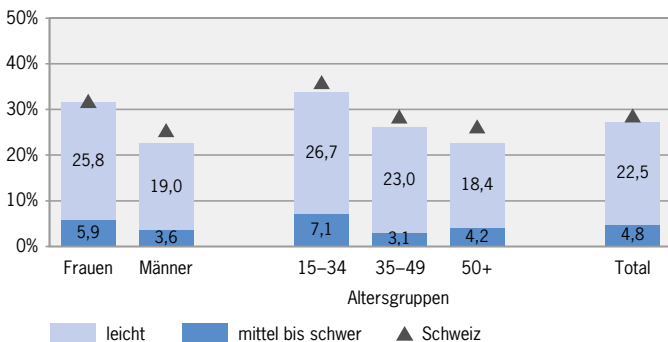


## Depressive Symptome

Als spezifische psychische Belastung wird in der Schweizerischen Gesundheitsbefragung gezielt nach Symptomen depressiver Erkrankungen<sup>4</sup> gefragt. Die angegebenen Symptome können als Anzeichen oder als Vorboten für eine depressive Stimmung oder Depressivität ausgelegt werden, sie sind aber keine klinische Diagnose. Trotzdem können sie erhebliche negative Konsequenzen für die Lebensqualität sowie die Arbeits- und Beziehungsfähigkeit der Betroffenen haben.

Im Kanton Thurgau berichtet ein gutes Viertel der Befragten (27,3%) von Depressionssymptomen. Bei 22,5% der Bevölkerung sind es leichte, bei 4,8% mittlere bis schwere Symptome. Der gesamtschweizerische Durchschnitt für Depressionssymptome beträgt 28,7% und ist damit etwa gleich hoch wie im Kanton. Es ist davon auszugehen, dass die tatsächlichen Häufigkeiten hier unterschätzt werden, denn bei schwereren Symptomen ist es den Betroffenen oft nicht möglich, ein längeres Telefoninterview zu führen. Zudem befinden sich Personen mit starken Depressionen gegebenenfalls in stationärer Behandlung und sind zu Hause nicht erreichbar.

### Anteil Personen mit Depressionssymptomen (in den letzten 2 Wochen)



n TG=904, n CH=16'980

Quelle: BFS – SGB 2012

© Obsan 2014

Auf Ebene der Gesamtschweiz berichten **Frauen** (31,9%) häufiger von Depressionssymptomen als **Männer** (25,5%). In der Thurgauer Bevölkerung besteht die gleiche Tendenz (Frauen: 31,7%; Männer: 22,6%). Im Kanton Thurgau wie auch in der Gesamtschweiz gehen mit zunehmendem **Alter** die Anteile der von Depressionssymptomen betroffenen Personen zurück.

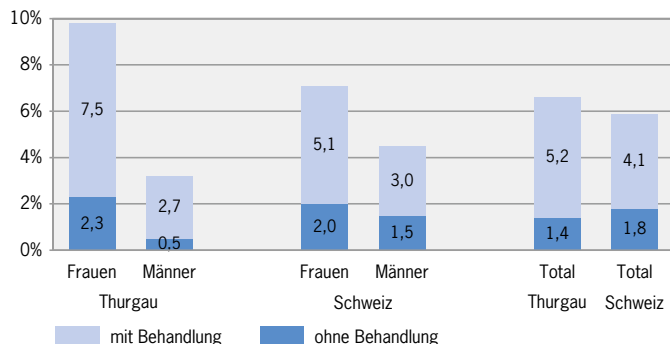
<sup>4</sup> Interesse- und Freudlosigkeit; Niedergeschlagenheit, Schwermut, Hoffnungslosigkeit; Schlafstörungen; Müdigkeit oder Erschöpfung; Appetitlosigkeit oder -zunahme; schlechte Meinung von sich selbst; Konzentrationsschwierigkeiten; verlangsamtes Sprechen/Bewegen oder Ruhelosigkeit/Bewegungsdrang; Gedanken über Tod oder Selbstverletzung.

Je höher der **Bildungsabschluss**, desto weniger sind Depressionssymptome verbreitet. Dies gilt für die Gesamtschweiz und in der Tendenz auch für den Kanton Thurgau. So geben über ein Drittel der Thurgauerinnen und Thurgauer ohne nachobligatorische Ausbildung (36,0%) Depressionssymptome an. Bei einem Abschluss auf Sekundarstufe II beträgt dieser Anteil 26,8% und bei einem Tertiärabschluss noch 23,4%.

## Behandlung von Depressionen

5,2% der Thurgauer Bevölkerung gibt an, in den 12 Monaten vor der Befragung wegen einer Depression in ärztlicher Behandlung gewesen zu sein. Auf der Ebene Gesamtschweiz ist dieser Anteil mit 4,1% vergleichbar hoch.

