



Von links: Jozsef Kepli, Vizebürgermeister von Heviz, Cyprien Hauser, Leiter Kontributionsbüro Budapest der Schweizer Botschaft, Eva Orsos, Präsidentin ungarischer Rentnerverband, Jean-François Paroz, Schweizer Botschafter in Ungarn, Karl Vögeli, Copräsident SSR, Prof. Janos Szolcanyi, Präsident Stiftung, Michel Pillonel, Copräsident SSR

## Erfolgreiche SSR-Delegation in Ungarn

Karl Vögeli, Copräsident SSR

Die Delegation des Schweizerischen Seniorenrates (SSR) kehrte mit vielen Eindrücken und Erfahrungen von ihrem ersten Ausland-Experiment zurück. Dass es sich gelohnt hat für beide Seiten, die schweizerischen und die ungarischen Senioren/-innen, schildert SSR-Copräsident Karl Vögeli.

Der erste Einsatz des SSR im Ausland konnte erfolgreich abgeschlossen werden.

Zufrieden kehrten die zwölf Delegierten des SSR, Mitte Mai vom gemeinsam mit ungarischen Rentnern organisierten Kongress im Heilbad Héviz in der Nähe des Plattensees zurück. Der Einsatz hatte sich gelohnt, die Vertreterinnen und Vertreter des SSR konnten den Ungarn unsere Struktur und unser System der Altersvorsorge erläutern, was von den 180 Teilnehmerinnen und Teilnehmern aus Ungarn mit grossem Interesse aufgenommen wurde.

Begonnen hatte das Abenteuer vor zwei Jahren, als die Direktion für Ent-

wicklung und Zusammenarbeit (DEZA) an den SSR gelangte mit der Bitte, zusammen mit einer ungarischen Rentnerorganisation einen Kongress in Ungarn durchzuführen. Die Initiative wurde von der Stiftung «Für Dich und mit Dir» der Universität Pecs (Fünfkirchen) ergriffen. Zusammen mit dem ungarischen Rentnerverband «Den Jahren Leben geben», welcher etwa 300 000 Rentnerinnen und Rentner vertritt, wurden die Vorarbeiten weitgehend in Ungarn gemacht, da die Durchführung aus Kostengründen nur in Ungarn in Frage kam. Da dem ungarischen Rentnerverband weitgehend die finanziellen Mittel fehlen - er ist

mit seiner Präsidentin Eva Orsos ziemlich weit entfernt von den Vorstellungen der jetzigen Regierung - wurde der Kongress von der Eidgenossenschaft im Rahmen der Zahlungen über die sogenannte Kohäsionsmilliarde für die neuen EU-Staaten im Osten Europas, bezahlt.

### Experten und Botschafter berichten

In langen Gesprächen und Sitzungen sowohl in der Schweiz wie auch in Budapest wurde die Thematik konkretisiert. Die Thematik umfasste die Vorstellung der Renten- und Pensionsysteme in beiden Ländern, die Erklärung unseres Gesundheitswesens und die Möglichkeiten der stationären und ambulanten Pflege. Unsere Experten auf diesen Gebieten berichteten umfassend und klar: Hans Rudolf Schuppisser erläuterte unser Drei-Säulensystem, Hansruedi Schönenberg stellte unser Krankenkassensystem vor, und Marianne de Mestral berichtete aus ihrer langjährigen Erfahrung über die

## Inhaltsverzeichnis

Erfolgreiche SSR-Delegation in Ungarn	1-3
Editorial	2
Die Politik hat die Senioren entdeckt	3
Das Alter hat viele Gesichter	4-5
Das Gesundheitswesen im Fokus	6
Das Schweizerische Gesundheitsobservatorium (Obsan)	7
Gibt es auch bei den Senioren eine Leistungsgesellschaft?	7
Herzkranzgefässleiden - hohes gesundheitliches Risiko für Frauen	8
Agenda	8
Impressum	8



Karl Vögeli  
Copräsident  
SSR

## Editorial

### Kein Rosinenpicken bei der Altersvorsorge

Manchmal ist die Politik schnell: noch bevor Bundesrat Alain Berset sein Reformpaket «Altersvorsorge 2020» vorgestellt hat, haben sich Politiker bürgerlicher Richtung ans in der Schweiz übliche Rosinenpicken gemacht. Es ist beabsichtigt, die Angleichung des Rentenalter der Frau auf 65 Jahre und die Einführung einer Schuldenbremse bei der AHV aus dem Paket heraus zu lösen und diese beiden Fragen zeitlich vor zu ziehen.

