

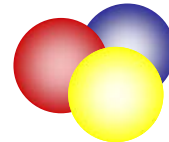
Gesundheitspotenziale von Frauen

Vortrag auf der Fachveranstaltung „Frauenkarrieren und Frauengesundheit – wie passt das zusammen“?

15.11.2013 Neues Rathaus Bielefeld

Prof. Dr. Petra Kolip
Universität Bielefeld

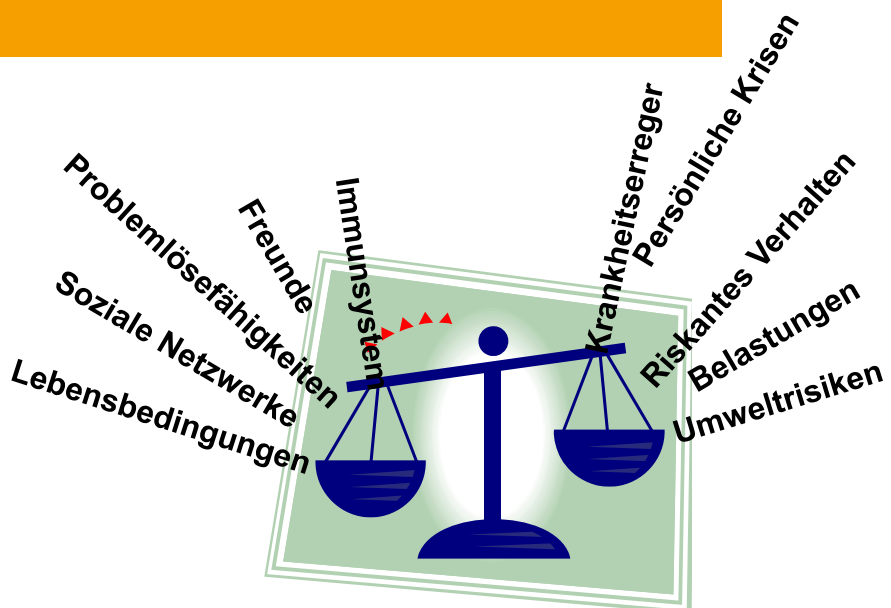
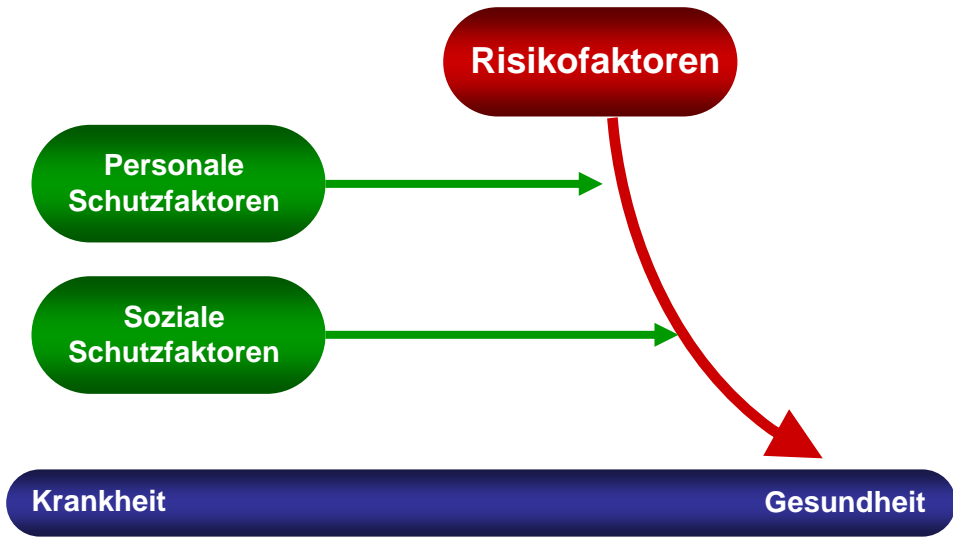
petra.kolip@uni-bielefeld.de



Gesundheitspotenziale von Frauen

- Rahmenmodell der Gesundheitsförderung
- Daten zur Gesundheit (erwerbstätiger) Frauen
- Risiken und Ressourcen erwerbstätiger Frauen
- Förderung der Gesundheitspotenziale von Frauen

