

## ***Daten und Fakten zur Frauengesundheit***

### **Demografie und Lebenslagen**

#### **Demografie**

- In Deutschland leben rund 82,5 Millionen Menschen. Etwas mehr als die Hälfte (41,8 Millionen) sind Frauen [1].
- Die Lebenserwartung bei Geburt liegt in Deutschland für Frauen mit 83,2 Jahren höher als für Männer mit 78,3 Jahren. Für das Geburtsjahr 2060 wird weiblichen Neugeborenen ein durchschnittliches Alter von 90,4 Jahren prognostiziert (männliche Neugeborene: 86,7 Jahre) [2; 3].

#### **Alleinlebende**

- In Deutschland sind 8,7 Millionen Frauen alleinlebend (Männer: 8 Millionen) [4].
- Den größten Anteil alleinlebender Frauen in Deutschland weist mit fast einem Viertel (3,3 Millionen) die Altersgruppe der 65- bis 85-Jährigen auf [4].

#### **Geburten**

- Die Geburtenrate in Deutschland liegt bei 1,5 Kindern pro Frau. Das Durchschnittsalter der Frauen bei der Geburt des ersten Kindes beträgt 29,6 Jahre [5].

#### **Pflege**

- In Deutschland haben 2,86 Millionen Menschen im Sinne der Pflegeversicherung (SGB XI) Anspruch auf Pflegeleistungen. Die Mehrheit davon sind Frauen (64,0 Prozent). Fast drei Viertel der Pflegebedürftigen werden zu Hause versorgt [6].

#### **Erwerbstätigkeit und Gesundheit**

- 71,5 Prozent der Frauen zwischen 15 und 65 Jahren in Deutschland sind erwerbstätig (Männer: 78,9 Prozent) [7].
- Frauen sind häufiger (4,4 Prozent) krankgeschrieben als Männer (3,8 Prozent). Die häufigsten Ursachen für Krankschreibungen bei Frauen sind psychische Erkrankungen (19,8 Prozent), Erkrankungen des Muskel-Skelett-Systems (19,5 Prozent) und Erkrankungen des Atmungssystems (16,3 Prozent) [8].
- Fast ein Fünftel der Frauen (19,1 Prozent) in Deutschland nimmt die Arbeitsbedingungen als stark oder sehr stark gesundheitsgefährdend wahr (Männer: 21,4 Prozent) [9].
- In Deutschland verletzen sich Frauen (336.000) weniger häufig bei Unfällen als Männer (395.000). Die häufigsten Unfallverletzungen gehen bei Frauen auf Unfälle im Haushalt (119.000) zurück, gefolgt von Freizeitunfällen (80.000). Männer geben als häufigste Ursachen Freizeitunfälle (117.000) sowie Arbeitsunfälle (110.000) an [10].
- In Deutschland beziehen mehr Frauen (932.056) als Männer (881.478) eine Rente wegen verminderter Erwerbsfähigkeit [11].
- Das durchschnittliche Renteneintrittsalter von Frauen wegen verminderter Erwerbsfähigkeit liegt in Deutschland bei 51,2 Jahren (Männer: 52,1 Jahre). Häufigster Grund für einen Rentenzugang wegen verminderter Erwerbsfähigkeit bei Frauen sind psychische Störungen (49,0 Prozent), gefolgt von Erkrankungen des Skelett/Muskel/Bindegewebes (13,5 Prozent) sowie Krebserkrankungen (12,9 Prozent) [11].