Die Reform der Altersvorsorge ist Vertrauenssache. Der Bundesrat will deshalb die nötigen Reformschritte unseres Drei-Säulen-Prinzips als Gesamtlösung vorstellen. Mit dem Vorpellen der bürgerlichen Bundesratsparteien würde aber die dringliche Reform der Zweiten Säule auf die lange Bank geschoben. Das kann nicht im Interesse der Seniorinnen und Senioren sein. Der SSR wehrt sich deshalb gegen das Herausbrechen einzelner Reformelemente - die Gesamtanierung der Altersvorsorge wäre beendet, bevor die Details bekannt sind.

Man darf sich fragen, in welchem Interesse diese Entwicklung wäre. Sicher nicht in jenem der Rentner. Der SSR wird deshalb kämpfen für das Gesamtpaket und für die Rentnerinnen und Rentner der Zukunft. Es geht nämlich nicht um unsere Generation, sondern um die nächste. Und da wären dann die vorschnellen Politiker auch dabei!

Pflegemöglichkeiten, vor allem die Spitex. Der schweizerische Botschafter in Ungarn, Jean-François Paroz, kam speziell aus Budapest angereist und erklärte den begeisterten Ungarn den Sinn der Zusammenarbeit und das Engagement der Schweiz. Und es gibt langjährige Bande: Seit 1956 leben 14 000 Ungarinnen und Ungarn in der Schweiz, haben sich integriert, sind meist Doppelbürger und pendeln seit der Öffnung 1989 zwischen den beiden Ländern.

Beeindruckt hat vor allem der Ernst und das Engagement der ungarischen Teilnehmer, die aufmerksam zuhörten und reagierten - natürlich übersetzt durch Dolmetscher. Wir stellten überraschend einige Parallelen fest. So ist die erste Säule in Ungarn und in der Schweiz im Umlagesystem grundsätzlich gleich strukturiert - es braucht auch in beiden Ländern ergänzende Beihilfen. Die Erste Säule beider Staaten leidet unter der zunehmenden Alterung der Gesellschaft und der Wirtschaftskrise. Dank der Migration wächst die Bevölkerung in der Schweiz noch. Sie liegt bei 8 Millionen Einwohnern. In Ungarn sinkt hingegen die Bevölkerung ab und ist nun un-

ter 10 Millionen Personen. Der Druck aufs Rentensystem wird dadurch noch grösser.

### Zusammenarbeit angestrebt

Die Gewichtung der Zweiten Säule ist unterschiedlich. Bei uns ist sie viel wichtiger als in Ungarn, wo sie eigentlich nur auf dem Papier besteht. Im Bereich Gesundheitswesen sind die Unterschiede sehr gross. Die beiden Systeme können kaum verglichen werden, da auch die finanziellen Möglichkeiten der Versicherten gewaltig differieren. Führend sind die Ungarn im Bereich Heilbäder und Thalassotherapie. Über 200 Heilbäder sind in Betrieb, teilweise nach modernsten medizinischen Grundsätzen. Hier sind durchaus Ansätze zu einer Zusammenarbeit gegeben - der Bürgermeister von Héviz will denn auch versuchen, direkte Verbindungen Schweiz - Héviz zustande zu bringen! Im Bereich Pflege wiederum wurde uns anhand des Beispiels der Stadt Pecs dargelegt, dass es auch einfacher und mindestens so effizient wie bei uns gehen kann: bei der Zentrale können alle pflege- und haushaltsbedingten Hilfen angefordert werden, und zwar je nach Bedarf für 30 Minuten bis 4 Stunden.

Schweizer Delegation mit Vertreterin der ungarischen Senioren rechts aussen erste Reihe





Diese Pflege ist kostenlos und wird über die Krankenkasse bezahlt.

Auch für uns Schweizer gilt:

Im Seniorenbereich ist nichts für immer gesichert, auch wenn es im Gesetz steht. Die Senioren haben eine zu kleine Lobby, und wenn es ums Sparen geht, werden die Senioren als erste anvisiert. Die Erkenntnis ist nicht neu, wurde aber bestätigt: wir Seniorinnen und Senioren müssen kämpfen - nicht nur für uns, sondern für die nächste Generation, jene unserer Kinder.

## Interview mit der Organisatorin, Erika Sipos



**Karl Vögeli:** *Sie sind verantwortliche Geschäftsführerin der Stiftung «Für Dich und mit Dir» (Erteed és Veled Alapítvány). Wie sind Sie auf die Idee gekommen diesen Kongress durchzuführen?*

Erika Sipos: Durch Zufall habe ich vor über 20 Jahren ein schweizerisches Ehepaar aus dem Baselbiet kennengelernt. Ich war einige Male in der Schweiz. Inzwischen ist das Ehepaar jedoch gestorben. Als dann 2010 die Ausschreibung für Projekte über den Köhäsionsfonds erfolgte, habe ich mich gemeldet. So habe ich mich an die Arbeit gemacht und Kontakte geknüpft. Ich hatte grossen Respekt vor dem Start, denn die schweizerischen

Regelungen waren mir fremd. Meine Bedenken waren gross: was und wen treffen wir an, wie können wir zusammenarbeiten.