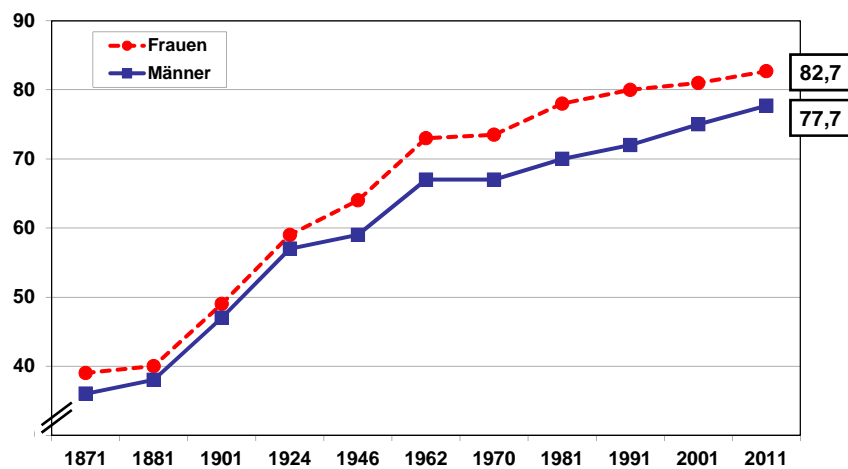
Salutogenese-Modell



Gesundheitspotenziale von Frauen

- Rahmenmodell der Gesundheitsförderung
- Daten zur Gesundheit (erwerbstätiger) Frauen
- Risiken und Ressourcen erwerbstätiger Frauen
- Förderung der Gesundheitspotenziale von Frauen

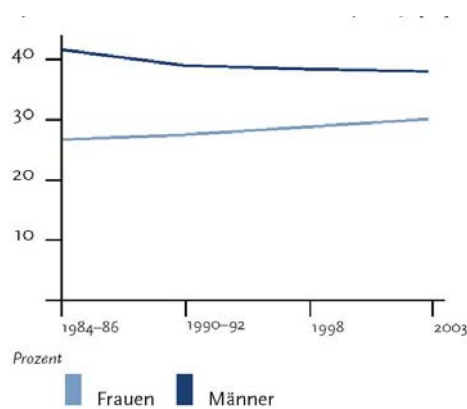
Entwicklung der Lebenserwartung Deutschland



Gründe für die höhere Lebens- erwartung von Frauen

- Biologische Unterschiede (Säuglingssterblichkeit!)
- Unterschiedliche Inanspruchnahme des Versorgungssystems
- Unterschiede im gesundheitsrelevanten Verhalten
 - ▶ aber: Angleichung in einzelnen Verhaltensbereichen

Entwicklung des Tabakkonsums bei 25- bis 69-Jährigen nach Geschlecht (nur tägliche RaucherInnen)

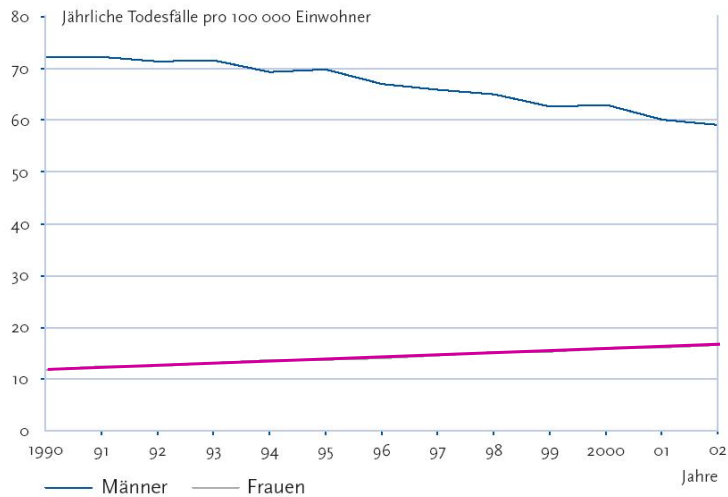


* 1984 bis 1986 nur alte Bundesländer; Vergleich nur möglich in der Altersgruppe 25 bis 69 Jahre

Quelle: Lademann & Kolip: Gesundheit von Frauen und Männern im mittleren Lebensalter.
RKI Schwerpunktbericht, 2005, Berlin

Sterblichkeit an Lungenkrebs

je 100.000 (altersstandardisiert)



Quelle: Gesundheitsbericht für Deutschland, RKI 2006

Erwerbstätigenbefragung BIBB/BauA 2012

- 20.036 Erwerbstätige ab 15 Jahren (Arbeitszeit mind. 10 Stunden)
 - Computer unterstützte Telefoninterviews
 - Fragen zum Arbeitsplatz, zur Beanspruchung und gesundheitlichen Situation
- Hier: Vergleich zwischen Frauen und Männern in Vollzeit (mind. 35 Std.; n=15.239, Frauenanteil 33,3%)

Erwerbstätigenbefragung Gesundheitszustand

Hatten Sie in den vergangenen 12 Monaten ...	Männer	Frauen
Rückenschmerzen	44,0	51,4
Schulter-/Nackenschmerzen	39,7	63,5
Kopfschmerzen	28,6	45,3
Nächtliche Schlafstörungen	24,5	32,9
Müdigkeit/Mattigkeit	43,9	54,5
Niedergeschlagenheit	19,4	27,2
Körperliche Erschöpfung	33,8	42,2
Emotionale Erschöpfung	21,3	32,5

