



Universität
Basel

Departement Public Health
Pflegerwissenschaft

Swiss TPH

Swiss Tropical and Public Health Institute



INSPIRE 



Bevölkerungsbefragung Basel-Landschaft **Kantonaler Bericht**

Bevölkerungsbefragung Basel-Landschaft

Kantonaler Bericht

Mieke Deschodt
Flaka Siqeca
Olivia Yip
Samuel Stenz
Maria José Mendieta Jara
Eva Blozik
Matthias Briel
Katrina Obas
Nicole Probst-Hensch
Carlos Quinto
Penelope Vounatsou
Matthias Schwenkglenks
Andreas Zeller
Franziska Zúñiga
Sabina De Geest

Juli, 2020

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	- 2
Zusammenfassung	- 3
Einleitung	- 5
Antwortraten	- 6
Demographische Charakteristiken	- 7
Wohnsituation	- 8
Gegenwärtige Wohnsituation	- 8
Ideale Wohnsituation	- 9
Lebensstil und Wohlbefinden	- 11
Bewegung	- 11
Rauchen und Alkoholkonsum	- 12
Soziale Partizipation und Wohlbefinden	- 12
Gesundheit	- 14
Allgemeine Gesundheit	- 14
Körperliche Gesundheit	- 14
Medikamente	- 15
Gesundheitsbedingte Lebensqualität	- 16
Unabhängigkeit	- 18
Tägliche Unterstützung	- 19
Mobilität	- 19
Aktivitäten des täglichen Lebens	- 19
Verkehrsmittel	- 23
Technologie	- 24
Verwendung von Gesundheitsdiensten	- 25
Besuche bei Hausärztin / Hausarzt oder Spezialistin / Spezialist	- 25
Besuche auf der Notfallstation und Spitalaufenthalte	- 25
Gebrechlichkeit	- 26
Bewegung und soziales Wohlbefinden	- 27
Gesundheit und Medikamente	- 29
Inanspruchnahme von gesundheitlichen und sozialen Dienstleistungen	- 31
Lebensqualität	- 32
Schlussfolgerungen	- 33
Danksagung	- 34

Vorwort



Geschätzte Leserinnen und Leser

Ende Mai 2020 hat das Bundesamt für Statistik die neuesten Szenarien zur Entwicklung der Bevölkerung in der Schweiz und der Kantone publiziert. Das Statistische Amt des Kantons Basel-Landschaft hat diese in einem interessanten Webartikel aufbereitet. Bereits jetzt hat unser Kanton einen hohen Anteil an betagten Personen und bis 2045 ist mit einer Verdopplung der Personen 80 Jahre und älter zu rechnen. Soweit die nackten Zahlen. Doch was wissen wir über Baselbieterinnen und Baselbieter die heute 75 Jahre und älter sind? Wie wohnen sie heute? Wie möchten sie wohnen, sollte der Unterstützungsbedarf steigen? Wie steht es um ihre Gesundheit?

Diese Fragen wurden knapp 29'000 Baselbieterinnen und Baselbieter im Frühjahr 2019 in der «INSPIRE Bevölkerungsbefragung» gestellt. 30,7 Prozent haben den umfangreichen Fragebogen ausgefüllt und zurückgeschickt. Das Institut für Pflegewissenschaft des Departments Public Health der Universität Basel hat nun die Auswertungen abgeschlossen und diesen Bericht vorgelegt.

Ich danke den Autorinnen und Autoren für die sorgfältige und umfassende Arbeit. Der Bericht zeigt, dass viele Baselbieterinnen und Baselbieter zufrieden sind mit der eigenen Wohnsituation und sich guter Gesundheit erfreuen. Er zeigt aber auch, wie wichtig es ist, jene identifizieren zu können, die gebrechlich geworden sind und Unterstützung benötigen.

Ziel unserer Planung auf allen Ebenen im Gesundheitsbereich muss es sein, das Gesundheits- und Sozialsystem auch in Zukunft so auszurichten, dass eine steigende Anzahl Baselbieterinnen und Baselbieter gut altern kann.

Ich wünsche Ihnen eine anregende Lektüre.

Regierungsrat Thomas Weber

Vorsteher Volkswirtschafts- und Gesundheitsdirektion Kanton Basel-Landschaft

Zusammenfassung

Die älter werdende Gesellschaft kann neu gewonnene Lebensjahre meist bei guter Gesundheit geniessen. Aufgrund der steigenden Zahl von Personen, die mit chronischen Krankheiten und altersbedingten Schwierigkeiten leben und deshalb komplexe Bedürfnisse haben, ergeben sich auch neue Fragestellungen. Diese stellen insbesondere jene vor Herausforderung, die das Gesundheits- und Sozialsystem der Zukunft gestalten möchten. Deswegen ist es bedeutsam, neue Erkenntnisse zum gegenwärtigen und künftigen Pflege- und Betreuungsbedarf zu gewinnen. Sie helfen beim Entwickeln und Implementieren speziell auf diesen Teil der Bevölkerung ausgerichteter Programme.

Die INSPIRE Bevölkerungsbefragung wurde zwischen März und August 2019 durchgeführt. Sie erfasst die gegenwärtigen gesundheitlichen und sozialen Bedürfnisse und gleichzeitig die Wünsche und Vorstellungen für die Zukunft von 75+ jährigen Menschen, die im Kanton Basel-Landschaft zu Hause leben. Die Daten wurden mit einem, von einer Expertinnen- und Expertengruppe entwickelten, Fragebogen erhoben. Vor der Anwendung wurde der Fragebogen durch eine Gruppe älterer Menschen hinsichtlich Akzeptanz geprüft. Dank der guten Zusammenarbeit mit Partnerinnen und Partnern aus dem Kanton und deren hilfreichen Unterstützung, erreichte die Bevölkerungsbefragung eine Rücklaufquote von 30,7 %.

Etwas mehr als die Hälfte der Personen, die an der Befragung teilgenommen haben, waren Frauen. Das durchschnittliche Alter liegt bei 81,8 Jahren. Die Befragten leben in der Regel gemeinsam mit der Lebenspartnerin respektive dem Lebenspartner in kleinen Haushalten. Dreiviertel der Befragten würden es auch im Falle einer zukünftigen Abhängigkeit bevorzugen, weiter in ihrem angestammten Zuhause zu wohnen. Die Präferenz in eine Alterswohnung oder eine Einrichtung für betreutes Wohnen umzuziehen, steigt in diesem Fall um das Vierfache. Nur ein kleiner Teil der Wohnliegenschaften sind für ein Leben mit Einschränkungen geeignet, verfügen über einen Aufzug, einen Treppenlift oder sind so gebaut, dass alle Bereiche für das tägliche Leben auf einer Ebene abgedeckt werden könnten.

Nur ungefähr ein Drittel der Befragten folgen der Empfehlung der Weltgesundheitsorganisation, sich mehr als 75 Minuten pro Woche körperlich intensiv zu betätigen. Zwei Drittel jedoch kommen den Empfehlungen für muskelstärkende Aktivitäten nach. Ausserdem gilt es zu erwähnen, dass 11 % der Männer angaben, täglich mehr Alkohol zu trinken, als von der Eidgenössischen Kommission für Fragen zu Sucht und Prävention als Obergrenze empfohlen ist.

Die überwiegende Mehrheit der Befragten sind bei der Erledigung ihrer täglichen Aufgaben und Aktivitäten wie beispielsweise kochen, putzen und telefonieren, oder beim Erledigen von finanziellen Angelegenheiten, unabhängig. Mehr als ein Viertel der Befragten zeigt aber Anzeichen von Gebrechlichkeit, was sowohl auf körperliche Einschränkungen wie Mobilitäts- oder Gedächtnisprobleme, als auch auf soziale Herausforderungen wie Einsamkeit, Verlassenheit und Angst zurückzuführen ist. In einer genaueren Analyse der Unterschiede zwischen nicht gebrechlichen Menschen und gebrechlichen Menschen fanden wir heraus, dass sich gebrechliche Menschen tendenziell weniger körperlich betätigten, dass sie einsamer und depressiver sind und häufiger mehr als vier unterschiedliche Medikamente gleichzeitig einnehmen. Gebrechliche Menschen nehmen ausserdem mehr soziale und gesundheitliche Dienstleistungen in Anspruch.

Die meist genannten Gesundheitsprobleme der Befragten beziehen sich auf die Gedächtnisleistung, gefolgt von Hör- und Sehproblemen und ungewolltem Gewichtsverlust in den vergangenen sechs Monaten. Das soziale Wohlergehen wurde durch Fragen zu Gefühlen der Einsamkeit, Verlassenheit oder Leere bewertet. Mehr als ein Drittel der Befragten gab an, dass sie die Gesellschaft anderer Menschen vermissen, während fast ein Viertel ein Gefühl von Leere empfindet.

Der grösste Teil der Befragten gab an, keine Hilfe von anderen Personen in ihrem Alltag zu benötigen. Jene Personen, welche auf Hilfe angewiesen sind, erhalten diese von engen Familienangehörigen oder von Organisationen wie der Spitex oder Pro Senectute. Die Befragten gehen jedoch davon aus, in Zukunft vermehrt auf Hilfe von Familienangehörigen und Organisationen angewiesen zu sein. Mit einem Blick in die Zukunft verdoppeln sich die Präferenzen für Unterstützung von Familienangehörigen beinahe und die Präferenz für Hilfe und Unterstützung durch Freundinnen und Freunde, sowie durch Nachbarinnen und Nachbarn, verdreifacht sich. Darüber hinaus ist es erwähnenswert, dass ältere Menschen für den zukünftigen Einsatz neuer Technologien offen zu sein scheinen. Politische Entscheidungsträger könnten daher technologiegestützte Lösungen in Betracht ziehen, um älteren Menschen zu helfen, ihre derzeitige Gesundheit zu erhalten und ihr tägliches Leben selbstständig zu bewältigen.

Schliesslich konnte diese Umfrage die gebrechlichen oder sehr gebrechlichen Menschen in der Bevölkerung identifizieren und ihre Herausforderungen und Bedürfnisse sichtbar machen. Die gewonnenen Erkenntnisse werden die Planung der neuen Informations- und Beratungsstellen erleichtern und eine evidenzbasierte Intervention ermöglichen. Nach Veröffentlichung dieses Berichts werden in einem nächsten Schritt ähnliche Auswertungen für die einzelnen Versorgungsregionen erstellt, damit massgeschneiderte Lösungen für die gesundheitliche und soziale Versorgung möglich werden.

Einleitung

Es gibt Hinweise, dass mit zunehmendem Alter Erkrankungen wie Multimorbidität und Gebrechlichkeit bei älteren Menschen immer häufiger auftreten. Diese erhöhen das Risiko von Stürzen und daraus resultierenden Knochenbrüchen, was wiederum zu vermehrten Spitalaufenthalten, zum Verlust der Unabhängigkeit, zu einem Umzug in ein Pflegeheim oder sogar zum Tod führen kann. Im Kanton Basel-Landschaft lag der Bevölkerungsanteil der 65+ jährigen im Jahr 2018 bei 21,9 % und somit am zweithöchsten in der gesamten Schweiz. Ein umfassenderer Versorgungsansatz wird erforderlich sein, um den Bedürfnissen dieses grossen Bevölkerungsteils gerecht zu werden.¹

Aufgrund dieser Überlegung wurde 2018 im Kanton Basel-Landschaft das Altersbetreuungs- und Pflegegesetz (APG) erlassen.² Das Gesetz verpflichtet die Gemeinden Versorgungsregionen zu bilden, die Informations- und Beratungsstellen für ältere Menschen (IBS) einrichten. Unter anderem werden in den IBS Informationen an die Bevölkerung abgegeben sowie Beratungen und Bedarfsabklärungen durch Pflegefachperson angeboten, insbesondere vor einem Eintritt in eine stationäre Pflegeeinrichtung.

Das Departement Public Health der Universität Basel und der Kanton Basel-Landschaft arbeiten seit 2018 zusammen, um das INSPIRE Projekt zu implementieren. Das Projekt verfolgt das Ziel, ein koordiniertes Versorgungsmodell für ältere Menschen mit Multimorbidität, die im Kanton Basel-Landschaft zu Hause leben, zu entwickeln, umzusetzen und zu evaluieren. Die INSPIRE Bevölkerungsbefragung wurde bewusst ins INSPIRE Projekt eingebettet, um ein besseres Verständnis für die gegenwärtigen und zukünftigen gesundheitlichen und sozialen Bedürfnisse und Wünsche der älteren Bevölkerung zu erlangen. Zusätzlich hat die Erhebung zum Ziel, Muster der gegenwärtigen und der angenommenen zukünftigen Nutzung von gesundheitlichen und sozialen Dienstleistungen, sowie auch von anderen Aspekten der Versorgung, zu verstehen.

Das INSPIRE Team hat im Jahr 2019 einen Fragebogen an alle Menschen verschickt, welche 75 Jahre und älter sind und im Kanton Basel-Landschaft zu Hause leben. Anhand dieser Fragebogen wurden der gegenwertige Stand und gleichzeitig die Wünsche und Bedürfnisse bezüglich Gesundheit, sozialer Unterstützung und den Lebenssituationen ermittelt. Für die Entwicklung des Fragebogens wurde zuerst die Fachliteratur konsultiert. Auf dieser Basis wurde ein Entwurf erstellt, der im Anschluss von 11 Mitgliedern des Forschungsteams und durch Expertinnen und Experten aus der Praxis beurteilt wurde. Als letzter Schritt wurde der Fragebogen 5 Personen vorgelegt, die älter als 75 Jahre alt sind. Damit konnte überprüft werden, ob der Fragebogen gut lesbar und die Fragen verständlich formuliert sind. Nach jedem Schritt wurden die nötigen Anpassungen vorgenommen. Der Fragebogen wurde allen Personen, die 75 Jahre oder älter sind und im Kanton Basel-Landschaft zu Hause leben, per Briefpost zugestellt. Alle durch diese Bevölkerungsbefragung gesammelten Daten wurden anonym ausgewertet und werden aufbewahrt.

Dieser Kantonale Bericht hat zum Ziel, eine Übersicht über die gegenwertige gesundheitliche und soziale Situation zu schaffen, aber auch die Lücken aufzuzeigen, welche einer besseren Lebensqualität im Alter der Bevölkerung des Kantons Basel-Landschaft im Wege stehen. Die gewonnenen Informationen ermöglichen Entscheidungsträgern auf kantonaler Ebene, genauso wie jenen in den Versorgungsregionen und Gemeinden, wertvolle Einblicke. Die Ergebnisse dieses Berichts können in die Weiterentwicklung von Gesundheits- und Sozialdiensten einfließen, damit die länger lebende Bevölkerung auch möglichst lange von guter Gesundheit und hoher Lebensqualität profitieren kann. Ähnliche Berichte für die einzelnen Versorgungsregionen werden zu einem späteren Zeitpunkt in 2020 veröffentlicht.

¹https://www.atlas.bfs.admin.ch/maps/13/de/14470_3012_3005_70/23054.html

²Altersbetreuungs- und Pflegegesetz (APG), SGS 941 (2018)

Antwortraten

Der Papierfragebogen der INSPIRE Bevölkerungsbefragung wurden an 29'045 im Kanton Basel-Landschaft lebende Personen ab 75 Jahren verschickt, wovon im März 2019 28'791 erfolgreich zugestellt werden konnten. Insgesamt 8846 Fragebogen wurden von den Befragten zurückgesendet, was einer Rücklaufquote von insgesamt 30,7 % entspricht. Später, während des Validierungsprozesses, wurden 60 Fragebogen entweder wegen ungültiger Postleitzahl, Postleitzahlen aus Solothurn oder Basel-Stadt, falscher Altersgruppe, oder weil die antwortende Person in einem Pflegeheim wohnte, ausgeschlossen, was eine Endstichprobe für die Analyse von 8786 ergab.

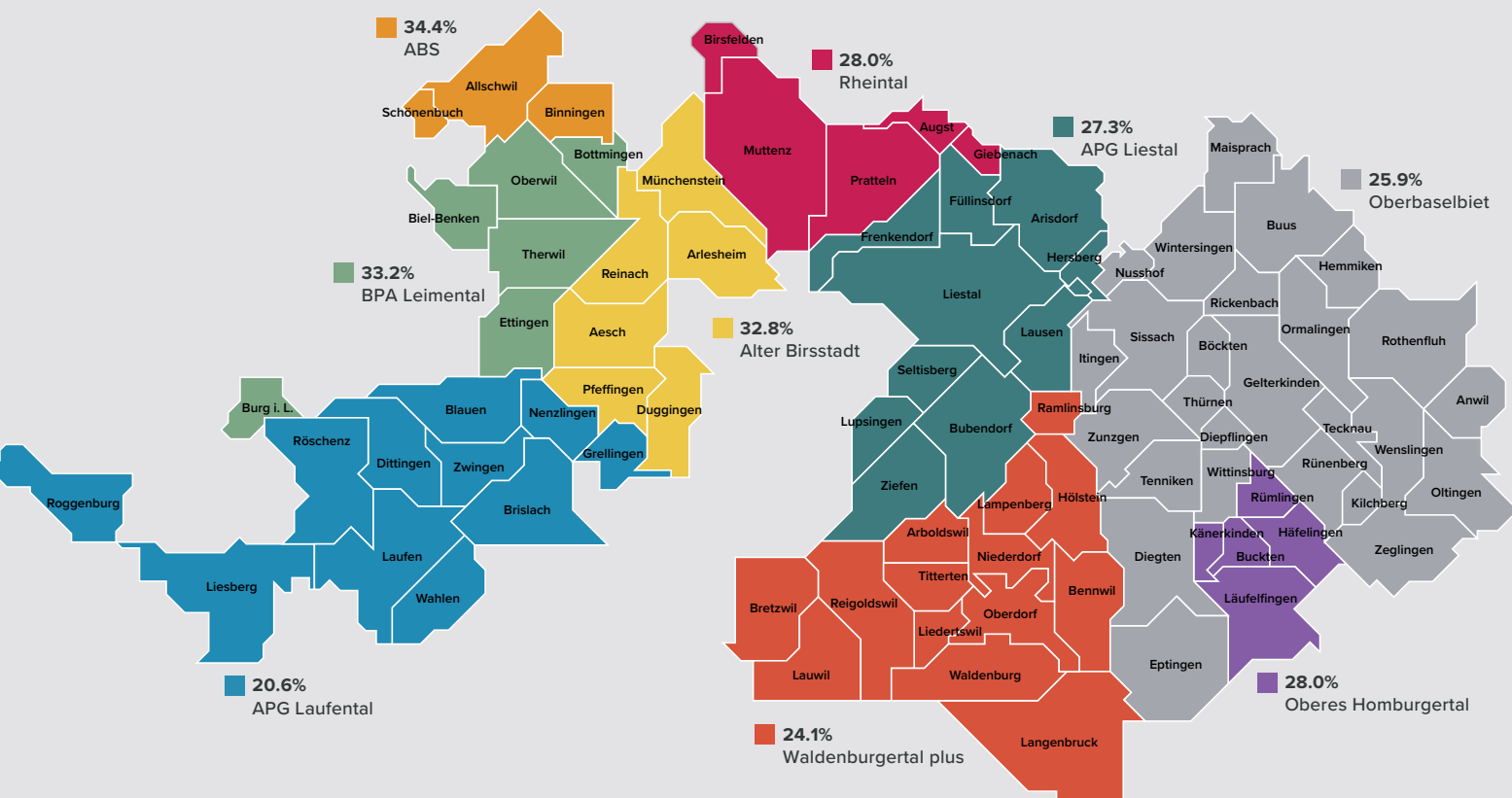


Abb. 1: Rücklaufquoten der INSPIRE Bevölkerungsbefragung pro möglicher Versorgungsregion im Kanton BL.
Durchschnittliche Rücklaufquote **30.7%**

In der Literatur wurden mehrere Faktoren identifiziert, die die Antwortquote auf eine Umfrage beeinflussen. Dazu gehören unter anderem finanzielle Anreize, ein vorfrankierter Rückumschlag, ein personalisiertes Anschreiben oder ein Dankeschreiben. Die Rücklaufquoten bei ähnlichen bevölkerungsbezogenen Papierumfragen, die zuvor in anderen Ländern durchgeführt wurden, bewegten sich zwischen 10 und 17 % und bestätigten, dass unsere Rücklaufquote von 30,7 % ein Erfolg war.