## Gesundheitsverhalten

### Gesundheitskompetenz

- In Deutschland verfügen 44,5 Prozent der Frauen (Männer: 46,9 Prozent) über eine exzellente oder ausreichende Gesundheitskompetenz. Rund 55 Prozent der Frauen (Männer: 53 Prozent) haben aber Schwierigkeiten, Gesundheitsinformationen zu finden, verstehen, beurteilen und zu nutzen [12].
- In der Altersgruppe ab 65 Jahren zeigen 15,2 Prozent eine unzureichende Gesundheitskompetenz. Mehr als die Hälfte (51,1 Prozent) der Personen über 65 Jahre haben eine problematische Gesundheitskompetenz und sehen sich oft vor Herausforderungen im Gesundheitssystem gestellt. 52 Prozent der älteren Menschen haben Schwierigkeiten, die Beipackzettel von Medikamenten zu verstehen [12].
- Menschen mit Migrationshintergrund haben besonders große Schwierigkeiten im Umgang mit Gesundheitsinformationen: Fast ein Viertel (17,5 Prozent) zeigt eine unzureichende Gesundheitskompetenz. Mehr als der Hälfte (56,9 Prozent) (Menschen ohne Migrationshintergrund: 44,6 Prozent) fällt es schwer zu beurteilen, ob Informationen über Gesundheitsrisiken in den Medien vertrauenswürdig sind [12].

### Früherkennungsuntersuchungen (Check-Up)

- Knapp die Hälfte (48,5 Prozent) der Frauen (Männer: 45,4 Prozent) in Deutschland nimmt regelmäßig den Gesundheitscheck-Up zur Früherkennung von Herz-Kreislauferkrankungen, Nierenerkrankungen und des Diabetes mellitus in Anspruch [13].
- Die überwiegende Mehrheit der Frauen (88,5 Prozent) in Deutschland (Männer: 75,7 Prozent) gibt an, dass ihnen die Empfehlung der Krankenkassen zur Teilnahme an Krebsfrüherkennungsuntersuchungen (KFU) bekannt ist. Etwas mehr als zwei Drittel (67,2 Prozent) der Frauen (Männer: 40,0 Prozent) berichten, die Krebsfrüherkennungsuntersuchungen regelmäßig in Anspruch zu nehmen [14].

### Bewegung

- Die Weltgesundheitsorganisation (WHO) empfiehlt Erwachsenen, mindestens 2,5 Stunden pro Woche zumindest mäßig anstrengende Ausdaueraktivitäten auszuüben, beziehungsweise an mindestens zwei Tagen in der Woche Aktivitäten zur Muskelkräftigung zu betreiben [15].
- 42,6 Prozent der Frauen (Männer: 48 Prozent) in Deutschland berichten, mindestens 2,5 Stunden pro Woche einem Ausdauersport wie z.B. Radfahren oder Fußballspielen nachzugehen. 27,6 Prozent der Frauen (Männer: 31,2) trainieren an mindestens zwei Tagen in der Woche ihre Muskeln durch Yoga oder auch Krafttraining. Ein Fünftel (20,5 Prozent) der Frauen (Männer: 24,7 Prozent) betreibt sowohl Ausdauer- als auch Krafttraining [15].
- Das Risiko, an koronarer Herzkrankheit, Bluthochdruck, Schlaganfall, Diabetes Typ 2 zu erkranken, ist für bewegungsaktive Personen deutlich geringer. Bewegungs- und Sportaktivitäten bewirken darüber hinaus eine Steigerung des Wohlbefindens, eine Verbesserung der geistigen Leistungsfähigkeit und eine Verringerung der Sturzgefährdung bei älteren Menschen [13].

## Gesundheitliche Risiken und Erkrankungen

### Übergewicht und Adipositas

- Fast die Hälfte (46,7 Prozent) der Frauen (Männer: 61,6 Prozent) ist übergewichtig (BMI  $\geq$  25 kg/m<sup>2</sup>). Von Adipositas (BMI  $\geq$  30 kg/m<sup>2</sup>) ist fast ein Fünftel (18,0 Prozent) der weiblichen Bevölkerung betroffen (Männer: 18,3 Prozent) [16].

### Alkoholkonsum

- Bei Frauen liegt der gesundheitlich unbedenkliche Alkoholkonsum bei nicht mehr als 12 g pro Tag. Das entspricht etwa 0,1 l Wein oder 0,25 l Bier (an mindestens zwei Tagen pro Woche sollte ganz auf Alkoholkonsum verzichtet werden). Bei größeren Mengen spricht man von riskantem Alkoholkonsum [17].
- In Deutschland trinken Frauen weniger und in geringeren Mengen Alkohol als Männer. 13,8 Prozent der Frauen in Deutschland weisen nach Selbstangaben einen gesundheitlich riskanten Alkoholkonsum auf (Männer: 18,2 Prozent) [18].
- Fast die Hälfte (47,1 Prozent) der Frauen (Männer: 30,3 Prozent) berichten, nicht jede Woche Alkohol zu trinken [18].
- 16,9 Prozent der Frauen (Männer: 10,3 Prozent) geben sogar an, niemals Alkohol zu konsumieren [18].