**Vögeli:** *Sind Ihre Erwartungen erfüllt worden?*

Sipos: Mehr als das. Wir sind beeindruckt von der umfassenden Darstellung der schweizerischen Lösungen für die Seniorinnen und Senioren. Und wir haben uns auch beim einzigen Streitpunkt gefunden: der Besichtigung der Heilbäder. Ihr Schweizer habt dies am Anfang als Tourismus betrachtet - jetzt wissen Sie, dass unsere Heilbäder aus medizinischer Sicht vorbildlich sind.

**Vögeli:** *Haben Sie Ähnlichkeiten in den Rentensystemen der beiden Länder gefunden?*

Sipos: Die Trends sind ähnlich, die Voraussetzungen völlig unterschiedlich. Wir meinten beim Thema Rentenversicherung, die ungarische Lösung sei die schwierigste. Jetzt wissen wir, dass das schweizerische System noch viel komplexer ist.

**Vögeli:** *Der Kongress ist vorbei. Geht das Projekt weiter?*

Sipos: das bewilligte Projekt ist beendet. Es wäre aber schade, wenn die

Kontakte aufhören würden. Wir werden die Möglichkeiten prüfen, das begonnene Gespräch in der Schweiz fortzusetzen.

## Kurzportraits der Initianten

Prof. Dr. Janos Szolcanyi ist Pharmakologe, Professor an der Universität Pecs, Mitglied der ungarischen Akademie der Wissenschaften. Er ist Präsident der Stiftung «Für Dich und mit Dir».

Erika Sipos ist Managerin der Stiftung. Sie arbeitet als Lehrerin, Kulturmanagerin und Schriftstellerin. Sie lehrt zum Gebiet Gesundheitserziehung und die Medien in Pecs. Daneben arbeitet sie als Reporterin für das Fernsehen von Pecs.

Eva Orsos ist Vorsitzende des Landesverbandes «Den Jahren Leben geben» seit 2004. Seit 1988 hat sie sich in verschiedenen Funktionen für die Verbesserung der Senioren in Ungarn eingesetzt. Sie gilt als Fachfrau für Altersfragen.

## Die Politik hat die Senioren entdeckt

Michel Studer, Delegierter SSR

Mehrere politische Parteien haben in letzter Zeit eine Gruppe «60plus» auf die Beine gestellt, was aus der Sicht der Senioren zu begrüßen ist. Dort können die älteren Semester Gleichgesinnte treffen und, mit ihnen zusammen, für ihre Rechte und Interessen kämpfen. Selbstbestimmung, Rechtsgleichheit, Achtung vor dem Alter, Zukunft der Sozialleistungen. In wenigen Worten: 60plus soll sich für ein Alter in Würde einsetzen. Die Absichten solcher Initiativen sind klar: neue Mitglieder gewinnen, schlafende Parteiangehörige wecken und für neue Aktionen motivieren.

Solche Initiativen verdienen Zustimmung und Erfolg, unabhängig davon,

auf welcher Seite man sich befindet. Etliche Parteien haben bereits eine Gruppe der «Jungen ....». Es geht nicht darum, ihnen Konkurrenz zu machen. Im Gegenteil, Junge und Alte sollen sich ergänzen, den Dialog und den Informationsaustausch pflegen. Dass ein solcher Gedankenaustausch konstruktiv ist, werden beide Seiten, Alt und Jung, bald feststellen. Zudem wird auch die Partei als gemeinsamer Nenner davon profitieren, das heisst die intergenerationelle Arbeit wird auch in der Politik Früchte tragen.

Wir wünschen den Wachgewordenen und den neu dazu Gestossenen viel Erfolg. Sie werden die Politik lebendiger, bunter gestalten.