### Anteil Personen mit Depression mit und ohne ärztliche Behandlung (in den letzten 12 Monaten)



n TG=957, n CH=18'263

Quelle: BFS – SGB 2012

© Obsan 2014

Zudem berichten 1,4% der Thurgauerinnen und Thurgauer davon, in den 12 Monaten vor der Befragung zwar eine Depression gehabt zu haben, aber nicht in Behandlung gewesen zu sein. Der Anteil für die gesamte Schweiz beträgt hier 1,8%. Im Kanton bleibt also gut ein Fünftel aller Personen mit einer Depression ohne Behandlung. In der Gesamtschweiz ist es rund ein Drittel.

## Körperliche Aktivität

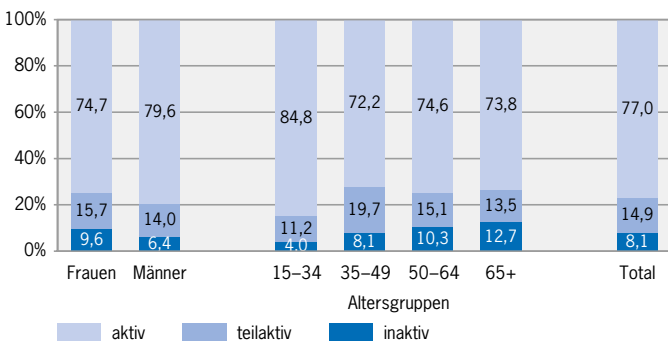
Bewegung und Sport sind wichtige Elemente eines gesunden Lebensstils. Regelmässige körperliche Aktivität hat eine gesundheitsfördernde Wirkung und reduziert zahlreiche Krankheitsrisiken. Es werden drei Niveaus körperlicher Aktivität<sup>5</sup> unterschieden:

- **aktiv:** wöchentlich mindestens 2½ Stunden mässige körperliche Aktivität oder 2 Mal intensive körperliche Aktivität
- **teilaktiv:** wöchentlich zwischen ½ und 2½ Stunden mässige körperliche Aktivität oder 1 Mal intensive körperliche Aktivität
- **inaktiv:** wöchentlich weniger als ½ Stunde mässige körperliche Aktivität und keine intensive körperliche Aktivität

Entsprechend dieser Einteilung sind 77,0% der Thurgauer Bevölkerung körperlich aktiv und 8,1% inaktiv. Verglichen mit der Gesamtschweiz gibt es im Kanton Thurgau mehr körperlich aktive Personen und weniger körperlich Inaktive. Zwischen **Frauen** und **Männern** im Kanton gibt es keine relevanten Unterschiede.

Zwischen **2002** und **2012** hat sich der Anteil an körperlich aktiven Personen im Schweizer Durchschnitt von 62,5% auf 72,5% erhöht. Im Gegenzug hat der Anteil der Inaktiven von 18,4% auf 10,7% abgenommen.

### Anteil aktiver, teilaktiver und inaktiver Personen



n TG=1081

Quelle: BFS – SGB 2012

© Obsan 2014

<sup>5</sup> Im Jahr 2013 wurden die Empfehlungen zum Bewegungsumfang in der Schweiz in Einklang mit den internationalen Entwicklungen neu formuliert. Neu wird der wöchentliche Gesamtumfang der körperlichen Aktivitäten betont und weniger der tägliche Bewegungsumfang.

---

Der Anteil körperlich aktiver Personen ist bei den 15–34-jährigen Thurgauerinnen und Thurgauer am höchsten (84,8%). Ab 35 Jahren nimmt der Anteil etwas ab und bleibt dann stabil bei rund 74% bis zur **Altersgruppe** der 65-Jährigen und Älteren. Im Gegenzug nimmt der Anteil körperlich Inaktiver mit steigendem Alter zu, von 4,0% bei den 15–34-Jährigen auf 12,7% bei den 65-Jährigen und Älteren. Es fällt auf, dass die 65-jährigen und älteren Männer (83,7%) deutlich häufiger körperlich aktiv sind als die gleichaltrigen Frauen im Kanton (63,2%).

Der Anteil der körperlich aktiven Personen im Kanton Thurgau unterscheidet sich kaum nach **Bildungsstufen**. Es gibt jedoch tendenzielle Verschiebungen der Anteile Inaktiver und Teilaktiver: So nimmt die Inaktivität mit zunehmendem Bildungsniveau eher ab, während der Anteil der teilaktiven Personen zunimmt. Es stehen beispielsweise 11,2% Inaktive und 8,6% Teilaktive ohne nachobligatorische Bildung 4,0% Inaktiven und 20,1% Teilaktiven mit Abschluss auf Tertiärstufe gegenüber.