Es gilt zu beachten, dass die Zahl der Teilnehmerinnen und Teilnehmer, welche eine Frage beantwortet haben, in den Klammern im Titel der Abbildungen angegeben wird. Nicht alle Teilnehmenden haben alle Fragen beantwortet.

Die Antwortrate aufgeteilt nach möglichen Versorgungsregionen wird in → **Abbildung 1** dargestellt. Die Karte wurde uns vom Statistischen Amt Basel-Landschaft zur Verfügung gestellt.

Demographische Charakteristiken

Das Durchschnittsalter der Befragten betrug 81,8 Jahre (Standardabweichung - SA = 4,8). Etwas mehr als die Hälfte (51,8 %) der Befragten sind weiblich. Der Grossteil (80,4 %) wurden in der Schweiz geboren und 78 % gaben Schweizerdeutsch als Erstsprache an. Beinahe 10 % kamen in Deutschland zur Welt, jeweils 2 % in Italien und Österreich, die Übrigen in anderen europäischen Ländern oder auf anderen Kontinenten. 50,7 % der Befragten schlossen eine Berufslehre ab und 10 % erlangten einen universitären Abschluss (→ **Abbildung 2**). Der überwiegende Teil der Befragten füllte den Fragebogen selbstständig aus, nur 10 % nahmen dafür die Hilfe einer anderen Person in Anspruch.

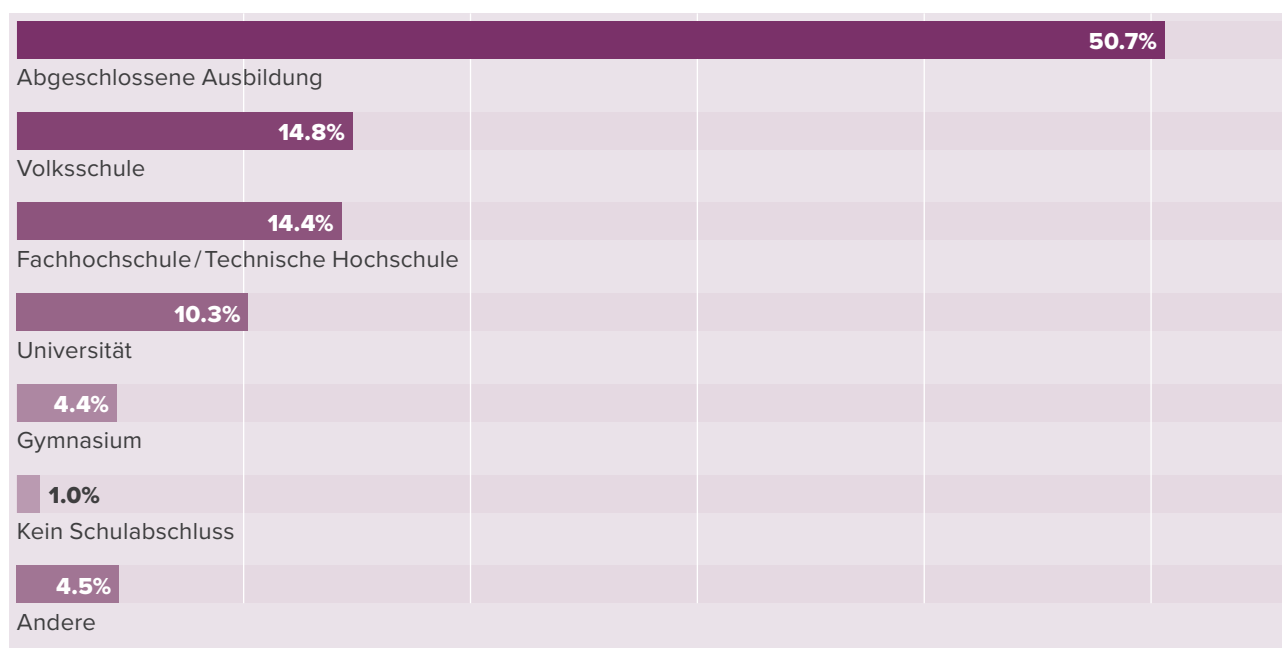


Abb. 2: Höchster Bildungsabschluss (n=8610)

Die Teilnehmenden wurden bezüglich ihres Haushaltseinkommens befragt. Beinahe zehn Prozent der Befragten gaben ein totales, monatliches Haushaltseinkommen von weniger als CHF 3'000 an, 36,6 % ein Haushaltseinkommen von CHF 3'001 – CHF 6'000, 26,5 % verfügen über ein Haushaltseinkommen zwischen CHF 6'000 und CHF 9'000. Bei 11,1 % liegt das Haushaltseinkommen über CHF 9'000 pro Monat. Rund 15 % der Befragten wollten auf diese Frage nicht antworten. Ungefähr fünf Prozent der Befragten gaben an, finanziellen Sorgen zu haben.

Wohnsituation

Gegenwärtige Wohnsituation

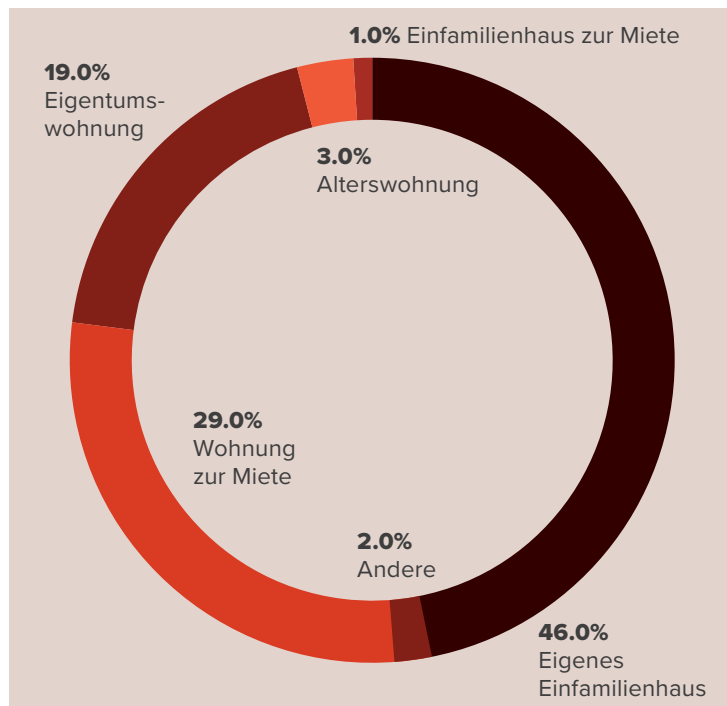


Abb. 3: Gegenwärtige Wohnsituation (n=8683)

Fast die Hälfte (46 %) der Befragten gab an, in einem Haus zu wohnen, das ihnen gehört, während fast ein Drittel (29 %) angab, in einer Mietwohnung zu leben. Nur 19 % gaben an, die Wohnung zu besitzen, in der sie lebten. Ein kleiner Prozentsatz (3 %) gab an, derzeit in einer Alterswohnung zu leben (→ **Abbildung 3**).

Die durchschnittliche Zahl der in einem Haushalt lebenden Personen, einschliesslich der befragten Person, liegt bei 2 (von mindestens 1 bis maximal 11). Fast zwei Drittel (61,2 %) der Befragten lebten mit ihrer Partnerin beziehungsweise ihrem Partner oder ihrer Ehefrau beziehungsweise ihrem Ehemann zusammen, während 36,2 % allein lebten. Ein kleinerer Anteil der Befragten lebte entweder mit einem anderen erwachsenen Familienmitglied (4 %) oder mit einer professionellen, bezahlten Betreuungsperson zusammen (0,7 %).

Die Mehrheit der Wohnräume, in denen die Befragten leben, haben Treppen (94,1 %), während 45,0 % ein Trottoir vor dem Gebäude haben oder die Liegenschaft in einer steilen oder hügeligen Umgebung steht (21,5 %). Es wurde jedoch ermittelt, dass nur etwas mehr als ein Drittel (37,7 %) der Wohnräume der Befragten über einen Aufzug oder einen Treppenlift verfügen (→ **Abbildung 4**).

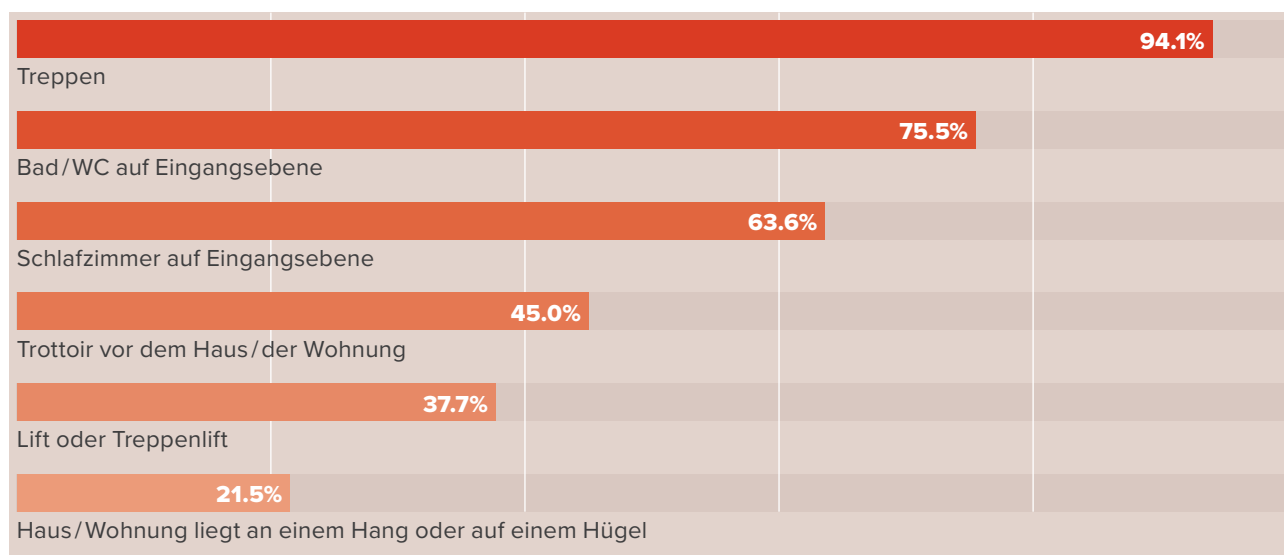


Abb. 4: Eigenschaften der gegenwärtigen Wohnräume (n=8730)

Ideale Wohnsituation

Den Teilnehmerinnen und Teilnehmern wurde eine Liste mit unterschiedlichen, idealen Lebenssituationen vorgelegt, woraus sie mehrere Optionen wählen konnten, die ihren Vorstellungen entsprechen. Die Mehrheit der Befragten (88,5 %) gab an, dass für sie das Wohnen in der eigenen Wohnung eine ideale Lebenssituation darstellt, dass aber auch ein guter Zugang zu öffentlichen Verkehrsmitteln (88,8 %), zu Einkaufsmöglichkeiten (85,0 %) und zu einer Arztpraxis oder anderen Gesundheitsdiensten (75,8 %) wichtig sind. Rund die Hälfte (50,3 %) gab an, dass die Möglichkeit, mit Menschen aller Altersgruppen, mit anderen älteren Menschen (28,2 %) zu interagieren und am gesellschaftlichen Leben teilnehmen zu können (45,8 %), für sie ein wichtiger Teil eines idealen Lebens ist (→ *Abbildung 5*).

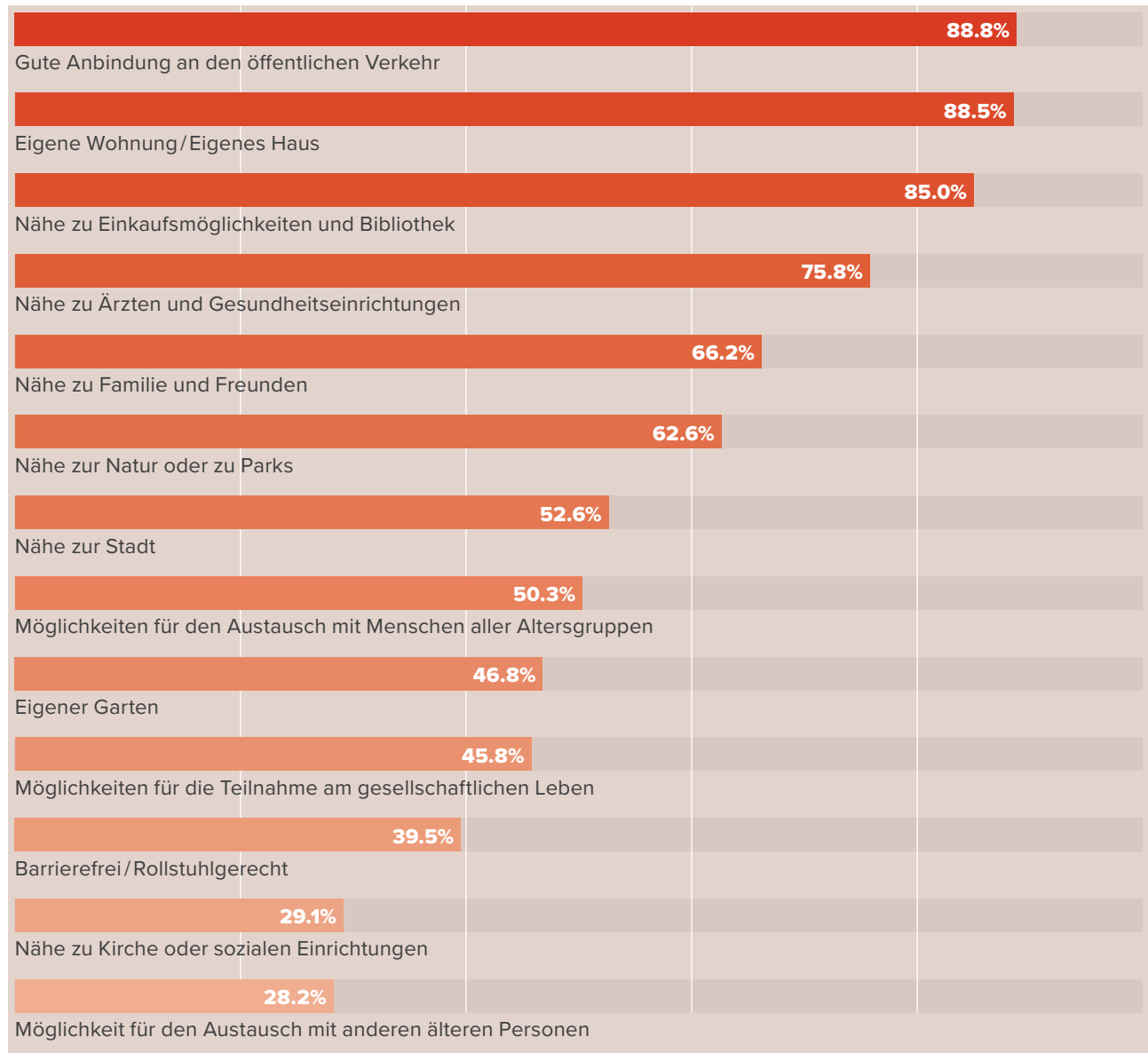


Abb. 5: Voraussetzungen für eine ideale Lebenssituation (n=8708)

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer wurden zudem gefragt, wie für sie eine ideale Wohnform aussähe, wenn sie unabhängig blieben und nicht auf Hilfe durch andere Menschen angewiesen wären. Mehr als 90 % der Befragten gaben an, in diesem Fall lieber zu Hause zu leben. Nur ein unbedeutender Teil der Befragten (0,4 %) sieht ein ideales Leben in einer Langzeitpflegeeinrichtung, zum Beispiel in einem Alters- und Pflegeheim. Auf die Frage nach der idealen Wohnform bei Pflegebedürftigkeit, gaben fast drei Viertel (72,2 %) an, dass sie das Wohnen zu Hause bevorzugen. Der Teil der Befragten, die bei Pflegebedürftigkeit idealerweise in einer Alterswohnung / Betreutes Wohnen leben möchten, stieg jedoch fast um das Vierfache (20,4 %) (→ **Abbildung 6**).

