



Faktenblatt

Todesfälle und verlorene gesunde Lebensjahre aufgrund Bewegungsmangel in der Schweiz 2022

Im Jahr 2022 waren in der Schweiz mehr als 52'000 verlorene gesunde Lebensjahre - sogenannte *disability-adjusted life years* (DALY) - auf Bewegungsmangel zurückzuführen. Bewegungsmangel verursachte 1621 Todesfälle, was 2.2 Prozent aller Todesfälle entspricht. Herz-Kreislaufkrankungen, Demenz und Krebs sind besonders stark mit Bewegungsmangel verbunden. Dies betrifft v.a. Frauen und Personen über 75 Jahre. Diese Studie wurde von der Berner Fachhochschule im Auftrag des Bundesamtes für Gesundheit BAG durchgeführt.

KENNZAHLEN

**Frauen
und
+75-Jährige**

sind am stärksten von
Bewegungsmangel und dessen
Folgen betroffen

1621
Todesfälle durch
Bewegungsmangel

KERNAUSSAGEN

Bewegungsmangel

Bewegungsmangel wurde definiert als weniger als 150 Minuten Bewegung mit mittlerer Intensität oder weniger als 75 Minuten Bewegung mit hoher Intensität pro Woche (nach hepa.ch).

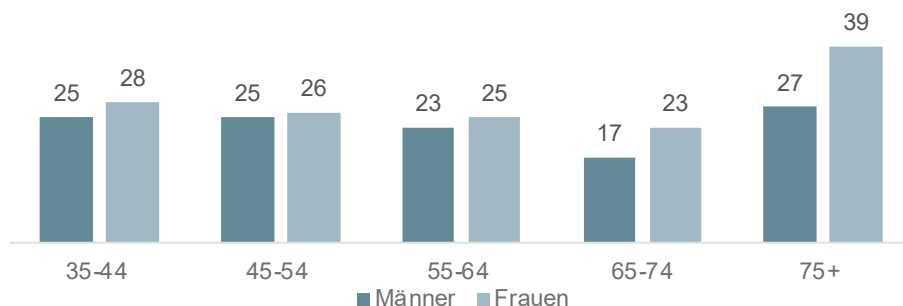


Abb. 1: Prävalenzen Bewegungsmangel nach Geschlecht und Altersgruppe in %

Todesfälle

Für die Berechnung der Todesfälle aufgrund Bewegungsmangel wurden 19 Krankheiten berücksichtigt. Am häufigsten waren Herz-Kreislaufkrankungen, Demenz, Krebserkrankungen und Alzheimer.