## Ernährung

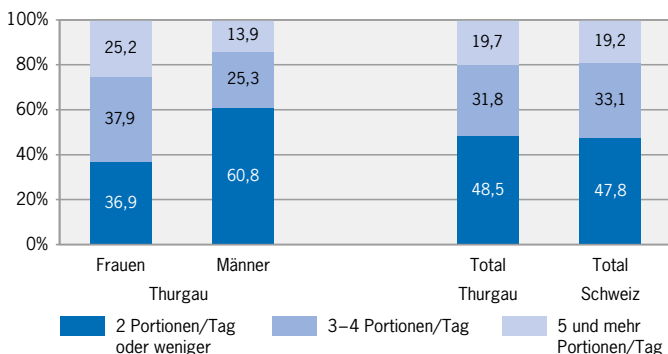
Eine ausgewogene Ernährung leistet einen Beitrag zu einem gesunden Körpergewicht. Zusammen mit ausreichender Flüssigkeitszufuhr hat sie weitere positive Gesundheitswirkungen.

Im Kanton Thurgau halten sich 2012 19,7% der Bevölkerung an die Empfehlung, mindestens *fünf Portionen Früchte und/oder Gemüse pro Tag* zu konsumieren. Der Thurgauer Wert ist damit mit dem Schweizer Durchschnitt von 19,2% vergleichbar.

**Thurgauerinnen** (25,2%) halten die Ernährungsempfehlung fast doppelt so oft ein wie **Thurgauer** (13,9%) und essen allgemein häufiger Früchte und Gemüse. Über das **Alter** bleibt der Anteil derer, die sich an die Ernährungsempfehlung halten, stabil. Tendenziell sind es die 50–64-Jährigen – bei den Frauen (29,9%), bei den Männern (18,9%) – die am häufigsten die fünf Portionen pro Tag konsumieren.

Es zeigen sich bezüglich des Konsums von Früchte- und Gemüseportionen im Kanton Thurgau keine **bildungsabhängigen** Unterschiede.

### Anteil Personen nach Menge des täglichen Früchte- und Gemüsekonsums



n TG=1096, n CH=20'769

Quelle: BFS – SGB 2012

© Obsan 2014

Das Bundesamt für Gesundheit empfiehlt, täglich ein bis zwei Liter **Flüssigkeit** zu trinken, bevorzugt in Form von ungesüßten Getränken. Ausserdem sollten alkoholische und koffeinhaltige Getränke nur in kleineren Mengen genossen werden. Gut ein Fünftel der Thurgauer Bevölkerung (21,8%) – Frauen und Männer zu gleichen Teilen – trinkt demzufolge zu wenig. Somit ist dieser kantonale Wert tiefer als der Schweizer Durchschnitt von fast einem Drittel (29,1%). Auch im Kanton Thurgau sind es in erster Linie ältere Personen (65 Jahre und älter), und darunter tendenziell mehr ältere Männer, die weniger als einen Liter pro Tag trinken.

# Körpergewicht

Mit einem erhöhten Körpergewicht sind verschiedene gesundheitliche Risiken verbunden. Um festzustellen, ob jemand unter-, normal- oder übergewichtig ist, wird in der Schweizerischen Gesundheitsbefragung der *Body Mass Index (BMI)* verwendet. Der BMI ist folgendermassen definiert:  $BMI = (\text{Körpergewicht in kg}) / (\text{Körpergrösse in m})^2$

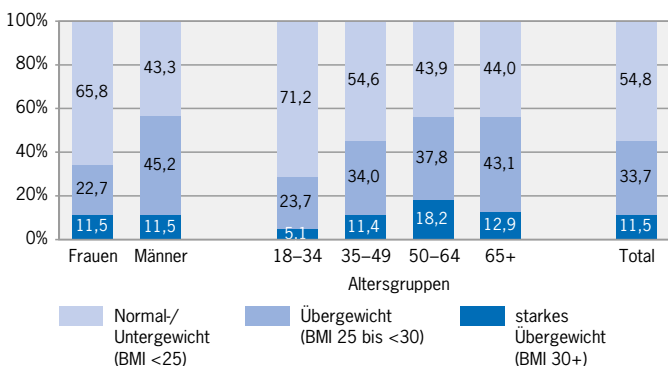
Gemäss der WHO gilt für 18-jährige und ältere Personen:

BMI < 18.5 kg/m <sup>2</sup> :	Untergewicht
BMI 18.5 bis < 25 kg/m <sup>2</sup> :	Normalgewicht
BMI 25 bis < 30 kg/m <sup>2</sup> :	Übergewicht
BMI 30 kg/m <sup>2</sup> und mehr:	Adipositas (starkes Übergewicht)

Gemäss dieser Einteilung sind im Kanton Thurgau über ein Drittel der **Frauen** (34,2%) und deutlich über die Hälfte der **Männer** (56,7%) übergewichtig oder adipös. Dabei ist beachtenswert, dass die Anteile an stark übergewichtigen (adipösen) Frauen und Männern gleich hoch sind (jeweils 11,5%). Zwischen **1992** und **2012** hat der Anteil übergewichtiger und adipöser Personen im Schweizer Durchschnitt von 31,4% auf 42,2% zugenommen.