Zum Schluss wurden die Teilnehmenden nach ihrer Gesamtzufriedenheit mit ihrer aktuellen Lebenssituation befragt. Die Mehrheit (92,3 %) äusserte sich zufrieden mit ihrer gegenwärtigen Lebenssituation, 6,4 % gaben an, etwas ändern zu wollen. Nur 1,3 % sind mit ihrer gegenwärtigen Lebenssituation nicht zufrieden.

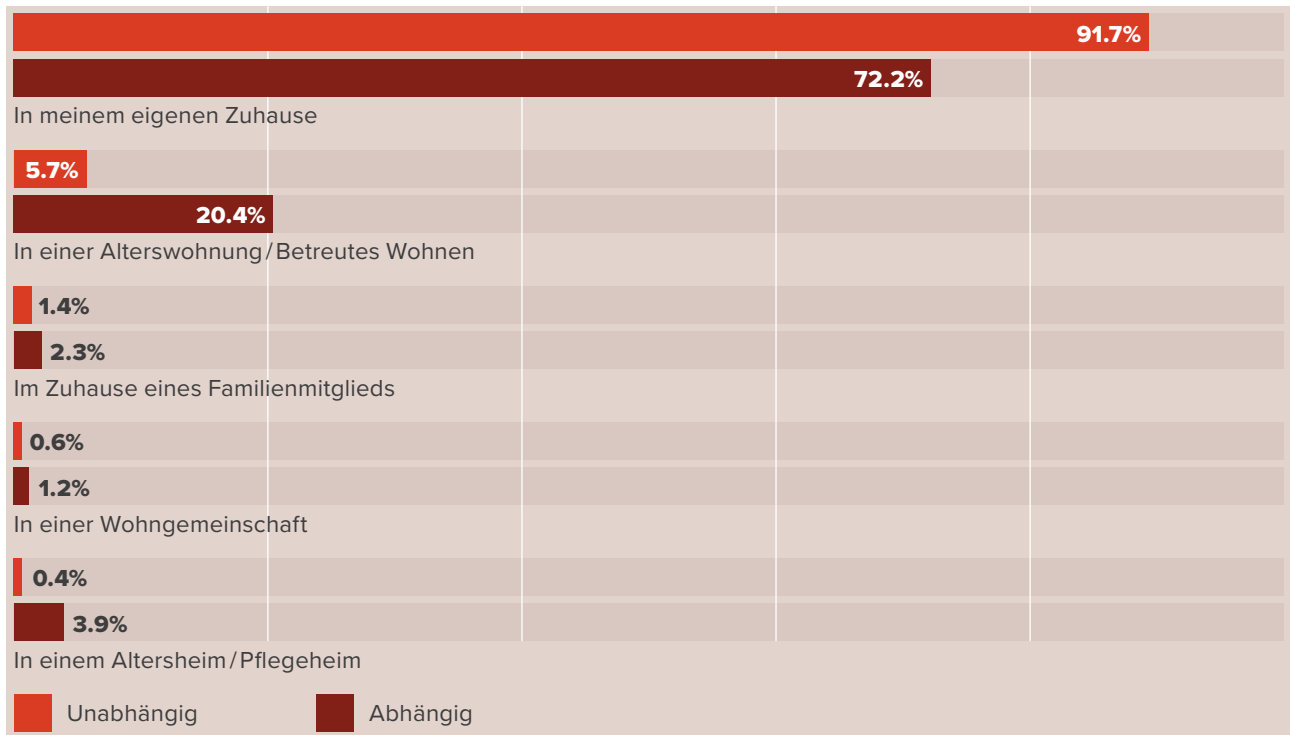


Abb. 6: Ideale Lebenssituation, Vergleich zwischen unabhängigen und abhängigen Wohnsituationen (n=8461)

Lebensstil und Wohlbefinden

Bewegung

Die Weltgesundheitsorganisation empfiehlt älteren Erwachsenen über 65 Jahren, sich pro Woche mindestens 75 Minuten lang intensiv zu bewegen (WHO, 2010). Darüber hinaus spricht sie die Empfehlung aus, dass an zwei oder mehr Tagen innerhalb einer Woche muskelstärkende Aktivitäten, an denen grössere Muskelgruppen beteiligt sind, angestrengt werden sollten (WHO, 2010).³

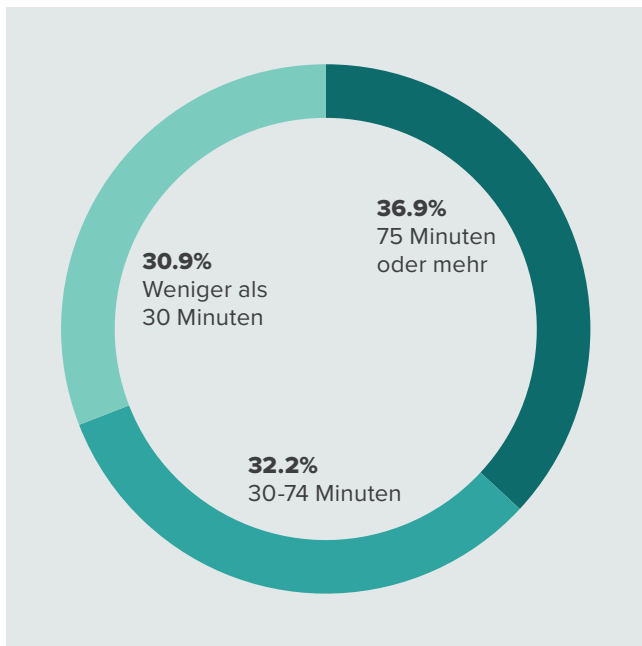


Abb. 7: Häufigkeit von intensiven körperlichen Aktivitäten in einer typischen Woche (n=8303)

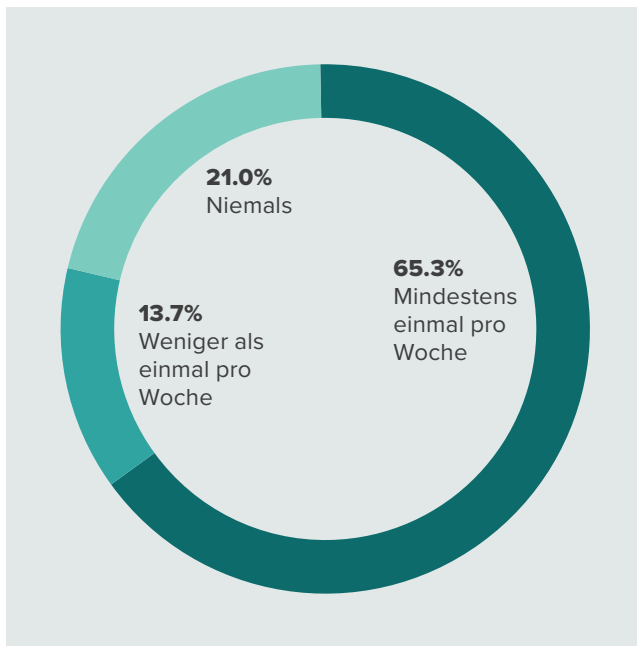


Abb. 8: Häufigkeit muskelstärkender Aktivitäten in einer typischen Woche (n=8484)

Nur etwas mehr als ein Drittel (36,9 %) der Befragten folgt der ersten Empfehlung und betätigt sich mehr als 75 Minuten pro Woche körperlich intensiv (→ *Abbildung 7*). Hingegen folgt zwei Drittel (65,3 %) der Befragten den Empfehlungen für muskelstärkende Aktivitäten, indem sie zum Beispiel tanzen, Yoga oder Tai-Chi machen, oder in dem sie zum Beispiel Gartenarbeit verrichten (→ *Abbildung 8*).

Bei der Bewertung der allgemeinen körperlichen Fitness auf einer Skala von 1 bis 10 lag der Mittelwert des selbst angegebenen Fitnessniveaus für alle Befragten bei 6,6 (SA = 1,69).

³World Health Organization. Global recommendations on physical activity for health 2010
[Available from: https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/44399/9789241599979_eng.pdf?sequence=1.]

Rauchen und Alkoholkonsum

Nur 4,7 % der Teilnehmerinnen und Teilnehmer gab an, dass sie derzeit täglich rauchen, während 37,2 % angaben, schon einmal geraucht zu haben. Der Alkoholkonsum war jedoch unter den Befragten stärker verbreitet: 18,0 % gaben an, einmal im Monat zu trinken, 21,0 % einmal pro Woche und 16,5 % gaben an, täglich Alkohol zu konsumieren.

Die Eidgenössische Kommission für Fragen zu Sucht und Prävention nichtübertragbarer Krankheiten (EКСN) empfiehlt, dass Männer nicht mehr als zwei und Frauen nicht mehr als ein alkoholisches Getränk (beispielsweise ein Glas Wein, ein Bier von 355 ml oder 40 ml einer Spirituose) pro Tag trinken sollten, um die Risiken einer Gesundheitsschädigung gering zu halten.⁴ In dieser Umfrage überschritten rund 11 % der Männer den maximal empfohlenen täglichen Alkoholkonsum (→ *Abbildung 9*).

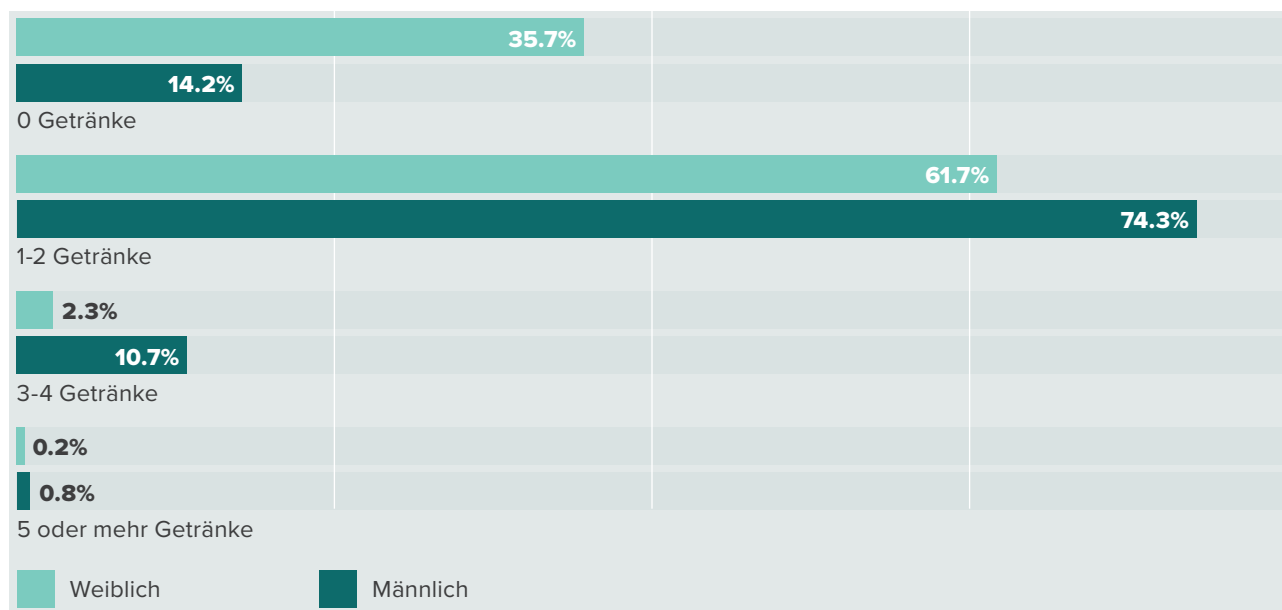


Abb. 9: Täglich konsumierte alkoholische Getränke, aufgeteilt nach Geschlecht der Befragten (n=8428). Als übermässiger Alkoholkonsum wird bezeichnet, wenn Männer mehr als zwei und Frauen mehr als ein alkoholisches Getränk pro Tag konsumieren⁴

Soziale Partizipation und Wohlbefinden

Die Mehrheit der Befragten gab an, nach wie vor viele soziale Kontakte, wie das Zusammenkommen mit der Familie, mit Freunden und Nachbarn, zu pflegen und an sportlichen, religiösen, kulturellen oder anderen Aktivitäten teilzunehmen (→ *Abbildung 10*).

Das soziale Wohlergehen der Teilnehmerinnen und Teilnehmer wurde mit Fragen zu Gefühlen wie Einsamkeit, Verlassenheit oder Leere bewertet. Mehr als ein Drittel (35,5 %) der Befragten gab an, dass sie die Gesellschaft anderer Menschen vermissen, während 23,6 % ein Gefühl von Leere empfindet. Darüber hinaus gaben rund 10 % der Befragten an, dass sie sich manchmal verlassen fühlen (→ *Abbildung 11*).

Des Weiteren wurden die Teilnehmerinnen und Teilnehmer auch gefragt, ob sie in letzter Zeit Gefühle von Traurigkeit, Angst oder Depressivität erlebt hätten. Etwa 15 % der Befragten gaben an, in letzter Zeit traurig gewesen zu sein. Etwa gleich viele gaben an, Gefühle der Depressivität oder Angst zu haben. Mehr als ein Viertel (27,2 %) berichtete über leichte bis starke Gefühle von Angst oder Depression. Weitere Einzelheiten entnehmen Sie bitte dem Kapitel zur Lebensqualität und → *Tabelle 1*.

⁴Eidgenössische Kommission für Fragen zu Sucht und Prävention (2018): <https://www.bag.admin.ch/bag/de/home/das-bag/organisation/ausserparlamentarische-kommissionen/eidgenoessische-kommission-sucht-praevention-ncd-eksn.html>

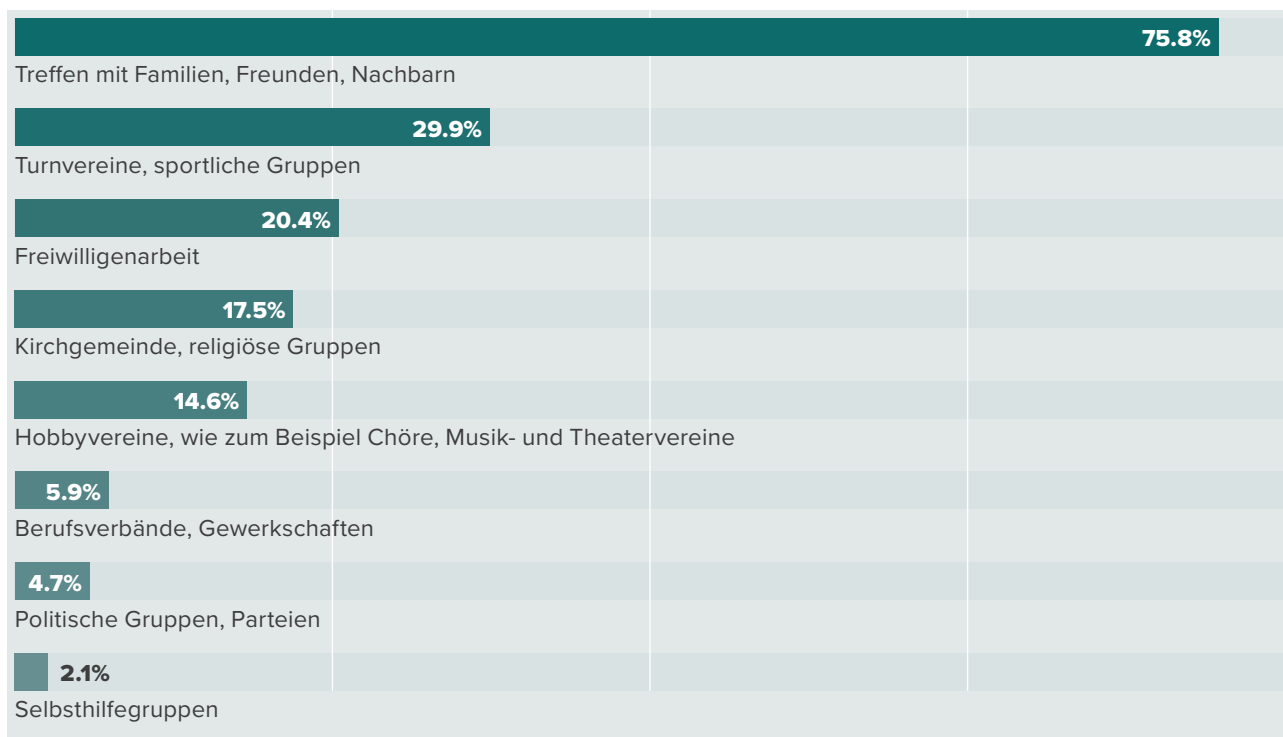


Abb. 10 Liste der sozialen Aktivitäten der Befragten (n=8786)

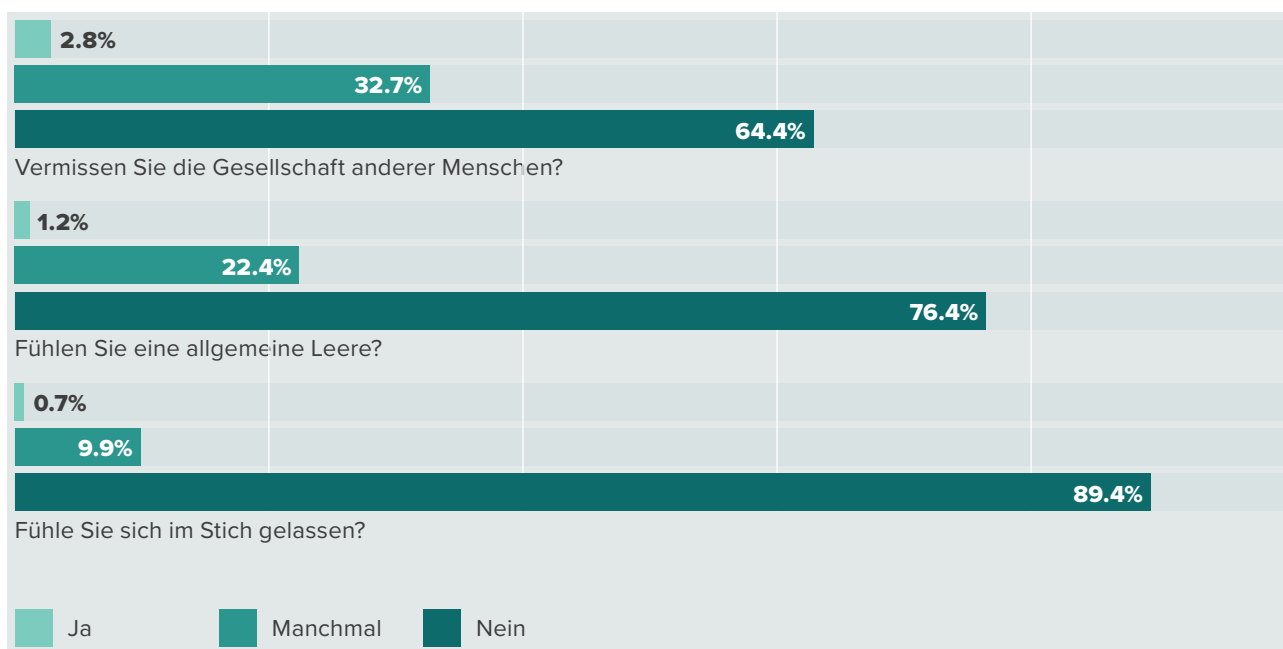


Abb. 11: Gefühl des Verlassenseins, allgemeine Leere und Einsamkeit (n=8671)

Gesundheit

Allgemeine Gesundheit

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer wurden zu ihrer allgemeinen Lebenszufriedenheit befragt. Die Mehrheit (91,6 %) der Befragten war mit ihrem Leben zufrieden. Darüber hinaus bezeichneten mehr als zwei Drittel (70,2 %) ihre Lebensbedingungen als ausgezeichnet und 82,8 % gaben an, dass ihr Leben in vielen Aspekten ideal war (→ **Abbildung 12**).