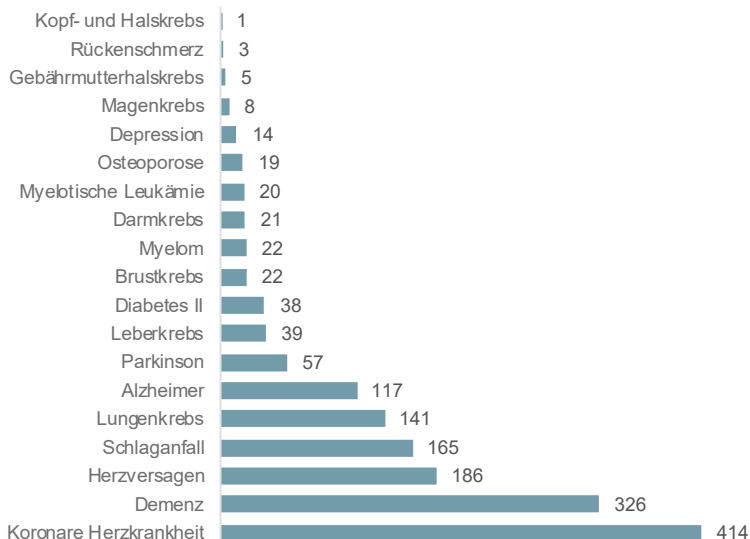


Abb. 2: Anzahl Todesfälle wegen Bewegungsmangel

52'689

DALY durch Bewegungsmangel

Stagnierender Trend

Erstmals seit 2002 hat die Anzahl DALY nicht mehr weiter abgenommen

DALY

Disability-adjusted life years (DALY) sind definiert als die Zahl der verlorenen Lebensjahre durch vorzeitigen Tod, kombiniert mit dem Verlust an gesunder Lebenszeit durch Behinderung oder Krankheit. Dies zeigte sich am häufigsten bei Herz-Kreislauf- und Krebserkrankungen.

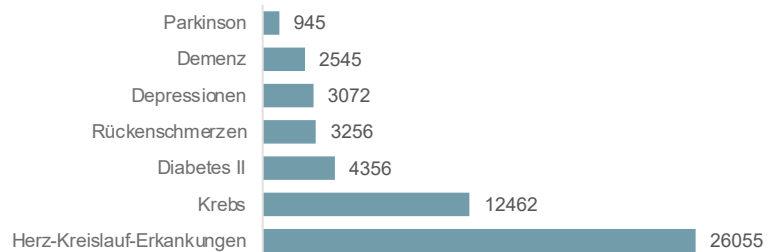


Abb. 3: Anzahl DALY wegen Bewegungsmangel

Trend

Während bis 2017 die eingeschränkte Lebensqualität und Todesfälle aufgrund Bewegungsmangel zurückgingen, sehen wir seit 2017 keine Verbesserung mehr.

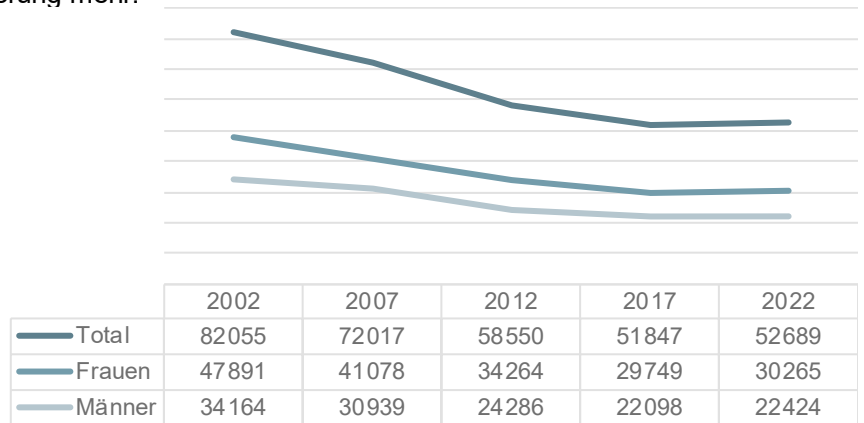


Abb. 4: DALY wegen Bewegungsmangel von 2002 bis 2022

Bewegungsmangel hat erhebliche Auswirkungen auf die Gesundheit der Bevölkerung in der Schweiz. Für den einzelnen Menschen bedeutet dies ein erhöhtes Risiko für Krankheiten, eine verkürzte Lebensdauer und eine eingeschränkte Fähigkeit, das Leben in vollen Zügen zu geniessen. Die Studie verdeutlicht den dringenden Bedarf an gezielten Interventionen zur Förderung der körperlichen Aktivität, insbesondere bei Frauen und Personen im Alter ab 75 Jahren.

QUELLE

Lutz, N., Baur, H., Taeymans, J., & Mattli, R. (2024). Physical inactivity-attributable deaths and disability-adjusted life years in Switzerland – Estimates for 2022. Berner Fachhochschule. [LINK]

KONTAKT

Bundesamt für Gesundheit BAG
 Abteilung Prävention nichtübertragbarer Krankheiten
 Sektion wissenschaftliche Grundlagen
 BAGncdGrundlagen@bag.admin.ch

DATUM

Juni 2024