Bis zur Altersgruppe der 50–64-Jährigen wird der Anteil übergewichtiger und adipöser Personen im Kanton mit dem **Alter** grösser. Danach bleibt dieser Anteil relativ stabil. Auffallend ist der gegenüber den Frauen (43,8%) deutlich höhere Anteil übergewichtiger Männer (70,3%) bei den 50–64-Jährigen im Kanton Thurgau.

## Anteil Personen nach BMI-Kategorien (18-Jährige und Ältere)



n TG=1078

Quelle: BFS – SGB 2012

© Obsan 2014

Nicht nur **Übergewicht**, auch **Untergewicht** kann für die Gesundheit problematisch sein. Auf der Ebene Gesamtschweiz zeigt sich, dass Frauen (5,8%) deutlich häufiger von Untergewicht betroffen sind als Männer (0,8%). Bei Frauen unter 35 Jahren beträgt der Anteil an untergewichtigen Personen gar 9,8%.

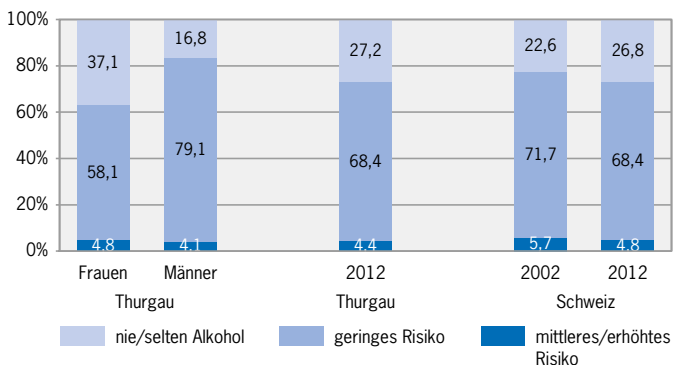
## Alkoholkonsum

Bei einem täglichen Konsum von mehr als 20g reinen Alkohols<sup>6</sup> bei Frauen bzw. mehr als 40g bei Männern wird von einem mittleren bis hohen Gesundheitsrisiko ausgegangen.

Bei 4,4% der Thurgauer Bevölkerung besteht ein solches mittleres bis hohes Gesundheitsrisiko wegen Alkohol. Es gibt im Kanton Thurgau hinsichtlich des mittleren bis hohen Risikos keinen bedeutenden Unterschied zwischen den Geschlechtern: Bei den **Frauen** sind 4,8% betroffen, bei den **Männern** 4,1%. Die Werte für die Gesamtschweiz liegen im ähnlichen Bereich, allerdings sind da die Männer (5,5%) häufiger betroffen als die Frauen (4,1%).

Zwischen **2002** und **2012** hat der Anteil der Gesamtschweizer Bevölkerung mit erhöhtem Risiko von 5,7% auf 4,8% abgenommen.

### Anteil Personen nach Risiko bezüglich Alkoholkonsum



TG: n 2012=1098; CH: n 2002=19'637, n 2012=20'848

Quelle: BFS – SGB 2007, 2012

© Obsan 2014

Über die **Altersgruppen** hinweg bleiben die Risikoanteile bezüglich Alkoholkonsum konstant. Dies gilt sowohl für den Kanton Thurgau als auch für die Gesamtschweiz.

Die Anteile der Thurgauer Bevölkerung mit mittlerem bis hohem Risiko bleiben auch über die **Bildungsstufen** stabil. Mit zunehmender Bildung nimmt allerdings der Anteil der nie oder selten Alkohol Konsumierenden ab und der Anteil mit geringem Risiko wird grösser.

<sup>6</sup> 20g reiner Alkohol entspricht zwei Standardgläsern. Unter einem Standardglas versteht man die Alkoholmenge, die normalerweise im Gastgewerbe pro Glas ausgeschenkt wird (z.B. 3dl Bier, 1dl Wein, 25cl Schnaps).

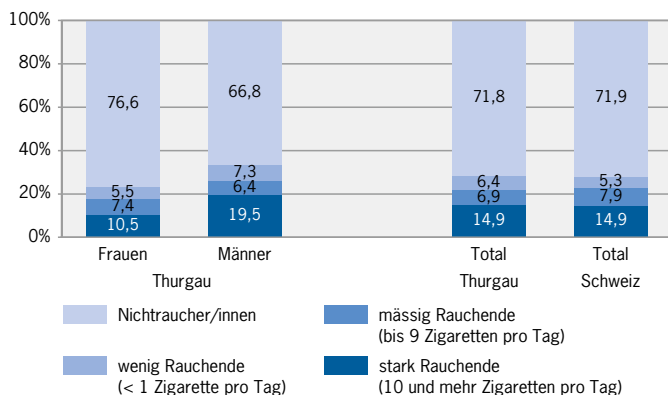
## Tabakkonsum

Rauchen ist ein anerkannter Risikofaktor für Krebs-, Herz-Kreislauf- und Atemwegserkrankungen. Etwa 15% der Todesfälle in der Schweiz sind durch Tabakkonsum verursacht oder mitbedingt; d.h. über 9000 Personen sterben jährlich frühzeitig an den Folgen von Tabakkonsum.