### Zigarettenkonsum

- Insgesamt rauchen fast 29 Prozent der Bevölkerung in Deutschland. Dabei rauchen weniger Frauen (26,1 Prozent) als Männer (31,2 Prozent). Die Hälfte der Frauen (51,4 Prozent) hat nie geraucht (Männer: 41,5 Prozent) [19].

### Illegale Drogen

- In Deutschland liegt die Lebenszeitprävalenz für den Konsum illegaler Drogen inkl. Cannabis für Frauen mit 23,9 Prozent deutlich niedriger als für Männer (32,5 Prozent) [20].
- Von allen illegalen Drogen wird Cannabis in Deutschland am häufigsten konsumiert. Weniger Frauen (4,9 Prozent) als Männer (7,4 Prozent) geben an, in den letzten 12 Monaten Cannabis zu sich genommen zu haben, wobei der Konsum in der Altersgruppe der 18- bis 20-Jährigen mit 20,5 Prozent am höchsten ist [20].

### Arzneimittelkonsum

- Schätzungen gehen von 1,5 bis 1,9 Millionen medikamentenabhängigen Personen in Deutschland aus. Zwei Drittel der Arzneimittelabhängigen sind Frauen [21].
- Im Vergleich zu Männern werden Frauen in Deutschland insgesamt mehr Arzneimittel verordnet. Dies trifft insbesondere auf den Bereich der Psychopharmaka zu. Männer erhalten eher Mittel mit Wirkung auf körperliche Störungen, vor allem des Herz-Kreislaufsystems [22; 23].

## Psychische Erkrankungen

- 66,6 Prozent der Frauen (Männer: 69,9 Prozent) schätzen ihren allgemeinen Gesundheitszustand als gut oder sehr ein [24].
- In Deutschland sagen fast doppelt so viele Frauen (13 Prozent) wie Männer (8 Prozent) aus, sich seelisch belastet zu fühlen [9].
- 9,7 Prozent der Frauen (Männer: 6,3 Prozent) in Deutschland berichten, dass bei Ihnen innerhalb der letzten 12 Monate eine Depression oder depressive Verstimmung diagnostiziert wurde. In der Gruppe der 45- bis unter 65-jährigen Frauen ist der Anteil mit 11,8 Prozent (Männer: 8,5 Prozent) am höchsten [25].
- Die Lebenszeitprävalenz einer diagnostizierten Depression ist bei Frauen mit 15,4 Prozent doppelt so hoch wie bei Männern (7,8 Prozent) [26].
- Mehr Frauen (5,2 Prozent) als Männer (3,3 Prozent) in Deutschland geben an, jemals in ihrem Leben von einem Burn-out-Syndrom betroffen gewesen zu sein [13].

## Herz-Kreislauferkrankungen

- In Deutschland sind Herz-Kreislauf-Erkrankungen die häufigste Todesursache. Rund 198.620 Frauen (Männer: 157.996) versterben jährlich an Erkrankungen des Herz-Kreislaufsystems. Davon versterben 21.375 Frauen (Männer: 27.835) an einem Herzinfarkt und rund 9.820 Frauen (Männer: 5.950) an einem Schlaganfall [27; 28].
- Insgesamt werden jährlich 73.209 Frauen (Männer: 145.947) in Deutschland wegen eines Herzinfarktes und etwa 124.751 Frauen (Männer: 133.729) wegen eines Schlaganfalles behandelt [29].
- Bluthochdruck (Hypertonie) gehört zu den wichtigsten Risikofaktoren für Herz-Kreislauferkrankungen. Fast ein Drittel (30,9 Prozent) der Frauen (Männer: 32,8 Prozent) in Deutschland geben an, in den letzten 12 Monaten von Bluthochdruck betroffen gewesen zu sein [30].
- Beeinflussbare Risikofaktoren für die Entwicklung von Herz-Kreislauferkrankungen sind Hypertonie, Fettstoffwechselstörungen, Diabetes mellitus (Zuckerkrankheit) sowie Zigarettenkonsum, mangelnde körperliche Bewegung und starkes Übergewicht [13].