Fettdruck: Inanspruchnahme ärztlicher Leistung > 50%

Wittig, P., Nöllenheidt, C. & Brenscheidt, S. (2013).
Grundauswertung der BIBB/BAUA-Erwerbstätigenbefragung 2012.
Männer/Frauen in Vollzeit. Dortmund/Berlin/Dresden: Bundesinstitut
für Berufsbildung und Bundesanstalt für Arbeitsschutz und
Arbeitsmedizin

Gesundheitspotenziale von Frauen

- Rahmenmodell der Gesundheitsförderung
- Daten zur Gesundheit (erwerbstätiger) Frauen
- Risiken und Ressourcen erwerbstätiger Frauen
- Förderung der Gesundheitspotenziale von Frauen

Erwerbstätigenbefragung Arbeitsbedingungen/-belastungen

Es fühlen sich belastet durch ...	Männer	Frauen
... Arbeit im Stehen	15,7	14,8
... schwer Heben und Tragen	11,7	13,5
... Zwangshaltungen	19,2	14,1
... Lärm	13,9	12,6
... gefühlsmäßig belastende Situationen	9,8	16,7
... Termin-/Leistungsdruck	34,8	38,4
... gestörte/unterbrochene Arbeit	24,7	31,3
... Mindestleistung/Zeit vorgeschrieben	14,4	15,0

Erwerbstätigenbefragung Über-/Unterforderung

Belastung durch ...	Männer	Frauen
... verschiedene Arbeiten gleichzeitig	15,9	22,6
... bis an die Grenzen der Leistungsfähigkeit	11,5	16,3
... schnell arbeiten	16,8	22,4
Fachliche Überforderung	17,3	23,5
Fachliche Unterforderung	5,0	3,8

Erwerbstätigenbefragung

(Antwort „häufig“)

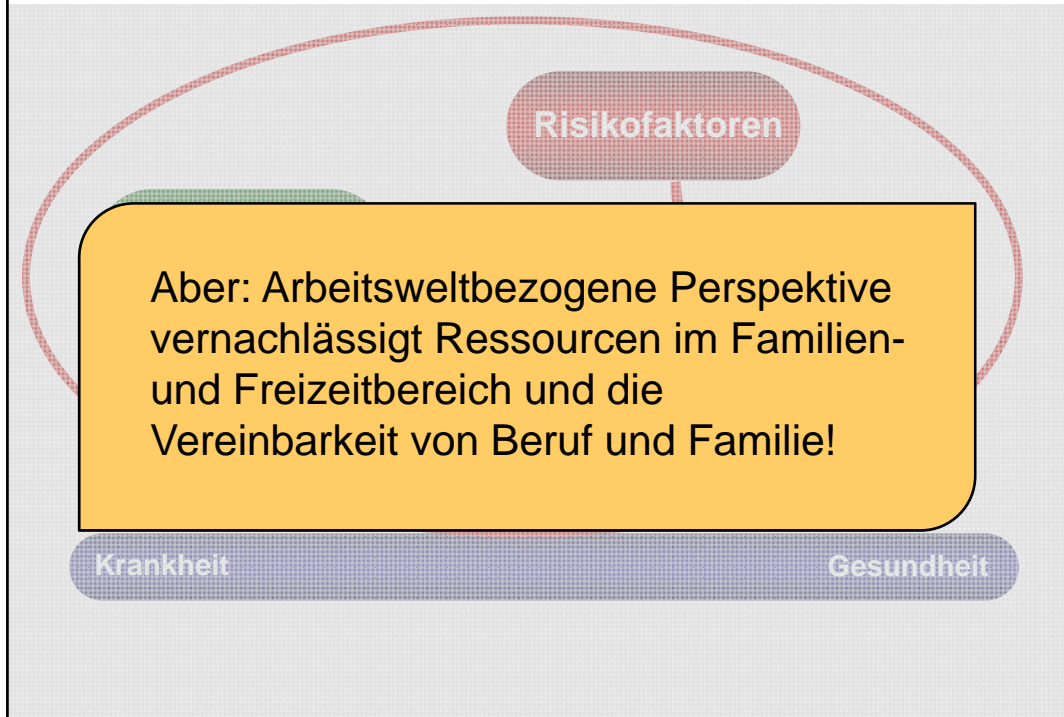
Arbeitsbezogene Ressourcen	Männer	Frauen
Teil einer Gemeinschaft	77,8	82,1
Gute Zusammenarbeit mit Kollegen	88,2	87,8
Unterstützung von Kollegen	81,0	77,3
Unterstützung von Vorgesetzten	58,5	56,5
Handlungsspielräume	Männer	Frauen
Arbeit selbst planen	67,7	73,6
Einfluss auf Arbeitsmenge	37,2	32,9
Eigene Entscheidung, wann Pause	60,3	56,6