Im Kanton Thurgau rauchen 28,2% der Bevölkerung ab 15 Jahren. Dies entspricht dem schweizerischen Durchschnitt von 28,1%. **Thurgauer** (33,2%) rauchen häufiger als **Thurgauerinnen** (23,4%) und sind ausserdem auch stärkere Raucher: 19,5% der Männer rauchen 10 Zigaretten oder mehr pro Tag, bei den Frauen sind dies 10,5%. Auf Gesamtschweizer Ebene zeigen sich ähnliche Verhältnisse zwischen den Geschlechtern.

Auf Ebene der Gesamtschweiz hat zwischen **1992** und **2012** der Anteil der stark Rauchenden (10 und mehr Zigaretten pro Tag) von 20,6% auf 14,9% abgenommen und der Anteil der NichtraucherInnen hat zugenommen (2002: 69,8%, 2012: 71,9%).

### Anteil Personen nach Zigarettenkonsum (Menge des konsumierten Tabaks umgerechnet in Zigaretten pro Tag)



n TG=1097, n CH=20'831

Quelle: BFS – SGB 2012

© Obsan 2014

Mit zunehmendem **Alter** rauchen weniger Leute. Im Kanton Thurgau beträgt der Anteil an Rauchenden 36,2% bei den 15–34-Jährigen und noch 11,6% bei den 65-Jährigen und Älteren. Bei den 35–49-jährigen Frauen (12,9%) und den 50–64-jährigen Männern (25,2%) im Kanton ist der Anteil der stark Rauchenden am höchsten.

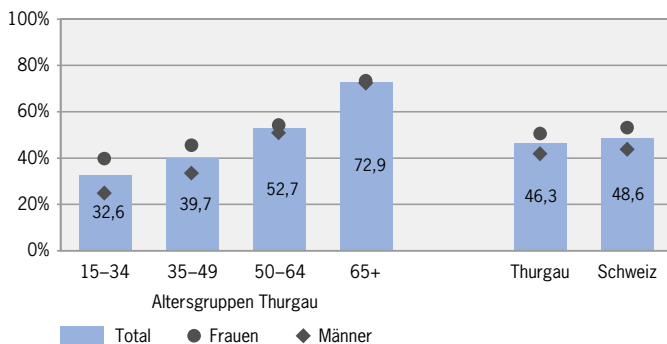
Die Anteile der Rauchenden unterscheiden sich im Kanton Thurgau kaum nach **Bildungsniveau**. Der Anteil der stark Rauchenden ist jedoch bei Personen ohne nachobligatorische Bildung (9,2%) tendenziell kleiner als bei Personen mit einem Abschluss auf Sekundarstufe II (16,0%) oder auf Tertiärstufe (16,1%). Ausserdem sind die NichtraucherInnen bei Personen ohne nachobligatorische Bildung (80,7%) häufiger vertreten als in den beiden anderen Bildungsstufen (rund 70%).



## Medikamentenkonsum

46,3% der Thurgauer Bevölkerung geben an, in der Woche vor der Befragung *mindestens ein Medikament* eingenommen zu haben. Dies ist nur unwesentlich weniger als in der Gesamtschweiz mit 48,6%. Der Medikamentenkonsument der Gesamtschweizer Bevölkerung hat in den letzten 20 Jahren von 38,3% (**1992**) auf 48,6% (**2012**) zugenommen.

### Anteil Personen, die in der Woche vor der Befragung mindestens ein Medikament eingenommen haben



n TG=1126, n CH=21'585

Quelle: BFS – SGB 2012

© Obsan 2014

Im Jahr 2012 geben tendenziell mehr Thurgauerinnen als Thurgauer an, in der Woche vor der Befragung mindestens ein Medikament eingenommen zu haben (**Frauen:** 50,6%; **Männer:** 41,9%). Dieser Unterschied zeigt sich noch etwas deutlicher auf der Ebene Gesamtschweiz (Frauen: 53,2%; Männer: 43,8%).

Mit zunehmendem **Alter** berichten mehr Personen von Medikamentenkonsument. Im Kanton Thurgau sind es bei den 15–34-Jährigen 32,6%, bei den 65-Jährigen und Älteren sind es mit 72,9% dann deutlich mehr.

Der Konsum von **Schmerz-, Schlaf- oder Beruhigungsmitteln** ist bei Thurgauer Frauen (28,9%) weiter verbreitet als bei Männern (19,4%). Dieser Geschlechterunterschied lässt sich – noch etwas ausgeprägter – auch auf Ebene der Gesamtschweiz feststellen (Frauen: 33,2%, Männer: 21,0%). Bei diesen psychoaktiven Medikamenten kann eine länger andauernde, regelmässige Einnahme zur Entwicklung einer Abhängigkeit führen.