## Krebs

- Insgesamt erkranken in Deutschland etwas weniger Frauen als Männer an Krebs. Die Zahl der Krebs-Neuerkrankungen liegt für Frauen bei etwa 226.960 (Männer: 249.160). Die häufigste Krebserkrankung bei Frauen ist Brustkrebs. Jährlich erkranken in Deutschland 69.220 Frauen neu daran. Darmkrebs ist mit 27.890 Neuerkrankungen pro Jahr die zweithäufigste Krebserkrankung bei Frauen, gefolgt von Lungenkrebs mit 19.280 Neuerkrankungen [31].
- Insgesamt ist Krebs die zweithäufigste Todesursache in Deutschland. Rund 103.420 Frauen und 122.916 Männer versterben an bösartigen Neubildungen. Das entspricht fast einem Viertel (ca. 22 Prozent) aller Todesfälle bei Frauen (Männer: ca. 27 Prozent). Die häufigste Krebstodesursache bei Frauen ist Brustkrebs, gefolgt von Lungen- und Bauchspeicheldrüsenkrebs [27].

## Quellen

- [1] Statistisches Bundesamt. Bevölkerung auf Grundlage des Mikrozensus 2011. [Internet]: [www.destatis.de/DE/ZahlenFakten/GesellschaftStaat/Bevoelkerung/Bevoelkerungsstand/Tabellen/Zensus\\_Geschlecht\\_Staatsangehoerigkeit.html](http://www.destatis.de/DE/ZahlenFakten/GesellschaftStaat/Bevoelkerung/Bevoelkerungsstand/Tabellen/Zensus_Geschlecht_Staatsangehoerigkeit.html) (05.08.2018)
- [2] Statistisches Bundesamt. Lebenserwartung in Deutschland. [Internet]: [www.destatis.de/DE/ZahlenFakten/GesellschaftStaat/Bevoelkerung/Sterbefaelle/Tabellen/LebenserwartungDeutschland.html](http://www.destatis.de/DE/ZahlenFakten/GesellschaftStaat/Bevoelkerung/Sterbefaelle/Tabellen/LebenserwartungDeutschland.html) (05.08.2018)
- [3] Statistisches Bundesamt. (2015). Bevölkerung Deutschlands bis 2060. 13. Koordinierte Bevölkerungsberechnung. Wiesbaden.
- [4] Statistisches Bundesamt. (2017). Alleinstehende (darunter Alleinlebende) nach Alter, Geschlecht und Gebietsstand im Jahr 2017. [Internet]: [www.destatis.de/DE/ZahlenFakten/GesellschaftStaat/Bevoelkerung/HaushalteFamilien/Tabellen/4\\_1\\_Alleinstehende.html](http://www.destatis.de/DE/ZahlenFakten/GesellschaftStaat/Bevoelkerung/HaushalteFamilien/Tabellen/4_1_Alleinstehende.html) (05.08.2018)
- [5] Statistisches Bundesamt. Geburten. [Internet]: [www.destatis.de/DE/ZahlenFakten/GesellschaftStaat/Bevoelkerung/Geburten/Geburten.html](http://www.destatis.de/DE/ZahlenFakten/GesellschaftStaat/Bevoelkerung/Geburten/Geburten.html) (05.08.2018)
- [6] Statistisches Bundesamt. Pflegebedürftige nach Versorgungsart, Geschlecht und Pflegestufe 2015. [Internet]: [www.destatis.de/DE/ZahlenFakten/GesellschaftStaat/Gesundheit/Pflege/Tabellen/PflegebeduerftigePflegestufe.html](http://www.destatis.de/DE/ZahlenFakten/GesellschaftStaat/Gesundheit/Pflege/Tabellen/PflegebeduerftigePflegestufe.html) (05.08.2018)