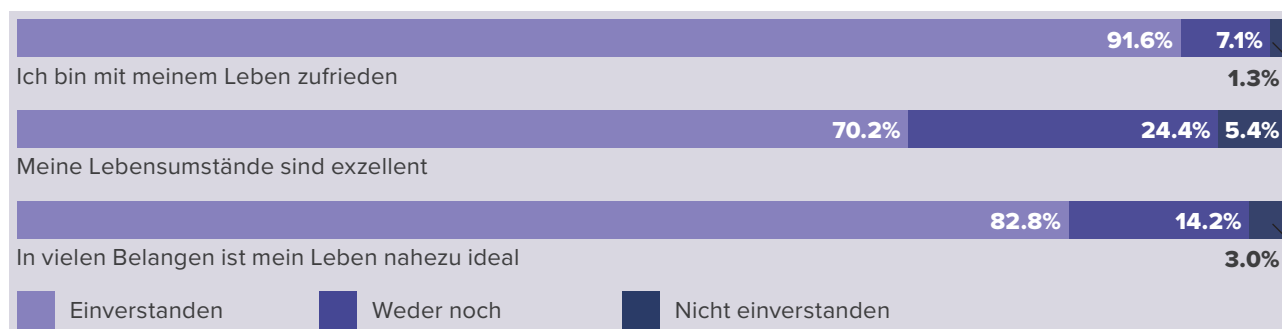


Abb. 12: Allgemeine Lebenszufriedenheit (n=7950)

Körperliche Gesundheit

Den Teilnehmerinnen und Teilnehmern wurden Fragen zu einigen der häufigsten altersbedingten Gesundheitsproblemen gestellt. Meistgenannt waren Gedächtnisprobleme und Hörprobleme, gefolgt von Sehproblemen. Die Prozentsätze derer, die über Gedächtnisprobleme, Hörprobleme, Sehprobleme und unbeabsichtigten Gewichtsverlust (in den vergangenen sechs Monaten) berichteten, sind in → **Abbildung 13** dargestellt.

Beinahe zwei Drittel (64.4 %) der Befragten gaben an, regelmässig Schmerzen zu haben. Die Schmerzen variieren dabei von leichten Schmerzen bis zu sehr starken Schmerzen. Am häufigsten wurden leichte Schmerzen angegeben. Weitere Einzelheiten entnehmen Sie bitte dem Kapitel zur Lebensqualität und → **Tabelle 1**.

Auch die Schlafqualität wurde bewertet, indem die Befragten nach ihrem Schlaf in den letzten vier Wochen befragt wurden. Etwa 30 % gaben an, sehr gut geschlafen zu haben, und doppelt so viele gaben an, ziemlich gut geschlafen zu haben (→ **Abbildung 14**).

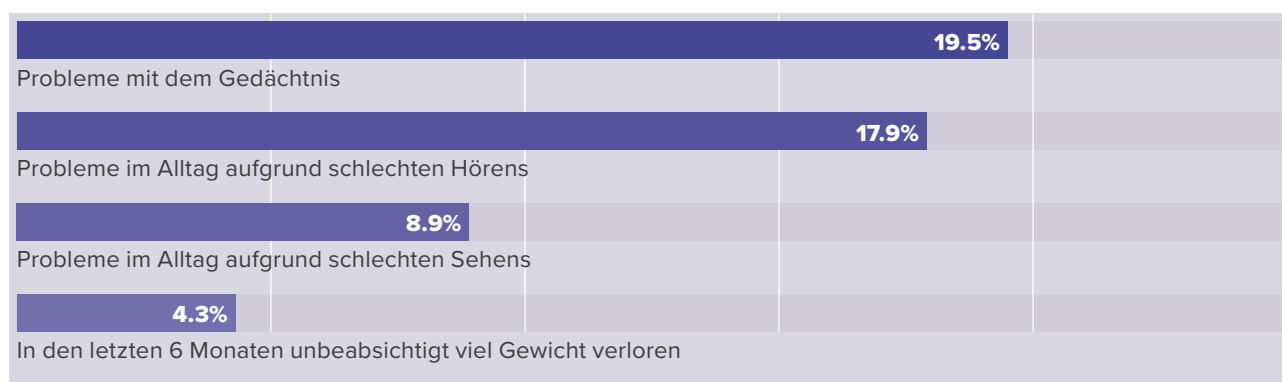


Abb. 13: Prävalenz der häufigsten altersbedingten Gesundheitsprobleme (n=8638)

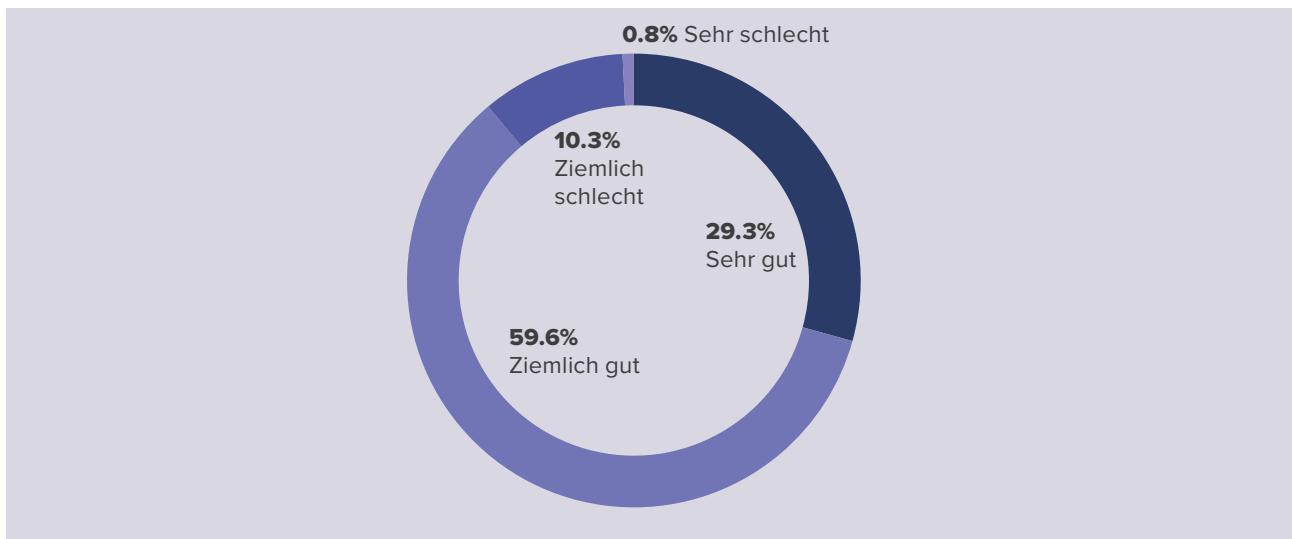


Abb. 14: Qualität des Schlafs (n=8703)

Medikamente

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer wurden gefragt, ob sie Schmerzmittel (beispielsweise Panadol, Ibuprofen, Fentanyl, Tramal, Morphin usw.) oder Schlafmittel einnahmen. Rund 20 % der Befragten gaben an, regelmässig Schmerzmittel einzunehmen, davon 11,5 % täglich (→ **Abbildung 15**). 10,6 % der Befragten gaben an, regelmässig Schlafmittel einzunehmen.

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer wurden gefragt, ob sie derzeit täglich vier oder mehrere verschiedene Medikamente einnehmen. Etwa die Hälfte (47,6 %) der Befragten gab an, derzeit vier oder mehr verschiedene Medikamente einzunehmen. Auf die Frage, ob sie selbstständig in der Lage seien, die richtigen Medikamente in der richtigen Dosierung einzunehmen, gaben 6,3 % an, nur Medikamente einnehmen zu können, die vorher gerichtet wurden (zum Beispiel in einer Dosette). Ein kleiner Prozentsatz (1,3 %) gab an, Medikamente nicht ohne fremde Hilfe einnehmen zu können (→ **Abbildung 16**).

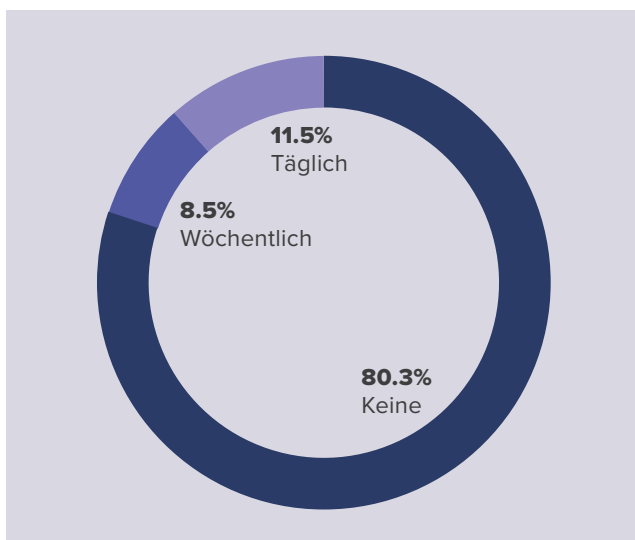


Abb. 15: Regelmässige Einnahme von Schmerzmitteln (n=8585)

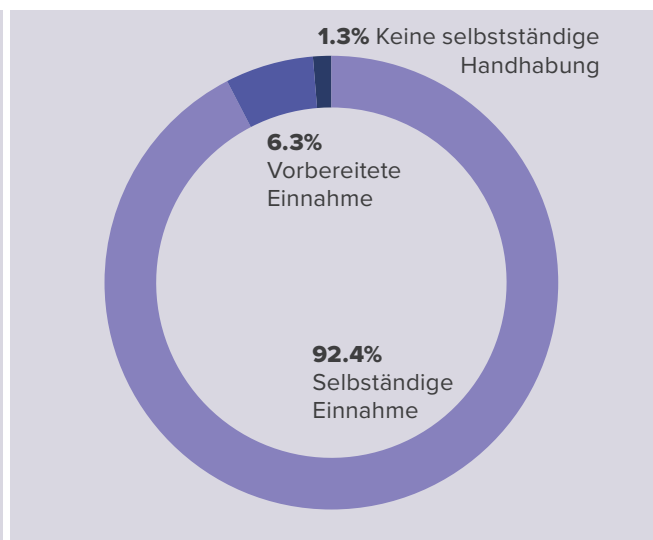


Abb. 16: Fähigkeit die Medikamente selbstständig korrekt einzunehmen (n=7731)

Gesundheitsbedingte Lebensqualität

Um die gesundheitsbezogene Lebensqualität zu messen, wurde das fünfstufige EQ-5D-5L Instrument in den Fragebogen aufgenommen. Dieses validierte Instrument wird in klinischen und wirtschaftlichen Bewertungen häufig verwendet⁵. Es setzt sich aus einem kurzen, beschreibenden Systemfragebogen und einer visuellen Analogskala (VAS) zusammen. Die Fragen sind einfach zu beantworten und beanspruchen zum Ausfüllen nur wenig Zeit⁶. Der Systemfragebogen umfasst die fünf Dimensionen, welche die folgenden unterschiedlichen Aspekte von Gesundheit ansprechen: Mobilität, Selbstsorgefähigkeit, tägliche Aktivitäten, Schmerzen / Unwohlsein und Angst / Depression. Jede Dimension bietet fünf Antwortmöglichkeiten: Keine Probleme, leichte Probleme, mässige Probleme, starke Probleme und sehr starke / unerträgliche Probleme. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer wurden aufgefordert, die treffendste Option anzukreuzen. Die VAS lässt die Teilnehmerinnen und Teilnehmer ihren wahrgenommenen Gesundheitszustand auf einer Skala von 0 bis 100 eintragen. Die Skala reicht von schlechtester Gesundheit, die sie sich vorstellen können (0) bis beste Gesundheit, die sie sich vorstellen können (100).

Die Antworten der Systemfragebogen wurden für jede Teilnehmerin und für jeden Teilnehmer summiert. Dabei wurde jede Antwortmöglichkeit als Zahl zwischen 1 und 5 kodiert, wobei «keine Probleme» mit 1 bis «starke / unerträgliche Probleme» mit 5 beziffert wurden. Der aus der Summe entstehende Score reicht somit von 5 (bester möglicher Gesundheitszustand) bis 25 (schlechtester möglicher Gesundheitszustand). Insgesamt 8400 Teilnehmerinnen und Teilnehmer haben alle 5 Fragen des Systemfragebogens beantwortet. Die durchschnittliche Summe der Antworten betrug 7,06 (SA = 2,42) (→ *Abbildung 17*). Der durchschnittliche Wert der VAS beträgt 75,2 (SA = 15,9).

Abgesehen von der Schmerzdimension, gaben die meisten Teilnehmenden an, keine Probleme zu haben. Die Schmerzdimension zeigte die grösste Varianz. Sie wurde bereits im Kapitel Gesundheit beschrieben. Die Dimension «tägliche Aktivitäten» hatte den höchsten Prozentsatz der Antworten «sehr starke / unerträgliche Probleme». Eine genauere Beschreibung der Resultate ist der untenstehenden → *Tabelle 1* zu entnehmen.

N (%)	Dimensionen				
	Beweglichkeit / Mobilität	Selbstsorge	Alltägliche Tätigkeiten	Schmerzen / Beschwerden	Angst / Depression
Habe keine Probleme	5963 (71.0)	7781 (92.6)	6734 (80.2)	2992 (35.6)	6116 (72.8)
Habe leichte Probleme	1507 (17.9)	405 (4.8)	1127 (13.4)	3571 (42.5)	1818 (21.6)
Habe mässige Probleme	722 (8.6)	137 (1.6)	367 (4.4)	1550 (18.5)	407 (4.8)
Habe starke Probleme	182 (2.2)	45 (0.5)	90 (1.1)	263 (3.1)	51 (0.6)
Habe sehr starke / unerträgliche Probleme	26 (0.3)	32 (0.4)	82 (1.0)	24 (0.3)	8 (0.1)
Total	8400 (100.0)	8400 (100.0)	8400 (100.0)	8400 (100.0)	8400 (100.0)

Tab. 1: Prozentsatz der Antworten für alle Dimensionen und Antwortlevels des EQ-5D-5L Instruments (n=8400)

⁵ EuroQol Group. EuroQol – a new facility for the measurement of health-related quality of life. Health Policy 1990; 16:199–208

⁶ EuroQol Research Group Foundation. EQ-5D-5L User Guide, 2019. Available from: <https://euroqol.org/publications/user-guides>

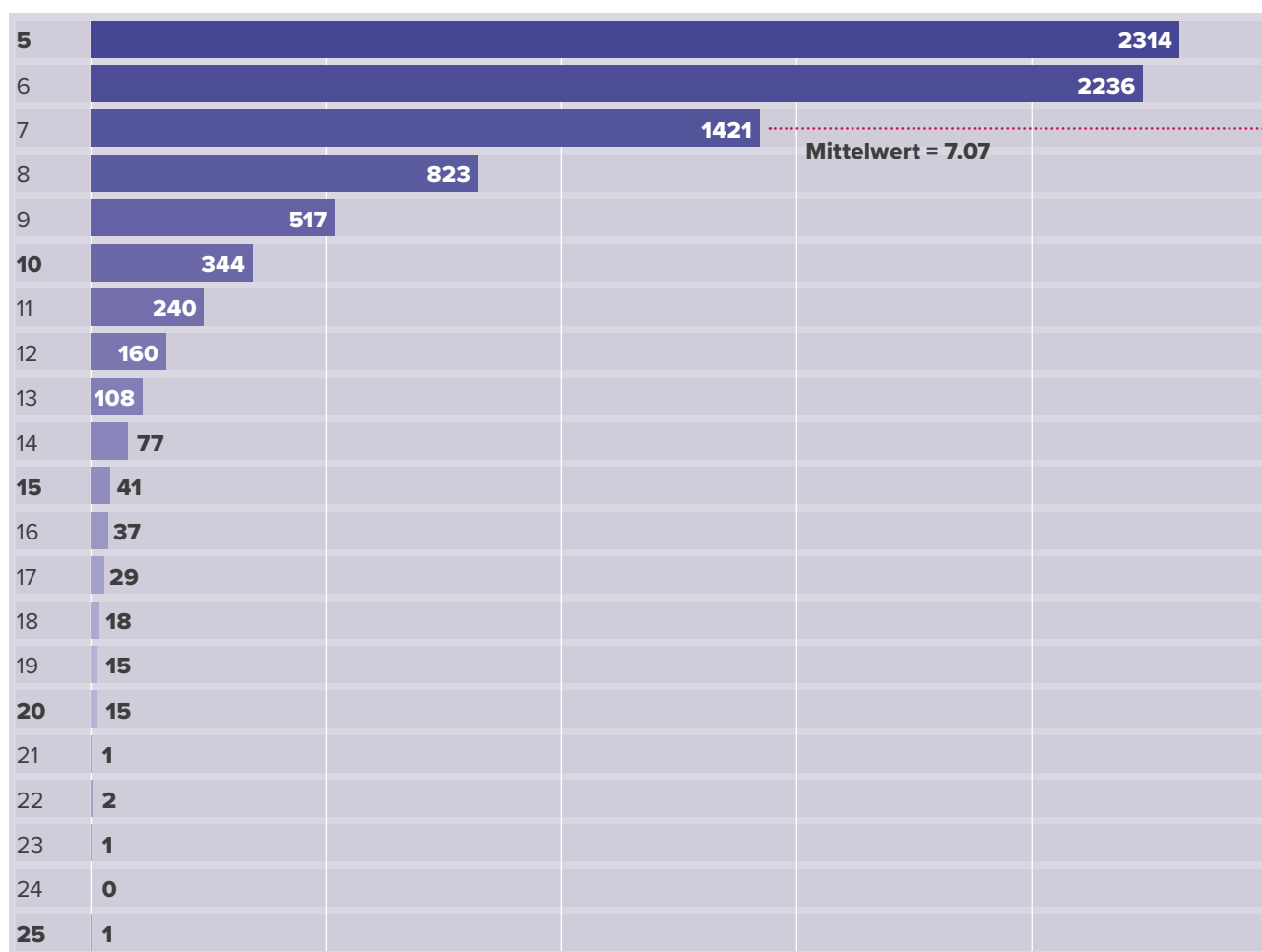


Abb. 17: Die Verteilung der Antworten des Instruments EQ-5D-5L ($n=8400$)

Unabhängigkeit

Die Unabhängigkeit in der Erledigung von Aufgaben des täglichen Lebens, wie zum Beispiel kochen, Wäsche waschen, Verwaltung der Finanzen und Nutzung des Telefons, wurden in der Bevölkerungsbefragung ebenfalls untersucht.