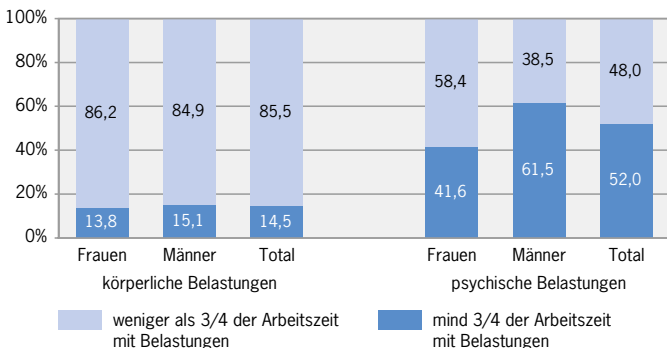
## Gesundheit am Arbeitsplatz

Eine grosse Mehrheit von 89,7% aller Thurgauer Erwerbstätigen ist mit ihrer Arbeitssituation zufrieden. Trotz dieser hohen allgemeinen Zufriedenheit sind körperliche und insbesondere psychische Belastungen in der Arbeitswelt recht verbreitet.

Im Kanton Thurgau sind 14,5% der Erwerbstätigen zu  $\frac{3}{4}$  der Arbeitszeit **körperlichen Belastungen** ausgesetzt. Männer (15,1%) berichten eher etwas mehr davon als Frauen (13,8%). Im jüngeren Alter sind die körperlichen Belastungen am meisten verbreitet. So berichten 22,6% der 15–34-Jährigen im Kanton davon, während es bei den 50-jährigen und älteren Erwerbstätigen noch 10,6% sind. Für die Gesamtschweiz zeigen sich vergleichbare Werte.

52,0% der Thurgauer Erwerbstätigen fühlen sich bei der Arbeit **psychisch belastet**. Hier sind es deutlich mehr Männer (61,5%) als Frauen (41,6%) und mehr jüngere (15–34-Jährige: 62,3%) als ältere Personen (50-Jährige und Ältere: 41,8%), die von solchen psychischen Belastungen berichten. Verglichen mit dem gesamtschweizerischen Durchschnitt (52,6%) sind im Kanton Thurgau (61,5%) die Männer mehr von psychischen Belastungen bei der Arbeit betroffen.

### Anteil Erwerbstätige mit körperlicher/psychischer Belastung bei der Arbeit



n körperliche Belastungen=650, n psychische Belastungen=659

Quelle: BFS – SGB 2012

© Obsan 2014

Mit den Daten auf Ebene der Gesamtschweiz lässt sich überdies feststellen, dass Führungskräfte (61,4%) häufiger als Selbständige (48,0%) und Angestellte (46,1%) von psychischen Belastungen betroffen sind. Im Kanton Thurgau zeigt sich in der Tendenz dasselbe Muster: Führungskräfte: 62,8%; Angestellte: 51,1%; Selbständige: 44,4%.

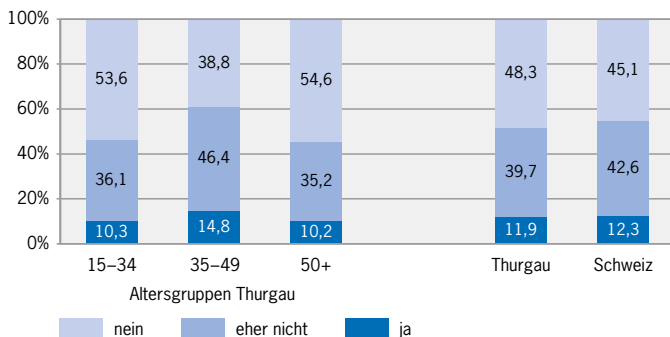
## Angst vor Arbeitsplatzverlust

Eine potenziell besonders starke psychische Belastung stellt die Angst dar, seinen Arbeitsplatz zu verlieren. Im Kanton Thurgau fürchten 11,9% der Erwerbstätigen einen Stellenverlust und 39,7% machen sich einige Sorgen. Dagegen machen sich 48,3% keinerlei Sorgen um ihre Arbeitsstelle.

Thurgauer **Frauen** und **Männer** unterscheiden sich nicht bezüglich der Ängste um Arbeitsplatzverlust. Hinsichtlich **Alter** sind in der Bevölkerung des Thurgaus, als auch der Schweiz insgesamt, Sorgen um Arbeitsplatzverluste bei den 35–49-Jährigen am häufigsten.

Zwischen **1997** und **2012** hat in der Gesamtschweiz der Anteil der Personen, die unmittelbar um ihre Stelle fürchten, von 18,2% auf 12,3% abgenommen. Der Anteil an Erwerbstätigen, die sich keinerlei Sorgen um ihre Arbeitsstelle machen, hat im Gegenzug von 36,2% auf 45,1% zugenommen.