- [7] Statistisches Bundesamt. Erwerbsbeteiligung Erwerbstätige und Erwerbstätigenquote nach Geschlecht und Alter 2006 und 2016- Ergebnis des Mikrozensus [Internet]: [www.destatis.de/DE/ZahlenFakten/GesamtwirtschaftUmwelt/Arbeitsmarkt/Erwerbstaetigkeit/TabellenArbeitskraefteerhebung/ET\\_ETQ.html](http://www.destatis.de/DE/ZahlenFakten/GesamtwirtschaftUmwelt/Arbeitsmarkt/Erwerbstaetigkeit/TabellenArbeitskraefteerhebung/ET_ETQ.html) (05.08.2018)
- [8] DAK-Gesundheit (Hrsg.) (2018). Gesundheitsreport 2018. Beiträge zur Gesundheitsökonomie und Versorgungsforschung (Band 16). Hamburg.
- [9] Robert Koch-Institut. (2014). Daten und Fakten: Ergebnisse der Studie Gesundheit in Deutschland aktuell 2012. Berlin: Robert Koch Institut.
- [10] Statistisches Bundesamt. (2018). Mikrozensus - Fragen zur Gesundheit - Kranke und Unfallverletzte 2017. Wiesbaden.
- [11] Deutscher Rentenversicherung Bund. (2017). Rentenversicherung in Zahlen 2017. Berlin: Deutscher Rentenversicherungsbund.
- [12] Schaeffer, D., Vogt, D., Berens, E., Hurrelmann, K. (2017): Gesundheitskompetenz der Bevölkerung in Deutschland. Ergebnisbericht 2016. Universität Bielefeld.
- [13] Robert Koch-Institut (2015). Gesundheit in Deutschland 2015. Berlin: Robert Koch-Institut.
- [14] Robert Koch-Institut. (2016). Krebs in Deutschland 2016. Berlin: Robert Koch-Institut.
- [15] Finger, J. D., Mensink, G.B.M., Lange, C., Manz, K. (2017): Gesundheitsfördernde körperliche Aktivität in der Freizeit bei Erwachsenen in Deutschland. Journal of Health Monitoring 2017 2(2). Berlin: Robert Koch-Institut.
- [16] Mensink, G.B.M., Schienkiewitz, A., Kuhnert, R., Lange C. (2017). Übergewicht und Adipositas bei Erwachsenen in Deutschland. Journal of Health Monitoring 2017 2(2). Berlin: Robert Koch-Institut.
- [17] Seitz, H., Bühringer, G. (2010): Empfehlungen des wissenschaftlichen Kuratoriums der DHS zu Grenzwerten für den Konsum alkoholischer Getränke. Hamm: Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen.
- [18] Lange, C., Manz, K., Kuntz, B. (2017): Alkoholkonsum bei Erwachsenen in Deutschland: Riskante Trinkmengen. Journal of Health Monitoring 2017 2(2). Berlin: Robert Koch-Institut.
- [19] Piontek, D., Atzendorf, J., Gomes de Matos, E. & Kraus, L. (2016). Kurzbericht Epidemiologischer Suchtsurvey 2015. Tabellenband: Tabakkonsum und Hinweise auf klinisch relevanten Tabakkonsum nach Geschlecht und Alter im Jahr 2015. [Internet]: [www.esa-survey.de/fileadmin/user\\_upload/Literatur/Berichte/ESA\\_2015\\_Tabak-Kurzbericht.pdf](http://www.esa-survey.de/fileadmin/user_upload/Literatur/Berichte/ESA_2015_Tabak-Kurzbericht.pdf) (05.08.2018)
- [20] Piontek, D., Gomes de Matos, E., Atzendorfer, J., Kraus, L. (2016). Kurzbericht Epidemiologischer Suchtsurvey 2015. Tabellenband: Prävalenz des Konsums illegaler Drogen, multipler Drogenerfahrung und drogenbezogener Störungen nach Geschlecht und Alter im Jahr 2015. [Internet]: [https://esa-survey.de/fileadmin/user\\_upload/Literatur/Berichte/ESA\\_2015\\_Illegale\\_Drogen-Kurzbericht.pdf](https://esa-survey.de/fileadmin/user_upload/Literatur/Berichte/ESA_2015_Illegale_Drogen-Kurzbericht.pdf) (05.08.2018)