Erwerbstätigenbefragung

Arbeitszufriedenheit („(sehr) zufrieden“)

	Männer	Frauen
Einkommen	75,7	68,2
Aufstiegsmöglichkeiten	60,7	62,4
Arbeitszeit	78,6	76,9
Betriebsklima	86,2	84,8
Direkter Vorgesetzter	85,2	82,3
Art und Inhalt der Tätigkeit	94,3	93,3
Möglichkeiten, Fähigkeiten anzuwenden	88,0	89,3
Möglichkeiten zur Weiterbildung	77,2	76,7
Körperliche Arbeitsbedingungen	84,1	80,2

Salutogenese-Modell



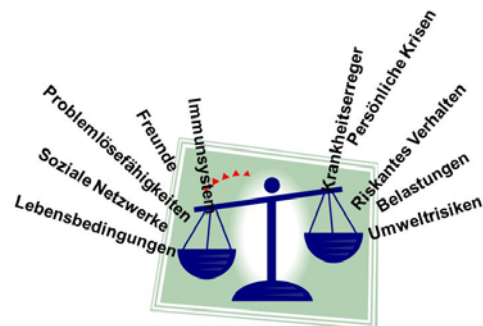
Gesundheitspotenziale von Frauen

- Rahmenmodell der Gesundheitsförderung
- Daten zur Gesundheit (erwerbstätiger) Frauen
- Risiken und Ressourcen erwerbstätiger Frauen
- Förderung der Gesundheitspotenziale von Frauen

Wie lässt sich die Gesundheit fördern?

Zwei Zugänge:

- Risiken reduzieren
- Ressourcen erhöhen



Gesundheitsdefinition der Weltgesundheitsorganisation (WHO)

» Gesundheit ist der Zustand umfassenden körperlichen, psychischen und sozialen Wohlbefindens und nicht nur das Freisein von Krankheit und Gebrechen.

(Weltgesundheitsorganisation, 1948)



Gesundheitsdefinition der Weltgesundheitsorganisation WHO

- Gesundheit ist nicht das Gegenteil von Krankheit, sondern hat eine eigene Qualität
- Gesundheit bezieht sich nicht nur auf den körperlichen Bereich, sondern hat auch psychische und soziale Komponenten
- „Wohlbefinden“: jede/r kann selber entscheiden, wie wohl er/sie sich fühlt

Subjektive Gesundheitsdefinitionen

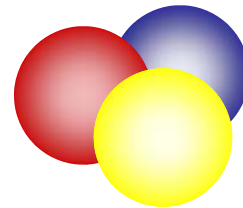
„Gesund bin ich, wenn ich mich im Einklang fühle, wenn ich innerlich im Lot bin und mich nichts so leicht aus dem Gleichgewicht bringt.“

„Gesundheit ist für mich, dass ich darauf vertrauen kann, dass mein Körper mit Belastungen fertig wird.“

„Gesund bin ich, wenn ich meine Lebenslust bis in die Fingerspitzen spüren kann.“

Wie lässt sich Gesundheit positiv beschreiben?

- Lebensfreude
- Belastbarkeit
- Ausgeglichenheit
- Vitalität
- Genussfähigkeit
- Gleichgewicht zwischen Anspannung und Entspannung
- Leistungsfähigkeit
- Konzentrationsfähigkeit
- Soziale Einbindung/ Freundschaften
- Optimismus
- Kreativität
- Kraft
- ...



Gesundheit im Alltag

Risiken vermeiden

- Nicht rauchen
- Kein Alkohol im Straßenverkehr
- Vorsichtiger Umgang mit Genussmitteln
- Fahrradhelm aufsetzen
- Impfungen
- Zähne putzen
- ...

Wohlbefinden steigern

- Genussvolles Essen
- Bewegung (und Sport)
- Entspannung und Schlaf
- "Inseln" schaffen
- Partnerschaft
- Freundschaften
- Hobbies
- Befriedigende Arbeitsbedingungen
- ...

Fazit

- Gesundheit wird im Alltag hergestellt und ergibt sich aus der Interaktion von Risiken und Ressourcen.
- Für die Gesundheitsförderung sind die sozialen Rahmenbedingungen der Gesundheit ebenso bedeutsam wie die individuellen Kompetenzen und Ressourcen.
- Die Förderung der Gesundheit gelingt am besten, wenn an das Wohlbefinden und die personalen und sozialen Ressourcen angeknüpft wird.