Der Grossteil (86,1 %) der Befragten gab an, ihre Mahlzeiten selbstständig zuzubereiten. 4,3 % gaben an, dass ihre Mahlzeiten verzehrfertig zubereitet sein müssen, weil sie nicht in der Lage seien, diese selbstständig zuzubereiten (→ *Abbildung 18*). Bei der Frage, ob die Teilnehmerinnen und Teilnehmer ihre Einkäufe selbstständig erledigen können, liessen sich ähnliche Muster erkennen, wie bei der Zubereitung der Mahlzeiten (→ *Abbildung 19*). Auf die Frage, ob sie ihre Wäsche selbstständig waschen können, antworteten 83,8 % der Befragten, diese Aufgabe selbstständig erledigen zu können. 10,5 % gaben an, dass sie in Bezug aufs Wäschewaschen vollständig auf die Hilfe von jemand anderem angewiesen sind (→ *Abbildung 20*).

In Bezug auf ihre Fähigkeit, ihre Finanzen selbst zu verwalten, gaben 87,8 % der Befragten an, bei der Verwaltung ihrer regulären Finanzen unabhängig seien. Andererseits gaben 11 % der Befragten an, dass sie nur in der Lage seien, kleinere Ausgaben selbstständig zu verwalten, während 1,2 % angaben, dass sie nicht in der Lage seien, sich mit irgendeiner Art von Finanzverwaltung zu befassen.

Darüber hinaus konnten die Teilnehmerinnen und Teilnehmer ihre Fähigkeit, unabhängig das Telefon zu benutzen, bewerten. 96,2 % der Befragten gaben an, dass sie in der Lage seien, das Telefon selbstständig zu benutzen, während 2,1 % angaben, nur eine bekannte Nummer anrufen zu können. Darüber hinaus gaben 1,0 % an, nur den Hörer abnehmen zu können, während 0,7 % angaben, das Telefon nicht mehr benutzen zu können.

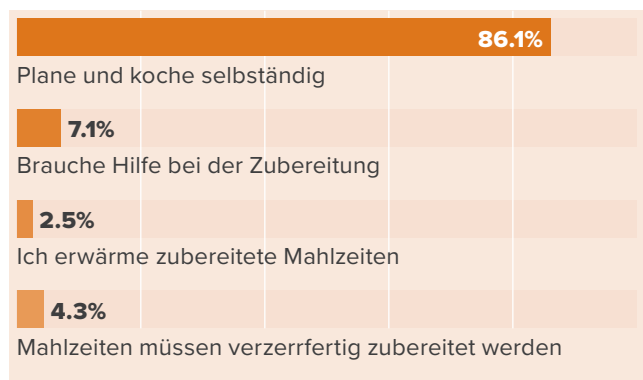


Abb. 18: Fähigkeit, die Mahlzeiten selbstständig zuzubereiten (n=8462)

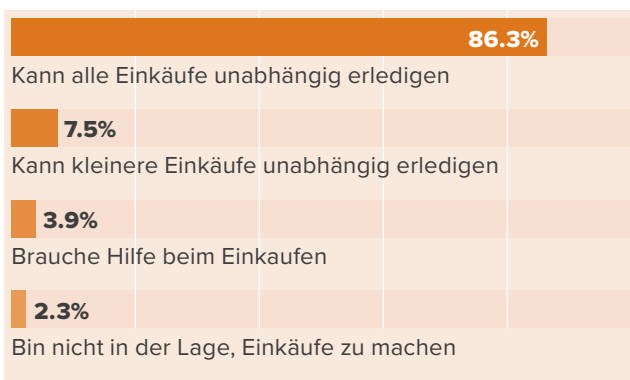


Abb. 19: Fähigkeit, selbstständig einzukaufen zu gehen (n=8730)

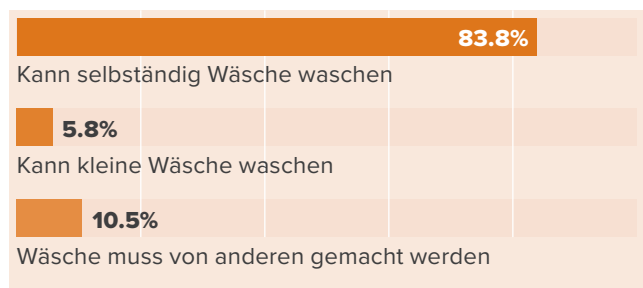


Abb. 20: Fähigkeit, die Wäsche selbstständig zu waschen (n=8556)

Tägliche Unterstützung

Mobilität

Der grösste Teil der Teilnehmerinnen und Teilnehmer (96,6 %) gab an, sich selbstständig ausserhalb des Hauses bewegen zu können, und 78,4 % benötigen dafür kein Mobilitätshilfsmittel. Die am häufigsten verwendeten Hilfsmittel für das Aufrechterhalten der Mobilität sind Stöcke und Rollatoren (→ **Abbildung 21**).

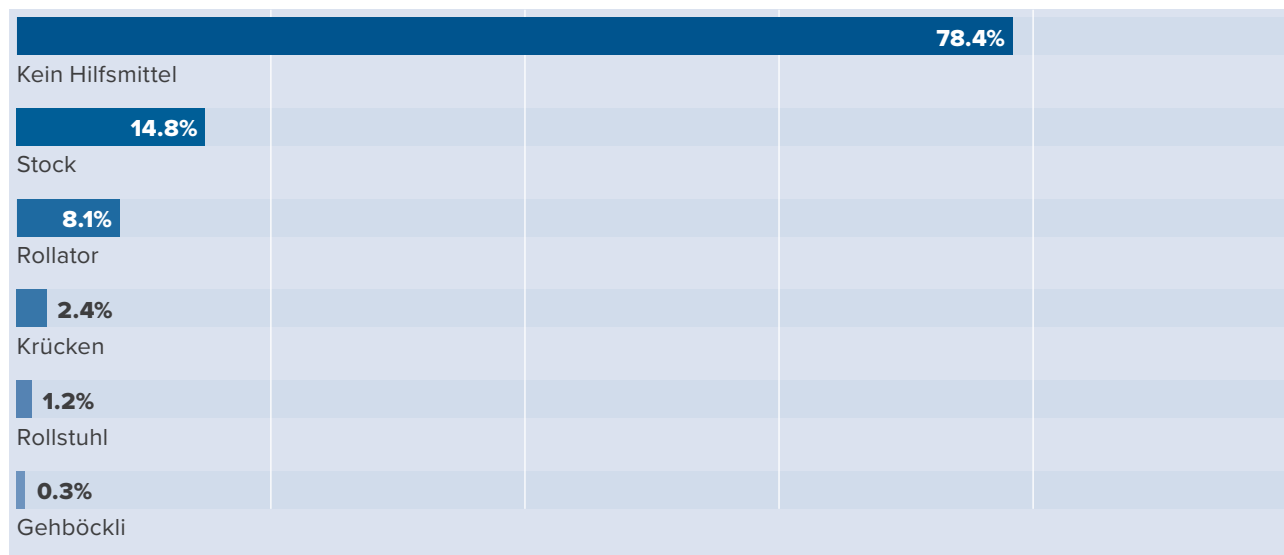


Abb. 21: Täglich verwendete Mobilitätshilfsmittel (n=7938)

Aktivitäten des täglichen Lebens

Mehr als drei Viertel (79,9 %) der Befragten gaben an, keine Probleme bei der Erledigung der täglichen Hausarbeiten zu haben und an Freizeitaktivitäten mit der Familie teilzunehmen. Die übrigen Befragten gaben an, gewisse Schwierigkeiten zu haben, die von leicht bis gravierend reichen. 1 % der Befragten ist nicht in der Lage, irgendeiner Aktivität des täglichen Lebens nachzugehen. Weitere Einzelheiten entnehmen Sie bitte dem Kapitel zur Lebensqualität und → **Tabelle 1**.

Fast die Hälfte der Befragten (49,7 %) gab an, dass sie keine regelmässige, tägliche Unterstützung durch andere Personen benötigen. Ein Viertel (25,3 %) der Befragten pflegen oder unterstützen selbst eine andere Person (zum Beispiel Kinder, eine andere ältere Person oder eine Person mit Behinderungen).

Die meisten Befragten erhalten nicht-professionelle Unterstützung von einem engen Familienmitglied (zum Beispiel Ehepartner oder Partner) oder von einem jüngeren Familienmitglied (zum Beispiel Kind, Neffe usw.). Bei der Frage nach den künftigen Präferenzen im Falle von Unterstützungsbedarf, verdoppelt sich der Prozentsatz der Befragten, die es vorziehen, Unterstützung von einem nahen Familienmitglied oder einem jüngeren Familienmitglied zu erhalten, beinahe. Die Präferenz, Unterstützung von Freunden und Nachbarn zu erhalten, ist in diesem Fall mehr als verdreifacht (→ **Abbildung 22**).

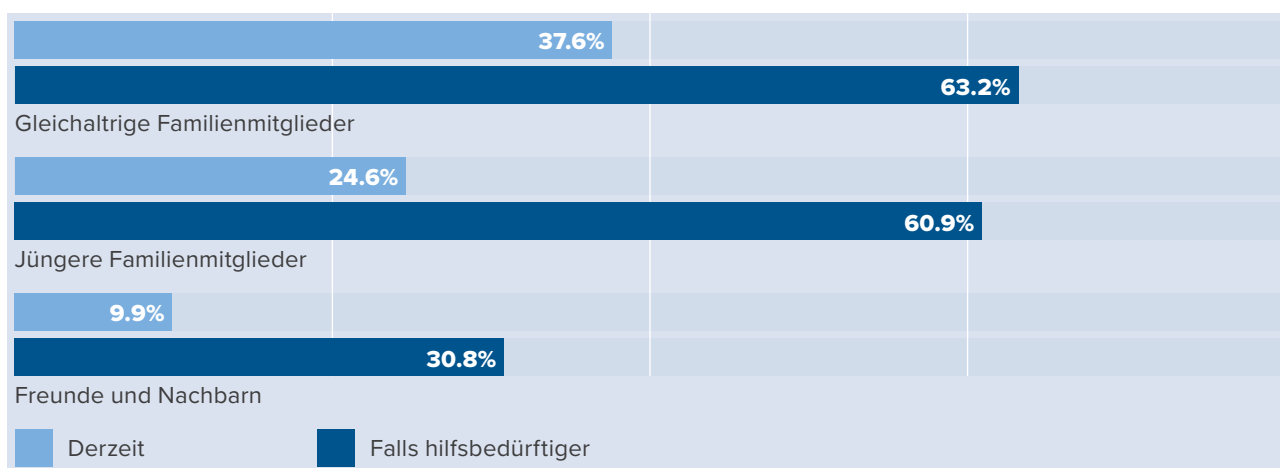


Abb. 22: Nicht professionelle Unterstützung (von Familie und Freunden) im täglichen Leben und Präferenzen im Falle einer erhöhten Hilfsbedürftigkeit (n=8360)

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer wurden auch bezüglich der verschiedenen Berufsorganisationen befragt, von denen sie täglich Unterstützung in Anspruch nehmen. Gegenwärtig erhalten etwa 45 % Unterstützung durch eine bezahlte, private Einrichtung, während die Übrigen von anderen Einrichtungen (zum Beispiel Spitex, Pro Senectute, Rotes Kreuz Baselland) unterstützt werden. Auf die Frage nach den künftigen Präferenzen bei der Unterstützung durch professionelle Organisationen, hat sich der Bedarf an Unterstützung durch die Spitex und die Pro Senectute fast verdreifacht. «Alters- und Pflegeheim (APH)» bildete eine zusätzliche Antwortkategorie, wobei 21,9 % in Zukunft Unterstützung von einer solchen Einrichtung bevorzugen (→ **Abbildung 23**).

Die im Vorjahr (2018) am häufigsten in Anspruch genommenen Dienstleistungen waren Physiotherapie und Hilfe bei der Hausarbeit. Mit Blick auf die Zukunft erwarten die Befragten am ehesten Unterstützung im Haushalt und bei der Körperpflege und erwarten, auf einen Mahlzeitendienst angewiesen zu sein. Auffallend ist, dass der erwartete Bedarf an Alterswohnungen, entsprechend den Lebenspräferenzen im Falle einer Abhängigkeit, drastisch auf etwa 30 % ansteigt. Die Häufigkeit aller Dienstleistungen, die sowohl im Jahr 2018 als auch im Bedarfsfall zukünftig in Anspruch genommen werden, ist in → **Tabelle 2** aufgeführt.

Abschliessend wurden die Teilnehmerinnen und Teilnehmer gefragt, ob sie jemanden haben, mit dem sie ihre Probleme besprechen können, ob es jemanden gibt, der sie in schwierigen Situationen berät oder jemanden, der sie in schwierigen Situationen oder Krankheit unterstützt. Dies wurde mit einer kurzen Skala zur Messung der sozialen Unterstützung (Brief Social Support Scale, BS6) beurteilt. Die Skala wurde auf Deutsch übersetzt und validiert (→ **Abbildung 24**).⁷

⁷Beutel ME, Brähler E, Wiltink J, Michal M, Klein EM, Jünger C, et al. Emotional and tangible social support in a German population-based sample: Development and validation of the Brief Social Support Scale (BS6). PLoS One. 2017;12(10):e0186516-e

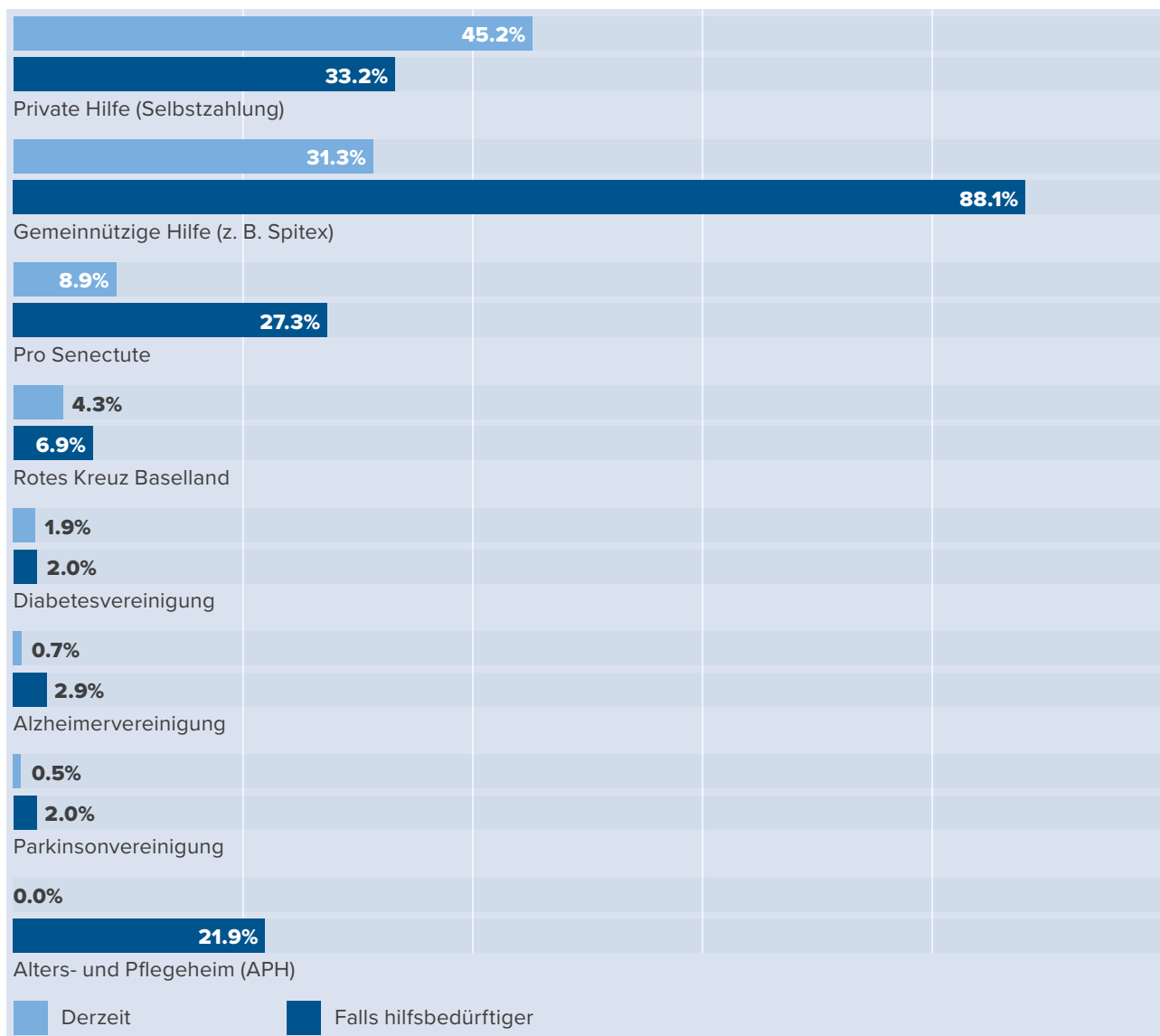


Abb. 23: Professionelle Hilfe (von Institutionen/Organisationen), welche täglich in Anspruch genommen wird und Präferenzen für die Zukunft (n=8246)