- [21] Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen. 2013. Gemeinsam mehr erreichen. Frauen - Medikamente – Selbsthilfe. Hamm.
- [22] Glaeske, G., Schick Tanz, C. (2012). Barmer GEK Arzneimittelreport 2012. Schriftenreihe zur Gesundheitsanalyse Band 14. Siegburg: Barmer GEK.
- [23] Grandt, D., Lappe, V., Schubert, I. (2018). Barmer GEK Arzneimittelreport 2018. Schriftenreihe zur Gesundheitsanalyse Band 10. Siegburg: Barmer GEK.
- [24] Lampert, T., Schmidtke, C., Borgmann, L.-S., Poethko-Müller, C., Kuntz, B. (2018): Subjektive Gesundheit bei Erwachsenen in Deutschland. Journal of Health Monitoring 2018 3(2). Berlin: Robert Koch-Institut.
- [25] Thom, J., Kuhnert, R., Born, S., Hapke, U. (2017). 12-Monats-Prävalenz der selbstberichteten ärztlich diagnostizierten Depression in Deutschland. Journal of Health Monitoring 2017 2(3). Berlin: Robert Koch-Institut.
- [26] Busch, M., A., Maske, U., E., Ryl, L. et al. (2013). Prävalenz von depressiver Symptomatik und diagnostizierter Depression bei Erwachsenen in Deutschland: Ergebnisse der Studie zur Gesundheit Erwachsener in Deutschland (DEGS1). Bundesgesundheitsblatt. 56(5/6):733-739.
- [27] Gesundheitsberichterstattung des Bundes. Tabelle (gestaltbar): Sterbefälle, Sterbeziffern (ab 1998) [Internet]: [http://www.gbe-bund.de/oowa921install/servlet/oowa/aw92/dboowasys921.xwdevkit/xwd\\_init?gbe.isgbetol/xs\\_start\\_neu/&p\\_aid=3&p\\_aid=76415681&nummer=6&p\\_sprache=D&p\\_indsp=-&p\\_aid=24584040](http://www.gbe-bund.de/oowa921install/servlet/oowa/aw92/dboowasys921.xwdevkit/xwd_init?gbe.isgbetol/xs_start_neu/&p_aid=3&p_aid=76415681&nummer=6&p_sprache=D&p_indsp=-&p_aid=24584040) (05.08.2018)
- [28] Statistisches Bundesamt. Die 10 häufigsten Todesfälle durch Herz-Kreislauf-Erkrankungen. [Internet]: [www.destatis.de/DE/ZahlenFakten/GesellschaftStaat/Gesundheit/Todesursachen/Tabellen/HerzKreislaufErkrankungen.html](http://www.destatis.de/DE/ZahlenFakten/GesellschaftStaat/Gesundheit/Todesursachen/Tabellen/HerzKreislaufErkrankungen.html) (05.08.2018)
- [29] Statistisches Bundesamt. Die 10 häufigsten Herz-Kreislauf-Erkrankungen. [Internet]: [www.destatis.de/DE/ZahlenFakten/GesellschaftStaat/Gesundheit/Krankenhaeuser/Tabellen/HerzKreislaufErkrankungen.html](http://www.destatis.de/DE/ZahlenFakten/GesellschaftStaat/Gesundheit/Krankenhaeuser/Tabellen/HerzKreislaufErkrankungen.html) (05.08.2018)
- [30] Neuhauser, H., Kuhnert, R., Born, S. (2017). 12-Monats-Prävalenz von Bluthochdruck in Deutschland. Journal of Health Monitoring 2017 2(1). Berlin: Robert Koch-Institut.
- [31] Robert Koch-Institut, Gesellschaft der epidemiologischen Krebsregister in Deutschland e.V. (2017). Krebs in Deutschland für 2013/2014. Berlin 2017