## Anteil Erwerbstätige nach Angst vor Arbeitsplatzverlust



n TG=650, n CH=11'476

Quelle: BFS – SGB 2012

© Obsan 2014

Im Kanton Thurgau ist die unmittelbare Angst vor Arbeitsplatzverlust bei Erwerbstätigen ohne nachobligatorische Bildung am häufigsten (27,0%); sie geht dann mit zunehmendem **Bildungsabschluss** zurück (Sekundarstufe II: 12,1%; Tertiärstufe: 5,6%). Entsprechend nimmt der Anteil der Sorgenfreien mit höherer Bildung zu. Dieser beträgt 41,6% bei Personen ohne nachobligatorische Bildung und 53,0% bei Personen mit Tertiärbildung.

Die Analyse nach **sozioprofessionellen Kategorien** zeigt, dass sich eine deutliche Mehrheit der Angestellten (rund 57%) im Kanton Thurgau zumindest gewisse Sorgen um einen Arbeitsplatzverlust macht; dies unabhängig davon ob diese Angestellten eine Führungsfunktion bekleiden oder nicht. Bei den Selbstständigen sind es 17,9% aller Befragten im Kanton.

## Ergebnisse nach Alter im Überblick

---

### Allgemeiner Gesundheitszustand

Mit steigendem Alter nimmt die **selbst wahrgenommene Gesundheit** ab. Im Kanton Thurgau schätzen 91,2% der 15–34-Jährigen und noch 70,0% der 65-Jährigen und Älteren ihre Gesundheit selber als (sehr) gut ein. Auch geben 36,1% der älteren Personen (ab 65 Jahren) an, **im Alltag durch gesundheitliche Probleme eingeschränkt** zu sein. Bei den 15–34-Jährigen sind dies lediglich 18,2%.

### Psychische Beschwerden

Die **psychische Belastung** verändert sich im Altersverlauf in der Thurgauer Bevölkerung nicht wesentlich. In der Tendenz ist sie mit zunehmendem Alter aber eher rückläufig. Die gleichen Alterstendenzen zeigen sich auch bezüglich der Häufigkeit **depressiver Symptome** wie z.B. Niedergeschlagenheit, Schlafstörungen, Erschöpfung oder Appetitlosigkeit. 33,8% der 15–34-jährigen Thurgauer Bevölkerung berichtet von entsprechenden Symptomen, bei den 50-jährigen und älteren Personen im Kanton sind es 22,6%.

### Bewegung, Ernährung, Gewicht

Der Anteil **körperlich Aktiver** ist bei den 15–34-Jährigen Thurgauerinnen und Thurgauer mit 84,8% am grössten. Danach nimmt die körperliche Aktivität etwas ab und bleibt bis ins Alter von 65 Jahren und darüber stabil (rund 74%). Der Anteil der Inaktiven nimmt mit steigendem Alter zu, von 4,0% bei den 15–34-Jährigen bis auf 12,7% bei den 65-Jährigen und Älteren. Mit dem Alter wird auch **Übergewicht** häufiger. So sind bei den 18–34-Jährigen im Kanton Thurgau 28,8% übergewichtig oder adipös. Bei den 50-Jährigen und Älteren beträgt dieser Anteil bereits 56,0%. Der Anteil der Personen, die sich an die **Ernährungsempfehlung** «fünf Portionen Früchte/Gemüse pro Tag» halten, ist über das Alter hinweg recht stabil verteilt. In der Tendenz sind es im Kanton die 50–64-Jährigen (24,8%), die am häufigsten fünf Portionen Früchte oder Gemüse pro Tag konsumieren. Wie in der übrigen Schweiz trinken auch im Kanton Thurgau insbesondere ältere Personen zu wenig.

---

## Substanzkonsum

Der **Alkoholkonsum** im Kanton Thurgau – gemessen an den Anteilen der Bevölkerung «ohne» Konsum/Risiko, mit «geringem» und mit «mittlerem/hohem» Risiko – bleibt über die Altersgruppen hinweg relativ konstant. Dieselbe Feststellung macht man auch auf dem Niveau der Gesamtschweiz. Der Anteil der **Rauchenden** hingegen nimmt im Kanton Thurgau – wie in der Gesamtschweiz – mit zunehmendem Alter ab. Bei den 15–34-Jährigen im Kanton beträgt der Anteil 36,2%, bei den 65-Jährigen und Älteren noch 11,6%. Bei den 65-Jährigen und Älteren im Kanton Thurgau ist der **Medikamentenkonsum** (72,9%) deutlich mehr verbreitet als bei den Jüngeren (15–34-Jährige: 32,6%). Auch hier unterscheidet sich der Kanton nicht von der Gesamtschweiz.

## Arbeitsplatz

Mit zunehmendem Alter nimmt die **körperliche Belastung** der Thurgauer Erwerbstätigen ab (15–34-Jährige: 22,6%, 50-Jährige und Ältere: 10,6%). Auch eine erhöhte **psychische Belastung** bei der Arbeit wird von jüngeren Personen (15–34 Jahre: 62,3%) häufiger berichtet als von den älteren Erwerbstätigen (50+ Jahre: 41,8%). **Angst vor Arbeitsplatzverlust** ist bei den Thurgauer Erwerbstätigen im Alter von 35–49 Jahren am häufigsten verbreitet. Dabei lassen sich alle diese Muster in analoger Weise auf dem Niveau Gesamtschweiz beobachten.