	In 2018	Falls hilfsbedürftiger
Physiotherapie	19.7%	31.9%
Hilfe bei der Hausarbeit – ohne Spezifikation	16.2%	76.9%
Hilfe bei der Hausarbeit – Privat Organisation	9.9%	35.8%
Pflege und Betreuung bei Ihnen zu Hause - ohne Spezifikation	7.3%	87.5%
Transport- und Assistenzdienste (z. B. zum Ärtin/Arzt, Einkaufen)	5.4%	37.1%
Pflege und Betreuung bei Ihnen zu Hause – Öffentliche Organisation	4.1%	59.5%
Hilfe bei der Hausarbeit – Öffentliche Organisation	3.6%	46.4%
Mahlzeitendienst	2.7%	48.4%
Pflege und Betreuung bei Ihnen zu Hause – Privat Organisation	2.6%	27.1%
Tagesklinik	1.0%	4.4%
Alterswohnung	1.0%	26.4%
Kurzaufenthalte in Alters- / Pflegeheim	0.5%	14.7%
Nachtklinik	0.3%	1.8%

Tab. 2: In Anspruch genommene Dienstleistungen 2018 und Dienstleistungen, welche die Befragten im Falle erhöhter Hilfsbedürftigkeit in der Zukunft in Anspruch nehmen möchten (n=8460)

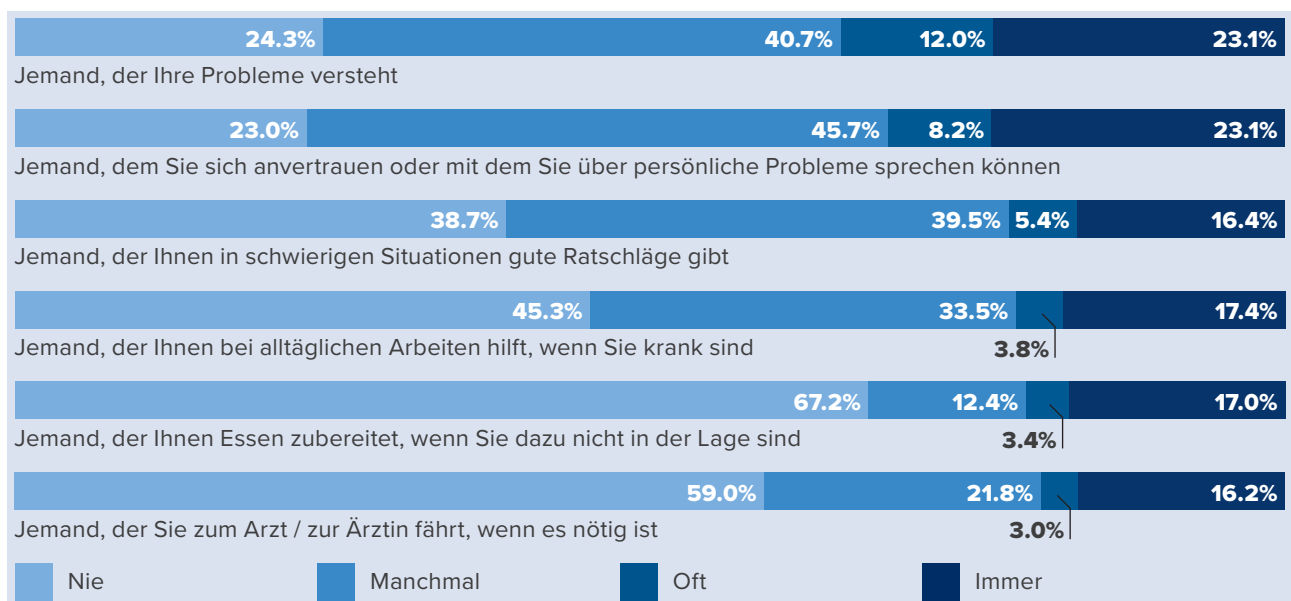


Abb. 24: Häufigkeit auf die Hilfe und Unterstützung von anderen zugreifen zu können, gegliedert nach unterschiedlichen Situationen (n=7524)

Verkehrsmittel

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer wurden gebeten, die verschiedenen von ihnen benutzten Verkehrsmittel anzugeben. Am häufigsten gewählt wurde der öffentliche Verkehr (83,8 %), gefolgt vom PKW (57,7 %) und dem Velo / E-Bike (22,7 %). Ein kleiner Prozentsatz (0,8 %) der Befragten gab jedoch an, dass sie kein Verkehrsmittel benutzen können (→ *Abbildung 25*).

Bei der Beantwortung der Fragen nach den Verkehrsmitteln, die die Teilnehmenden voraussichtlich in Zukunft nutzen werden, lassen sich ähnliche Muster, wie bei der Nutzung der öffentlichen Verkehrsmittel, von PKWs und Velos / E-Bikes erkennen. Es wurde jedoch eine steigende Nachfrage nach Taxidiensten (27 %) festgestellt. Der Prozentsatz der Befragten, die erwarten, in Zukunft nicht mobil genug zu sein, um irgendein Verkehrsmittel zu benutzen, stieg auf 1,3 % (→ *Abbildung 25*).

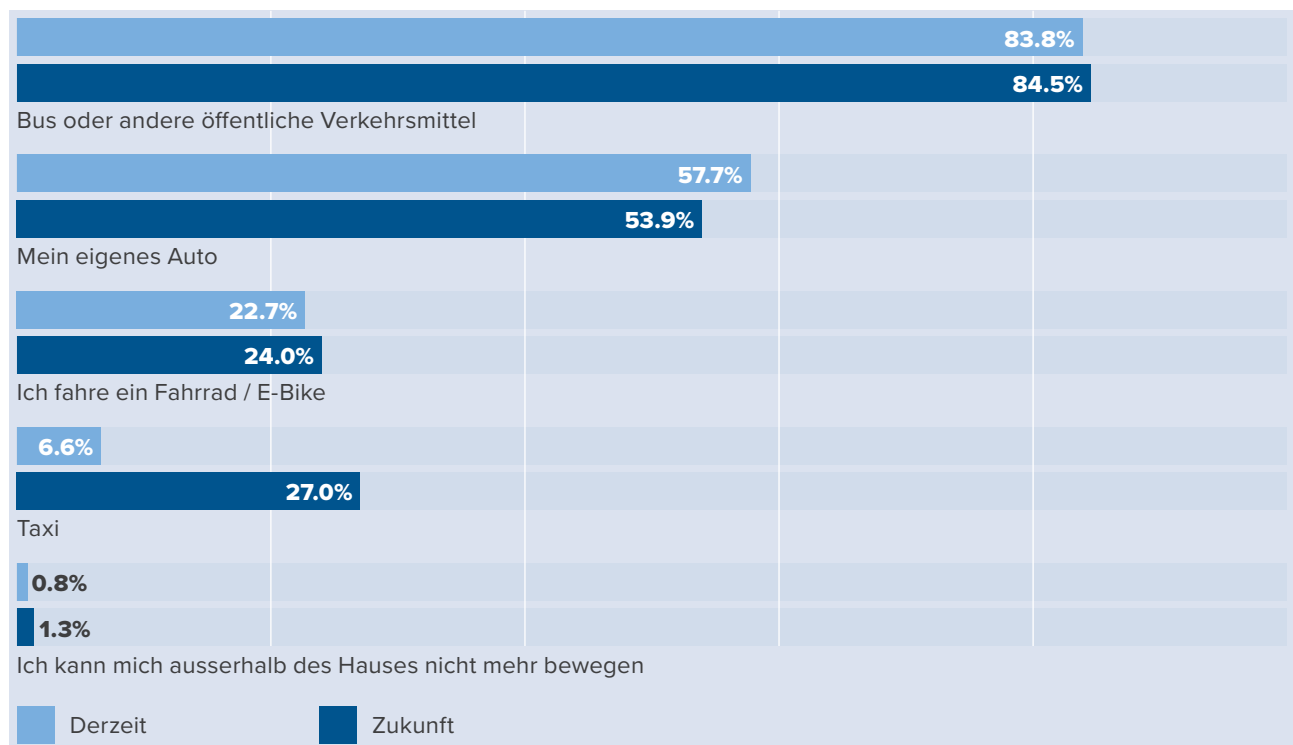


Abb. 25: Gegenwärtig benutzte Verkehrsmittel und erwartete Nutzung von Verkehrsmitteln in der Zukunft (n=8714)

Technologie

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer wurden gefragt, ob sie Technologie in einer der folgenden vier Kategorien einsetzen oder sich vorstellen können, sie in Zukunft einzusetzen:

- » **Telemedizin** – die Möglichkeit, mit der Ärztin respektive dem Arzt per Videochat oder Mobiltelefon zu kommunizieren
- » **Mobiltelefon- oder SMS-Services** – Anwendungen/Programme, die einem an die Krankheit erinnern oder Informationen bereitstellen, wie mit der Krankheit umzugehen ist oder welche Medikamente eingenommen werden sollen
- » **Tragbares Gerät** – zum Beispiel Herzmonitor, Blutzuckermonitor, SOS-Gerät, Aktivitätsmonitor
- » **Hilfsroboter** – für die Nutzung im Haushalt und in der Betreuung Zuhause

Ungefähr 20 % der Befragten verwenden derzeit ein technisches Hilfsmittel zur Unterstützung ihrer Gesundheit. Die meisten Befragten (13,1 %) gaben an, ein Mobiltelefon- oder SMS-Services zu verwenden, 2,7 % gaben an, ein tragbares Gerät zu nutzen, 2 % der Befragten nutzen die Telemedizin und nur ein kleiner Teil von 0,7 % verwenden einen Hilfsroboter.

Die Befragten zeigten sich bezüglich Nutzung neuer Technologien für die Zukunft offen. Ungefähr die Hälfte der Teilnehmerinnen und Teilnehmer kann sich vorstellen, in Zukunft Telemedizin zu nutzen. Mehr als ein Drittel der Befragten gab an, dass für sie in Zukunft die Verwendung eines Hilfsroboters vorstellbar sei (→ *Abbildung 26*).

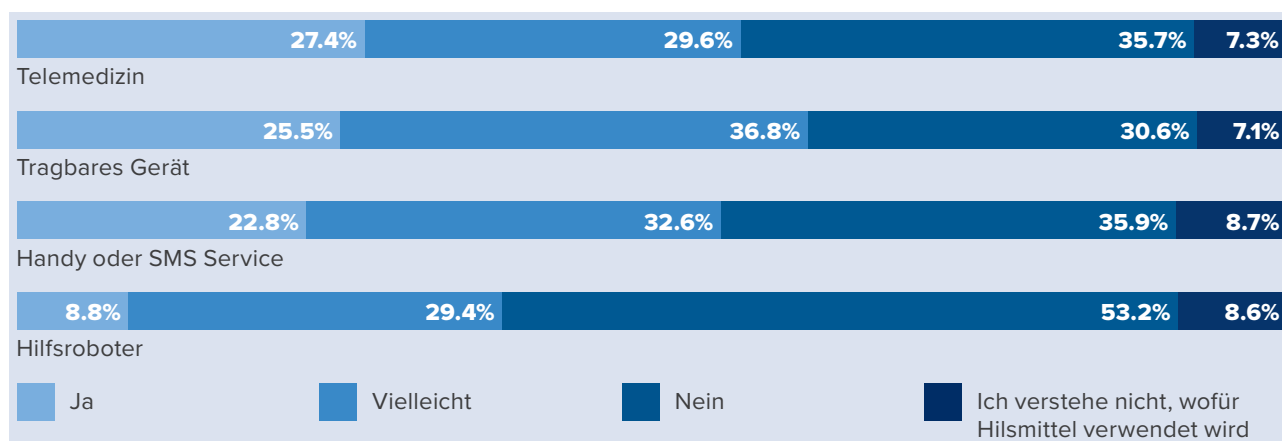


Abb. 26: Offenheit gegenüber neuen Technologien in der Zukunft (n=8170)

Verwendung von Gesundheitsdiensten

Besuche bei Hausärztin / Hausarzt oder Spezialistin / Spezialist

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer wurden gefragt, wie oft sie im Vorjahr ihre Hausärztin oder ihren Hausarzt und/oder eine Spezialistin respektive einen Spezialisten aufgesucht haben. Mehr als zwei Drittel (67,7 %) der Befragten suchten ihre Hausärztin oder ihren Hausarzt bis zu fünfmal, ein weiteres Drittel besuchte die Hausärztin oder den Hausarzt mehr als sechsmal im Jahr auf. Ein ähnlicher Prozentsatz (66,3 %) der Befragten suchte bis zu fünfmal im Vorjahr eine Spezialistin oder einen Spezialisten auf (→ *Tabelle 3*).

Anzahl Besuche	Hausärztin / Hausarzt	Spezialistin / Spezialist
0	4.3%	21.3%
1-3	43.5%	54.7%
4-6	30.4%	14.4%
7-10	8.2%	3.3%
mehr als 10	13.6%	6.2%

Tab. 3: Jährliche Besuche bei Hausärztin/Hausarzt und bei Spezialistin/Spezialist (n=8074)

Besuche auf der Notfallstation und Spitalaufenthalte

Informationen zur Anzahl Besuche auf der Notfallstation und zu stationären Spitalaufenthalten der Teilnehmerinnen und Teilnehmer wurden ebenfalls eingeholt. Ungefähr ein Drittel (29,9 %) der Befragten mussten im Vorjahr (2018) die Notfallstation aufsuchen oder mindestens eine Nacht im Spital verbleiben (30,3 %). Die durchschnittliche Aufenthaltsdauer beläuft sich auf 1,5 Tage auf der Notfallstation und 2,3 Tage bei stationären Behandlungen im Spital.

Gebrechlichkeit

Das geriatrische Risikoprofil der Befragten wurde anhand des Groningen Frailty Index (Groningen Gebrechlichkeitsindex, GFI) bewertet. Es handelt sich dabei um eine standardisierte Methode, bei der die Antworten auf 15 Fragen kombiniert werden, um das geriatrische Risikoprofil einer Person abzuschätzen. Der GFI misst den Verlust von Funktionen und Fähigkeiten in vier Bereichen: **körperlich** (Beweglichkeit / Mobilität, multiple Gesundheitsprobleme, körperliche Müdigkeit, Sehfähigkeit, Gehör), **kognitiv** (kognitive Funktion), **sozial** (emotionale Isolation) und **psychisch** (depressive Verstimmung und Angstgefühl).⁸

Die Fragen beziehen sich auf den Grad der Selbstständigkeit älterer Personen bei Aktivitäten, wie sich ausserhalb der eigenen vier Wände zu bewegen (1), das An- und Ausziehen (2), Einkäufe erledigen (3), Toilettengang (4) sowie die Punktzahl auf der selbst bewerteten Skala der körperlichen Fitness (5). Darüber hinaus zielen die Fragen auf Probleme mit dem Sehen (6), dem Hören (7), mit dem Gedächtnis (8), mit Gewichtsverlust (9), die gleichzeitige Einnahme von vier oder mehr verschiedenen Medikamenten (10) und über das Vorhandensein von Gefühlen der Leere (11), Depression (12), Angst (13), Verlassenheit (14) und Einsamkeit (15).

Alle Antwortkategorien wurden für die Analyse dichotomisiert, wobei der Score 1 ein Problem oder Abhängigkeit signalisiert. Der Gesamtscore reicht von 0 bis zum Maximum von 15. Das Endergebnis wird als Index dargestellt, wobei ein Wert zwischen 0 und 3 bedeutet, dass die Person wahrscheinlich nicht gebrechlich ist, während ein Wert zwischen 4 und 7 anzeigt, dass die Person wahrscheinlich gebrechlich ist. Personen mit einer Punktzahl von 8 bis 15 werden als sehr gebrechlich eingestuft. Die untenstehende Gebrechlichkeitspyramide veranschaulicht das Gebrechlichkeitsprofil der Teilnehmerinnen und Teilnehmer aus dieser Bevölkerungsbefragung (→ *Abbildung 27*).

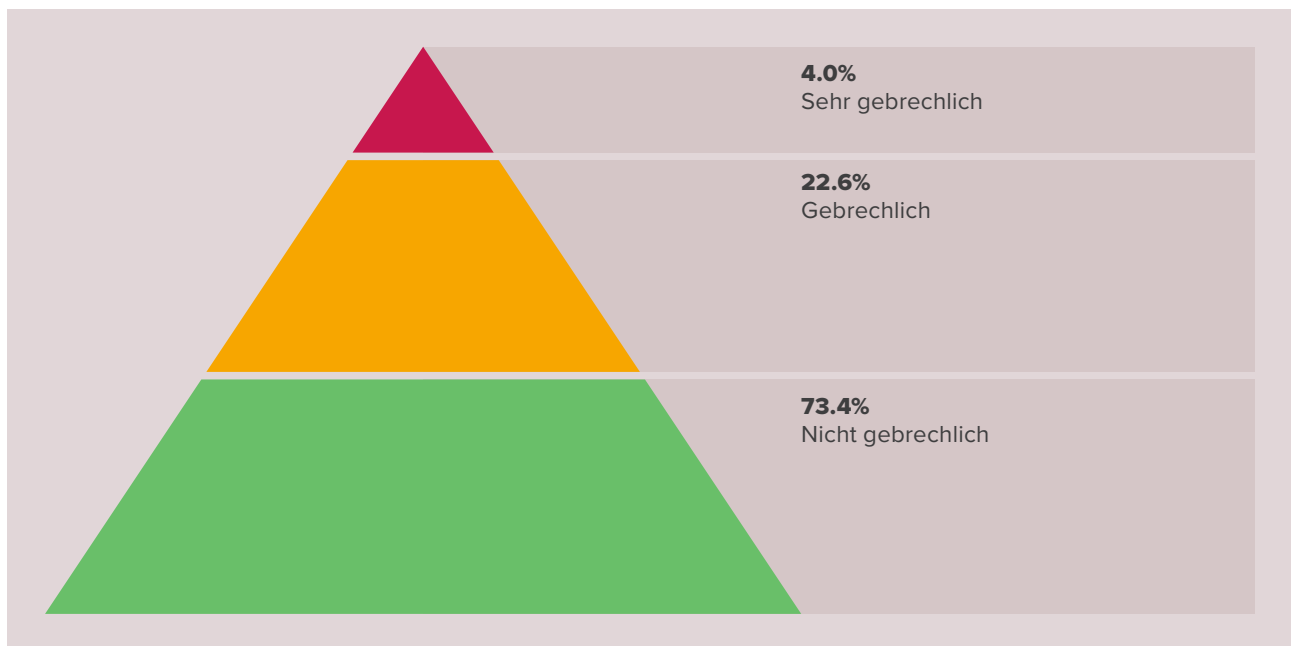


Abb. 27: Gebrechlichkeitspyramide basierend auf den Groningen Gebrechlichkeitsindex, GFI

⁸Braun T, Grüneberg C, Thiel C. German translation, cross-cultural adaptation and diagnostic test accuracy of three frailty screening tools: PRISMA-7, FRAIL scale and Groningen Frailty Indicator. Deutsche Übersetzung, interkulturelle Adaptation und diagnostische Testgenauigkeit von drei Frailty Screening Fragebögen: PRISMA-7, FRAIL Skala und Groningen Frailty Indicator. Z Gerontol Geriatr. 2018;51(3):282-292. doi:10.1007/s00391-017-1295-2

Fast drei Viertel der Teilnehmerinnen und Teilnehmern sind nicht gebrechlich und werden in der Basis der Pyramide dargestellt. Diese Personen sind im Allgemeinen gesund und profitieren hauptsächlich von gesundheitsfördernden und präventiven Massnahmen wie Bewegung, Sturzprävention oder Ernährungsberatung.

In der orangefarbenen Schicht befinden sich die Personen (22.6 % der Befragten), die gebrechlich sind und einen erhöhten Bedarf an sozialer- und gesundheitlicher Unterstützung haben. Dieser Teil der Bevölkerung wird eine wichtige Zielgruppe der Informations- und Beratungsstellen im Kanton Basel-Landschaft werden.

Vier Prozent der Befragten haben einen GFI-Wert von 8 oder mehr und gelten daher als sehr gebrechlich. Dieser Teil der Bevölkerung hat ein sehr hohes Risiko, Komplikationen im Zusammenhang mit der gegenwärtigen Multimorbidität zu entwickeln und in ein Spital oder Alters- und Pflegeheim eingewiesen zu werden. Eine gute Organisation und Koordination des Case Managements ist für diese Personen wichtig.

Bewegung und soziales Wohlbefinden

Nur 19 % der gebrechlichen oder sehr gebrechlichen Menschen kommen den Empfehlungen der WHO zur wöchentlichen Bewegung nach. In der Gruppe der nicht gebrechlichen Menschen folgen fast doppelt so viele Personen (43,9 %) den Empfehlungen (→ **Abbildung 28**). Andererseits kommt fast die Hälfte (49,6 %) der gebrechlichen oder sehr gebrechlichen Menschen der Empfehlung nach, wöchentlich muskelstärkenden Betätigungen nachzugehen. Fast drei Viertel (71,5 %) der nicht gebrechlichen Menschen folgen den Empfehlungen.

Unterschiede zwischen nicht gebrechlichen Menschen und gebrechlichen / sehr gebrechlichen Personen können auch in Bezug auf das soziale Wohlbefinden beobachtet werden. Ungefähr 65 % der gebrechlichen / sehr gebrechlichen Menschen gaben an, dass sie manchmal die Gesellschaft von anderen Menschen vermissen. Bei den nicht gebrechlichen Personen machen diese Angabe nur 19,9 % (→ **Abbildung 29**). Rund 61 % der gebrechlichen / sehr gebrechlichen Menschen gaben an, manchmal ein Gefühl von Leere zu empfinden. Das ist mehr als achtmal so oft, als dies von nicht gebrechlichen Menschen empfunden wird (7,5 %) (→ **Abbildung 30**). Ein kleinerer Teil (29 %) der gebrechlichen / sehr gebrechlichen Menschen gibt an, sich verlassen zu fühlen. Auch in diesem Punkt unterscheidet sich diese Gruppe stark von den nicht gebrechlichen Menschen (2,4 %) (→ **Abbildung 31**).

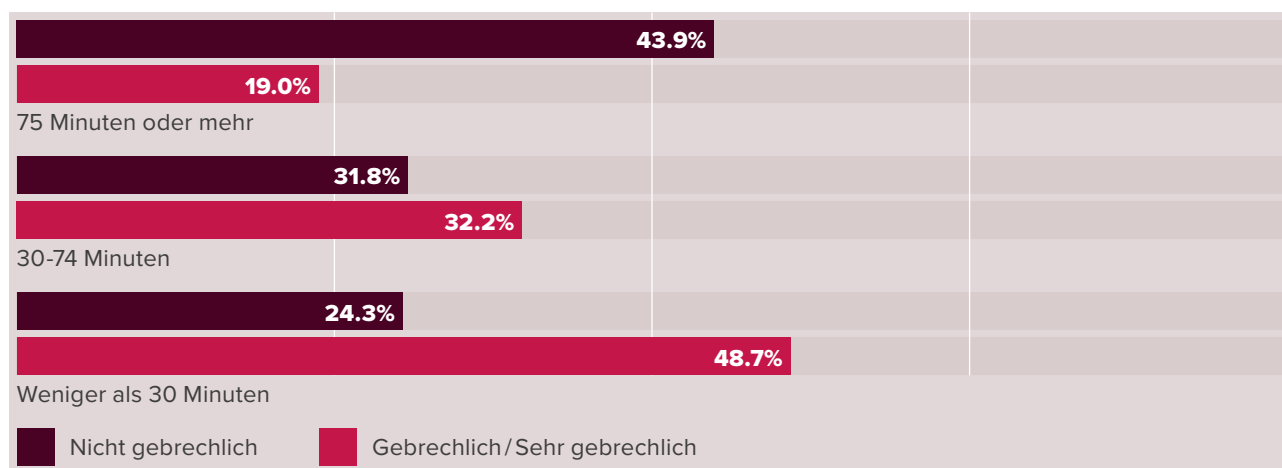


Abb. 28: Unterschiede zwischen nicht gebrechlichen Menschen und gebrechlichen/sehr gebrechlichen Menschen in Bezug auf das Einhalten der Empfehlungen zu wöchentlicher Bewegung
(nicht gebrechliche Menschen = 5322; gebrechliche/sehr gebrechliche Menschen = 1912)

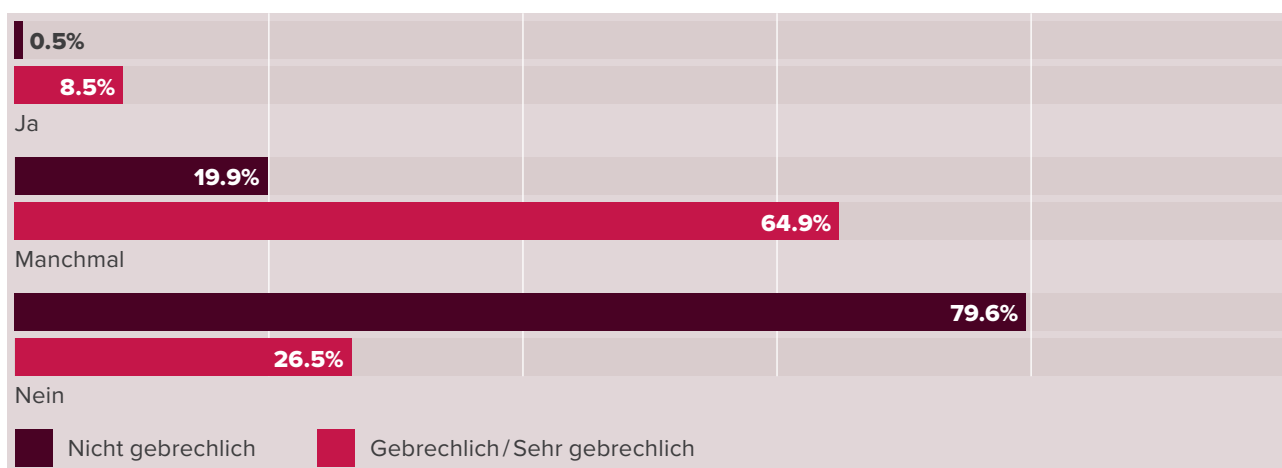


Abb. 29: Unterschiede zwischen nicht gebrechlichen Menschen und gebrechlichen/sehr gebrechlichen Menschen in Bezug auf das Vermissen der Gesellschaft anderer Menschen
(nicht gebrechliche Menschen = 5322; gebrechliche/sehr gebrechliche Menschen = 1912)

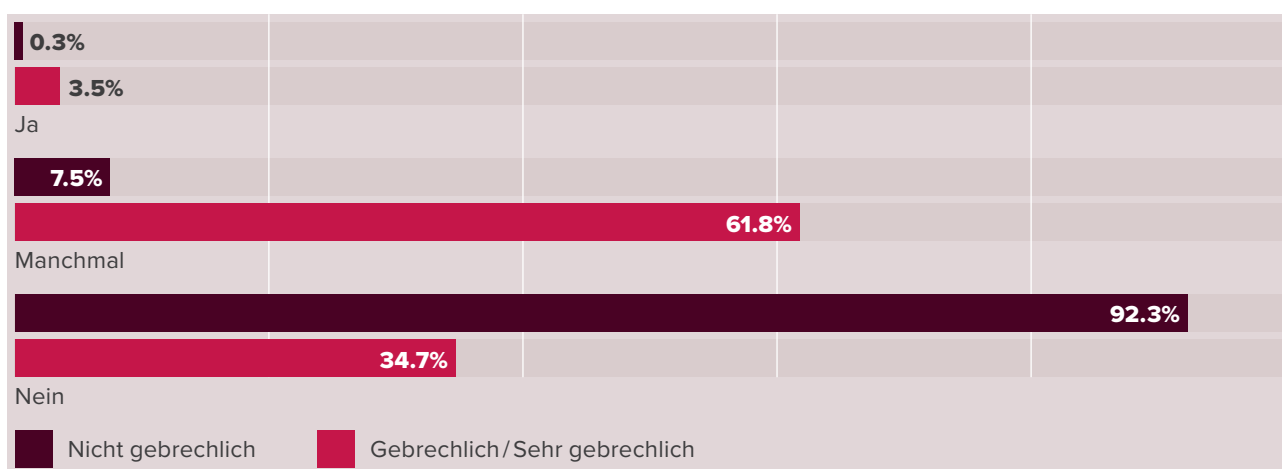


Abb. 30: Unterschiede zwischen nicht gebrechlichen Menschen und gebrechlichen/sehr gebrechlichen Menschen in Bezug auf das Gefühl von Leere
(nicht gebrechliche Menschen = 5322; gebrechliche/sehr gebrechliche Menschen = 1912)

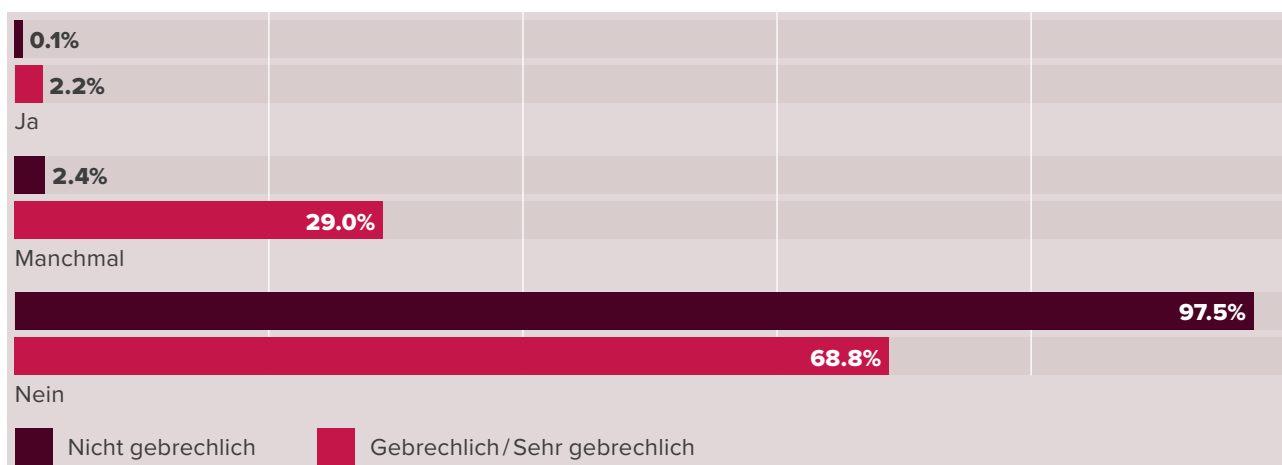


Abb. 31: Unterschiede zwischen nicht gebrechlichen Menschen und gebrechlichen/sehr gebrechlichen Menschen in Bezug auf das Gefühl von Verlassenheit
(nicht gebrechliche Menschen = 5322; gebrechliche/sehr gebrechliche Menschen = 1912)

Gesundheit und Medikamente

Gedächtnisprobleme wurden von nicht gebrechlichen Menschen und gebrechlichen / sehr gebrechlichen Menschen am häufigsten angegeben. Es konnten aber bemerkenswerte Unterschiede zwischen den beiden Gruppen beobachtet werden. Gebrechliche / sehr gebrechliche Personen gaben viermal so häufig an, Probleme mit dem Gedächtnis zu haben. Hörprobleme wurden dreimal so viel von gebrechlichen / sehr gebrechlichen Personen angegeben. Ein ähnliches Bild zeigt sich bei den Sehproblemen, die von ungefähr siebenmal so vielen gebrechlichen / sehr gebrechlichen Menschen angegeben wurden. Ungewollter Gewichtsverlust in den vergangenen sechs Monaten wurde von zehnmal so vielen gebrechlichen / sehr gebrechlichen Menschen angegeben (→ **Abbildung 32**).

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer wurden gefragt, ob sie regelmässig Schmerzen oder Unwohlsein empfinden. Ungefähr ein Drittel der gebrechlichen / sehr gebrechlichen Personen gab an, regelmässig Schmerzen zu haben, 7,7 % berichten von starken Schmerzen und 1 % von sehr starken Schmerzen (→ **Abbildung 33**).

Des Weiteren gaben fast drei Viertel (75,9 %) der gebrechlichen / sehr gebrechlichen Teilnehmenden an, dass sie gegenwärtig mehr als vier unterschiedliche Medikamente einnehmen. Bei den nicht gebrechlichen Personen liegt der Anteil bei 37,4 %. Bezüglich der täglichen Einnahme von Schmerzmedikamenten gaben 22,3 % der gebrechlichen / sehr gebrechlichen Menschen an, auf solche angewiesen zu sein, wobei nur 6,7 % der nicht gebrechlichen Personen angab, täglich Schmerzmedikamente einzunehmen. 19,4 % der gebrechlichen / sehr gebrechlichen Menschen nehmen regelmässig Schlafmedikamente ein, bei den nicht gebrechlichen Personen machten 6,6 % eine solche Angabe. Abschliessend zu erwähnen ist, dass rund 17 % der gebrechlichen / sehr gebrechlichen Personen angaben, ihre Medikamente nicht selbstständig einnehmen zu können, bei den nicht gebrechlichen Teilnehmerinnen und Teilnehmern waren es lediglich 3%.