## Methodische Bemerkungen

---

### Datenquelle: Schweizerische Gesundheitsbefragung (SGB)

Die Schweizerischen Gesundheitsbefragung (SGB) des Bundesamtes für Statistik (BFS) liefert Informationen über den Gesundheitszustand der Bevölkerung und dessen Bestimmungsfaktoren, über Krankheitsfolgen, über die Inanspruchnahme des Gesundheitswesens und über die Versicherungsverhältnisse der Schweizer Wohnbevölkerung.

**Befragte**      Repräsentative Zufallsstichprobe von Personen ab 15 Jahren in privaten Haushalten.

**Stichprobe**    Die geschichtete Stichprobe zieht das BFS per Zufallsprinzip aus dem Stichprobenrahmen für Personen- und Haushaltserhebungen (SRPH). Dieser basiert auf den Datenlieferungen der kantonalen und kommunalen Einwohnerregister, welche quartalsweise mit den Informationen der Telefonanbieterinnen ergänzt werden.

Die Befragung besteht aus einem mündlichen (Telefon-) Interview und einem schriftlichen Fragebogen. Um dem Stichprobenplan und den Antwortausfällen Rechnung zu tragen, wird die Stichprobe gewichtet.

Im Rahmen der SGB 2012 nahmen 21'597 Personen an der mündlichen Befragung teil. Von diesen füllten 18'357 den zusätzlichen schriftlichen Fragebogen aus. Im Kanton Thurgau wurden 1128 Personen mündlich befragt und 961 gaben ebenfalls schriftlich Auskunft.

18 Kantone sowie die Stadt Zürich haben zum Zweck kantonaler Analysen ihre Stichproben mit Eigenmitteln aufgestockt: AG, AR, BE, BL, BS, FR, GE, GR, JU, LU, NE, SZ, TG, TI, UR, VD, VS, ZG. Zudem wurde die Gesundheitsbefragung erstmals für das Fürstentum Liechtenstein durchgeführt.

**Periodizität**    Alle fünf Jahre. Bisherige Befragungen: 1992/1993, 1997, 2002, 2007, 2012. Nächste Befragung: 2017.

**Aussagekraft**    Die Stichprobenwerte werden gewichtet. Dadurch lässt sich die Zuverlässigkeit von Hochrechnungen auf die Bevölkerung der Schweiz bzw. der beteiligten Kantone verbessern.

---

## **Hinweise zu den dargestellten Ergebnissen:**

*Angaben für den Kanton Thurgau:* Die Broschüre gibt wichtige Ergebnisse der SGB 2012 für die Thurgauer Bevölkerung – oftmals im Vergleich mit der Gesamtschweizer Bevölkerung – wieder. Da 2012 die Zahl der befragten Personen im Kanton Thurgau *erstmalig* so weit erhöht wurde, dass auch auf kantonaler Ebene Auswertungen möglich sind, können zeitliche Vergleiche lediglich auf Ebene der Gesamtschweiz gemacht werden.

*Selbstangaben:* Die Analysen stützen sich – wie alle Auswertungen der Daten der SGB – auf Selbstangaben und nicht auf klinische Daten. Selbstangaben können mit gewissen Ungenauigkeiten bzw. Unvollständigkeiten einhergehen. Wenn z.B. das eigene Körpergewicht absichtlich herabgesetzt, der eigene Alkoholkonsum unterschätzt oder der letzte Arztbesuch vergessen wird.

*Unterschiede:* Ein Unterschied wird in der Broschüre nur dann als solcher erwähnt, wenn er statistisch signifikant ist (Signifikanzniveau von 95%). Werden im Text Begriffe wie «in der Tendenz», «tendenziell» oder «eher» verwendet, handelt es sich um Ergebnisse, die statistisch nicht signifikant sind. Wenn es signifikant ist, kann man mit 95-prozentiger Wahrscheinlichkeit ausschliessen, dass der Unterschied zweier betrachteter Grössen durch blossen Zufall zustande gekommen ist.



**GDK** Schweizerische Konferenz der kantonalen Gesundheitsdirektorinnen und -direktoren  
**CDS** Confédération suisse des directrices et directeurs cantonaux de la santé  
**CDS** Conferenza svizzera delle direttrici e dei direttori cantonali della sanità



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Eidgenössisches Departement des Innern EDI**  
**Département fédéral de l'intérieur DFI**  
**Dipartimento federale dell'interno DFI**



Das Schweizerische Gesundheitsobservatorium (Obsan) ist eine gemeinsame Institution von Bund und Kantonen.  
L'Observatoire suisse de la santé (Obsan) est une institution commune de la Confédération et des cantons.  
L'Osservatorio svizzero della salute (Obsan) è un'istituzione comune della Confederazione e dei Cantoni.