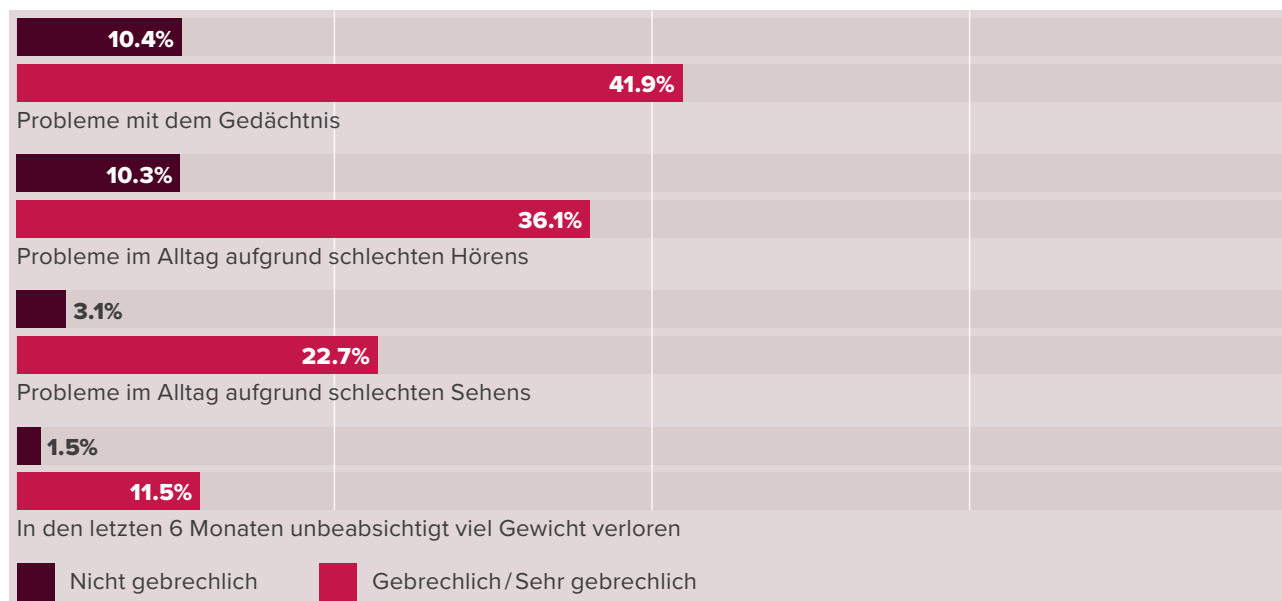


Abb. 32: Unterschiede zwischen nicht gebrechlichen und gebrechlichen/sehr gebrechlichen Personen in Bezug auf Probleme mit dem Gedächtnis, Gehör, Sehen und ungewolltem Gewichtsverlust (nicht gebrechliche Menschen = 5322; gebrechliche/sehr gebrechliche Menschen = 1912)

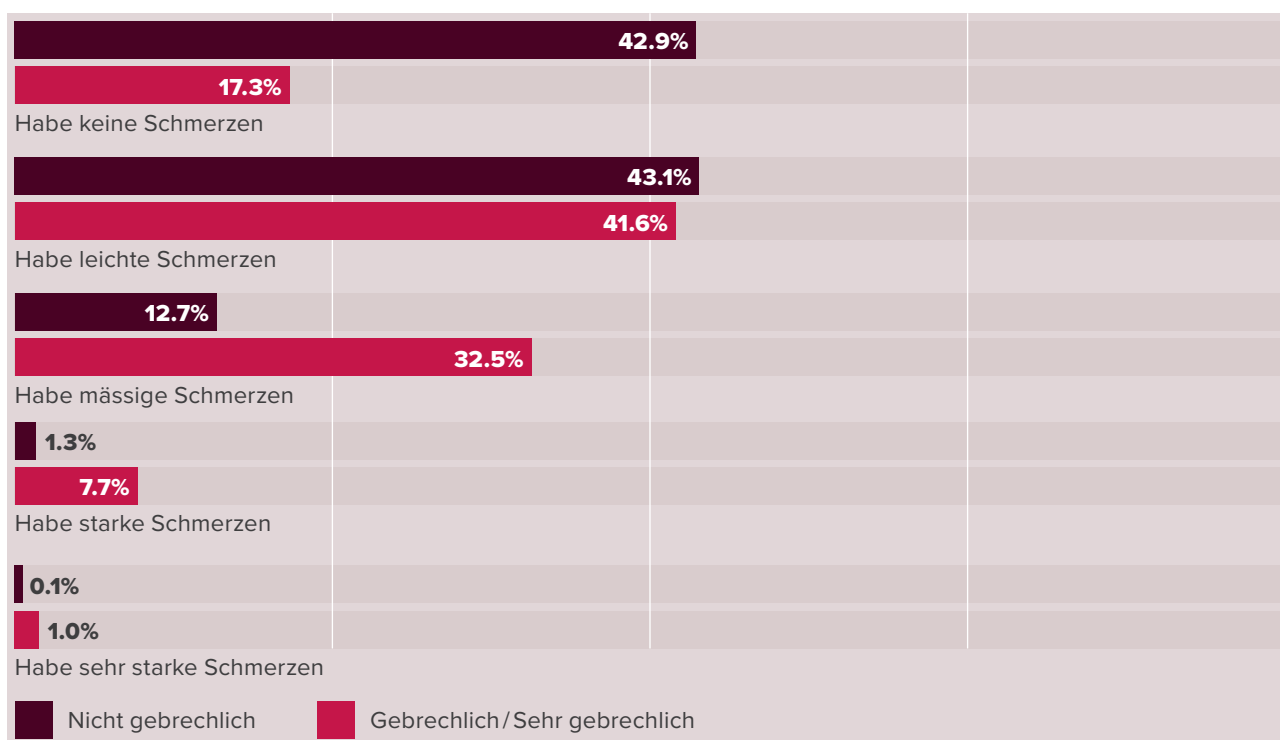


Abb. 33: Unterschiede zwischen nicht gebrechlichen und gebrechlichen/sehr gebrechlichen Personen in Bezug auf regelmässige Schmerzen
 (nicht gebrechliche Menschen = 5322; gebrechliche/sehr gebrechliche Menschen = 1912)

Inanspruchnahme von gesundheitlichen und sozialen Dienstleistungen

Die Inanspruchnahme der diversen gesundheitlichen und sozialen Dienstleistungen wurde in Bezug auf die gegenwärtige Nutzung und die zu erwartende Nutzung in der Zukunft untersucht. Gebrechliche / sehr gebrechliche Personen nehmen gegenwärtig zweimal so oft Physiotherapie in Anspruch, dreimal so oft Unterstützung im Haushalt und ungefähr fünfmal so oft Mahlzeitendienste und Taxidienste.

Bezüglich der zukünftig erwarteten Nutzung von gesundheitlichen und sozialen Dienstleistungen konnten keine Unterschiede zwischen nicht gebrechlichen Menschen und gebrechlichen / sehr gebrechlichen Menschen festgestellt werden. Für beide Gruppen ist die erwartete Nutzung höher als die gegenwärtige Nutzung. Gebrechliche / sehr gebrechliche Personen äusserten Bedürfnisse in Bezug auf Hilfe im Haushalt und der Pflege und Betreuung zu Hause. Sie gehen davon aus, dass sie diese in Zukunft neunmal mehr in Anspruch nehmen müssen. Diese Gruppe erwartet auch, neunmal so oft auf Taxidienste und Mahlzeitendienste angewiesen zu sein (→ *Tabelle 4*).

Art der Dienstleistung	In 2018		Falls hilfsbedürftiger	
	Nicht gebrechlich	Gebrechlich / sehr gebrechlich	Nicht gebrechlich	Gebrechlich / sehr gebrechlich
Physiotherapie	15.8%	30.1%	30.7%	38.7%
Hilfe bei der Hausarbeit – ohne Spezifikation	10.0%	31.2%	78.1%	78.7%
Hilfe bei der Hausarbeit – Privat-Organisation	6.2%	19.6%	28.0%	27.7%
Pflege und Betreuung bei ihnen zu Hause – ohne Spezifikation	1.1%	18.0%	89.2%	86.6%
Transport- und Assistenzdienste (zum Beispiel zu Ärztin / Arzt, Einkauf)	2.1%	12.7%	34.8%	46.1%
Hilfe bei der Hausarbeit – öffentliche Organisation	2.1%	7.6%	48.3%	45.6%
Pflege und Betreuung bei ihnen zu Hause – öffentliche Organisation	1.7%	10.5%	61.9%	58.4%
Mahlzeitendienst	1.0%	6.7%	49.3%	50.1%
Pflege und Betreuung bei Ihnen zu Hause – Privat-Organisation	1.0%	6.8%	28.0%	27.7%
Alterswohnung	0.6%	1.7%	28.1%	23.9%
Tagesklinik	0.5%	2.0%	4.3%	5.1%
Nachtklinik	0.2%	0.8%	2.0%	2.0%
Kurzaufenthalte in Alters-/ Pflegeheim	0.1%	1.6%	13.5%	18.0%

Tab. 4: Unterschiede zwischen nicht gebrechlichen und gebrechlichen / sehr gebrechlichen Personen in Bezug auf die gegenwärtige und erwartete zukünftige Nutzung von sozialen und gesundheitlichen Dienstleistungen

Nicht gebrechliche Menschen und gebrechliche / sehr gebrechliche Menschen unterscheiden sich in Bezug auf die Häufigkeit der Nutzung von sozialen und gesundheitlichen Dienstleistungen. Im vergangenen Jahr (2018) suchte ein höherer Prozentsatz der gebrechlichen / sehr gebrechlichen Menschen ihre Hausärztin / ihren Hausarzt auf, mindestens fünfmal, ein Viertel berichteten sogar mehr als zehn Arztbesuchen. Unterschiede lassen sich auch beim sechsmaligen Aufsuchen einer Spezialistin respektive eines Spezialisten erkennen (→ *Tabelle 5*).

Anzahl Besuche	Hausärztin / Hausarzt		Spezialistin / Spezialist	
	Nicht gebrechlich	Gebrechlich / sehr gebrechlich	Nicht gebrechlich	Gebrechlich / sehr gebrechlich
0	5.3%	2.0%	23.2%	15.3%
1-3	48.4%	26.6%	56.5%	50.7%
4-6	28.4%	32.0%	13.4%	17.7%
7-10	6.5%	12.7%	2.8%	5.1%
mehr als 10	11.4%	26.7%	4.2%	11.2%

Tab. 5: Unterschiede zwischen nicht gebrechlichen und gebrechlichen/sehr gebrechlichen Personen in Bezug auf die jährlichen Besuche bei der Hausärztin/beim Hausarzt oder bei einer Spezialistin/einem Spezialisten

Nicht gebrechliche Menschen suchten die Notfallstation durchschnittlich 1,3 Mal (SA = 1,66) auf, gebrechliche / sehr gebrechliche Menschen hingegen durchschnittlich 1,71 Mal (SA = 1,66). Unterschiede lassen sich auch bei den Spitalaufenthalten erkennen. Nicht gebrechliche Menschen verbrachten durchschnittlich 1,9 Nächte im Spital (SA = 4,26), gebrechliche / sehr gebrechliche Menschen verbrachten durchschnittlich eine Nacht länger im Spital, und zwar 2,92 Nächte (SA = 6,51).

Lebensqualität

Abschliessend lassen sich auch Unterschiede bei der gesundheitsbedingten Lebensqualität erkennen, und zwar beim Summenscore und bei der VAS des EQ-5D-5L Instruments. Eine höherer Summenscore bedeutet einen schlechteren Gesundheitsstatus. Dies steht im Kontrast zur VAS, wo ein höherer Wert einen besseren Gesundheitsstatus bedeutet. Nicht gebrechliche Menschen hatten einen durchschnittlichen Summenscore von 6,22 (SA = 1,42) bei allen fünf Dimensionen des Instruments. Gebrechliche / sehr gebrechliche Menschen hatten im Vergleich einen durchschnittlichen Summenscore von 9,22 (SA = 3,1). Dies zeigte sich auch in der VAS, wo nicht gebrechliche Menschen einen durchschnittlichen VA-Score von 79,8 (SA = 12,8) aufwiesen, was höher ist als der durchschnittliche VA-Score von 63,77 (SA = 17,03) in der Gruppe der gebrechlichen / sehr gebrechlichen Menschen.

Schlussfolgerungen

Die Ergebnisse der INSPIRE Bevölkerungsbefragung schaffen eine wichtige Grundlage zur Orientierung und zur Strategiefindung im Rahmen zukünftiger Programme für ältere Menschen auf unterschiedlichen Ebenen des Gesundheits- und Sozialsystems. Fachpersonen aus dem Gesundheits- und Sozialwesen, Familienmitglieder, Freunde, aber auch die Gesellschaft spielen bei der Unterstützung älterer Menschen im Kanton Basel-Landschaft eine wichtige Rolle. Es ist deshalb wesentlich, dass die Herausforderungen in der gegenwärtigen gesundheitlichen und sozialen Situation und die Präferenzen der älteren Bevölkerung für die Zukunft wahrgenommen werden. Gleichzeitig muss über Möglichkeiten nachgedacht werden, wie den Bedürfnissen Rechnung getragen wird.

Dieser Bericht zeigt viele Gemeinsamkeiten unter älteren Personen, die im Kanton Basel-Landschaft zu Hause leben. Viele sind zufrieden mit ihrer Wohnsituation, fühlen sich gesund, benötigen keine tägliche Hilfe von anderen, sind in das gesellschaftliche Leben eingebunden und offen für den Einsatz moderner Technologien. Gleichzeitig macht dieser Bericht deutlich, dass ältere Menschen grossen Wert darauflegen, in ihrem eigenen Zuhause zu bleiben, auch wenn sie auf jemand anderen angewiesen wären. Es ist deshalb nicht überraschend, dass die älteren Menschen erwarten, in Zukunft vermehrt und verstärkt auf die Unterstützung und die Hilfe von Familienmitgliedern und von sozialen und gesundheitlichen Organisationen angewiesen zu sein. Sie wünschen sich eine altersfreundliche Umgebung und gehen gleichzeitig davon aus, neue Technologien selbst zu nutzen.

Diese Umfrage zeigt, dass mehr als ein Viertel der Befragten zu der Gruppe der (sehr) gebrechlichen Personen gehört. Dies sind die Menschen, die körperliche Einschränkungen, Gedächtnisprobleme und/oder soziale Herausforderungen haben und über eine geringere Lebensqualität berichten. Sie können die soziale Unterstützung durch private Personen sowie Sozial- und Gesundheitsdienste am dringendsten benötigen und werden die diese Dienste am häufigsten in Anspruch nehmen. Dies ist die Gruppe, bei der gesundheitsfördernde Interventionen und koordinierte Versorgung am sinnvollsten ist. Die Bedürfnisse und Wünsche dieser Bevölkerungsgruppe zu verstehen, ist somit ein wichtiger Bestandteil der Versorgungsplanung. Diese kann dazu beitragen, dass die betroffenen Personen länger in ihrem gewohnten Zuhause verbleiben können und dabei von bestmöglicher Gesundheit und Wohlbefinden profitieren können.

Gerade deshalb werden die durch diese Umfrage gewonnenen Erkenntnisse die Planung der neuen Informations- und Beratungsstellen unterstützen und die Umsetzung eines evidenzbasierten Versorgungsmodells ermöglichen. Ziel dieses Versorgungsmodells ist, Dienstleistungen zu koordinieren und die Kommunikation zwischen den verschiedenen Leistungserbringern des Gesundheits- und Sozialwesens zu gewährleisten. Gleichzeitig gilt es, ältere Menschen, die ein erhöhtes Risiko für eine Hospitalisierung oder einen Umzug in ein Pflegeheim haben, zu unterstützen. Dieses koordinierte Versorgungsmodell wird als kosteneffiziente Strategie für die Organisation von gesundheitlichen und sozialen Dienstleistungen gesehen und dient der Förderung der körperlichen Unabhängigkeit für zu Hause lebende, ältere Menschen.

Eine Einzigartigkeit der INSPIRE Bevölkerungsbefragung ist der breite Einbezug der Anspruchsgruppen an der Entwicklung und Verbreitung der Fragebögen, wie zum Beispiel Entscheidungsträger/innen, Organisationen aus dem Gesundheits- und Sozialwesen, Patientinnen- und Patientenorganisationen, sowie Vertreterinnen und Vertreter der Pflegeheime. Wir räumen jedoch ein, dass die erhobenen Daten insofern Grenzen haben, als dass die Fragebogen möglicherweise nicht die stark gebrechlichen Personen und Personen mit schweren kognitiven Defiziten erreicht haben. Ungeachtet dieser potenziellen Unterrepräsentierung können die Ergebnisse dieser Umfrage zur Orientierung bei der zukünftigen Planung der Dienstleistungen und der Pflege älterer Menschen im Kanton Basel-Landschaft dienen.

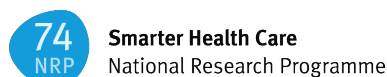
Nach Veröffentlichung dieses Berichts werden in einem nächsten Schritt ähnliche Auswertungen für die einzelnen Versorgungsregionen erstellt, damit massgeschneiderte Lösungen für die gesundheitliche und soziale Versorgung möglich werden. Aus den Daten dieser Bevölkerungsumfrage werden ausserdem mehrere wissenschaftliche Arbeiten hervorgehen. Diese Papiere enthalten eine detaillierte Methodik und eine eingehende Untersuchung der Ergebnisse und werden in internationalen Fachzeitschriften mit Peer-Review veröffentlicht.

Danksagung

Mehrere Personen haben zum Erfolg der INSPIRE Bevölkerungsbefragung beigetragen. Ihnen allen möchten wir unseren besten Dank aussprechen. Unser Dank gilt den Vertreterinnen und Vertretern des Kanton Basel-Landschaft und der Gemeinden für die Promotion der Bevölkerungsbefragung auf ihren Webseiten und Gemeindezeitungen. Wir möchten uns auch bei allen Anspruchsgruppen bedanken, die die Wichtigkeit der Bevölkerungsbefragung betont haben und somit viele ältere Menschen für eine Teilnahme überzeugen konnten. Ein spezieller Dank gebührt Anita Roosli und Matthias Weber von der Pro Senectute für ihre Mithilfe beim Testen der Fragebogen und ebenso der Gruppe älterer Menschen, die diese Aufgabe übernahmen. Des Weiteren gilt unser Dank Brenda Markus, Cornelia Kern und Gwen Laurent für ihren aussergewöhnlichen Einsatz und ihre unermüdliche Unterstützung in der Administration der Bevölkerungsbefragung.

Zu guter Letzt gilt unser grosses Dankeschön allen Teilnehmerinnen und Teilnehmern, die im Rahmen der INSPIRE Bevölkerungsbefragung den Fragebogen ausgefüllt haben und/oder den Betreuungspersonen und/oder Familienmitgliedern, welche sie dabei unterstützt haben.

Das INSPIRE Projekt wird finanziell unterstützt von:



VELUX STIFTUNG

Veröffentlicht von:

INSPIRE Projekt
Pflegerwissenschaft – Nursing Science
Departement Public Health
Universität Basel
Juli 2020

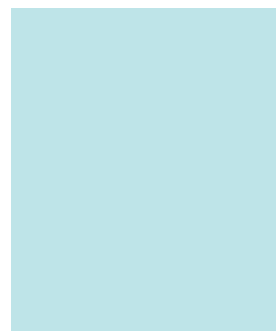
Gestaltung:

Michael Huber

Druck:

Sprüngli Druck, Villmergen

©2020 INSPIRE Team



**Educating
Talents**
since 1460.

Universität Basel
Pflegerwissenschaft - Nursing Science
Departement Public Health
Bernoullistrasse 28
4056 Basel, Switzerland
nursing.unibas.ch