# Das Alter hat viele Gesichter

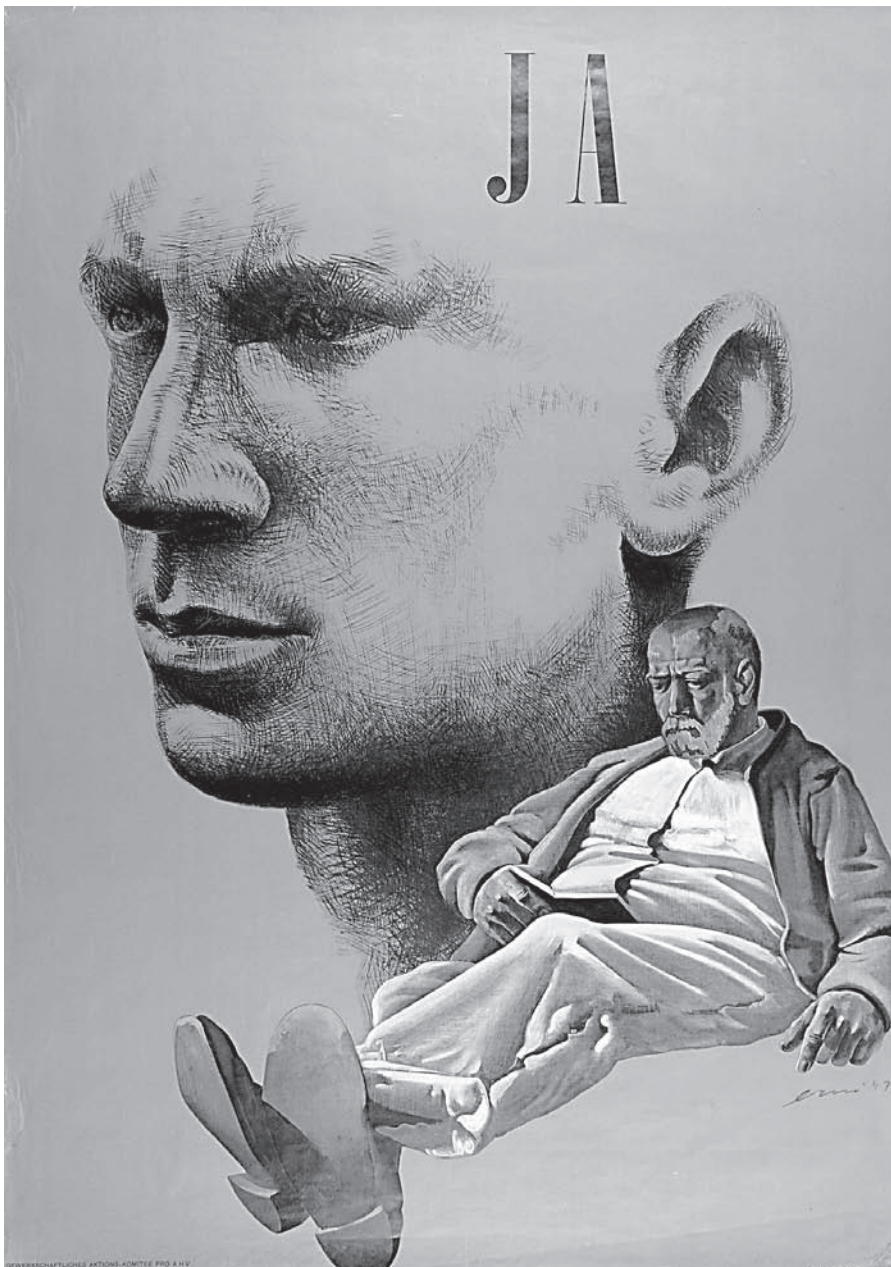
Margareta Annen-Ruf, SSR-Delegierte

Im Neuen Museum Biel ist eine Ausstellung unter dem Titel «Forever young?» (Für immer jung) den verschiedenen Aspekten des Alters, dem Altwerden und dem Altsein gestern und heute, gewidmet

Anhand von Kunstwerken (Gemälden, Photographien, Ton)Dokumenten, Objekten und Videos aus historischer und heutiger Zeit, werden der Wandel des Alters, des Altwerdens und Altseins von der Vergangenheit bis in die Gegenwart sichtbar gemacht.

Beim Gang durch die Räumlichkeiten erfährt der Besucher und die Besucherin nicht nur Bekanntes und weniger Bekanntes, sondern stösst immer wieder auf Kontraste und die grossen Veränderungen des Alters. Vor allem bezüglich der Lebenserwartung und dem Wandel des Altersbilde besonders in der zweiten Hälfte des letzten Jahrhunderts. Dies dank den ständig verbesserten Lebensbedingungen und den Fortschritten in Medizin und Wissenschaft. Die vielen Gemälde und Fotografien mit Portraits von ganz verschiedenen Menschen, deren Lebensgeschichte auf ihren Gesichtern Spuren hinterlassen haben, zeigen zudem, dass es das Alter nicht gibt, sondern dass es viele Gesichter hat.

«Ja» Abstimmungsplakat für die AHV-Abstimmung 1947 (Hans Erni)



„Moderne Menschen haben nicht gelernt, das Alter zu lieben, sondern sie haben erfolgreich gelernt, bis ins höhere Alter jung zu bleiben“

François Höpflinger

Dass der Traum von der «ewigen Jugend und Schönheit» uralt ist, daran erinnern etwa Lukas Cranachs Bild «Der Jungbrunnen» und «The picture of Dorian Gray» (Das Bild von Dorian Gray) von Oscar Wilde.

## Anstieg der Lebenserwartung

Anhand von Fakten und Daten ist unter anderem etwa zu erfahren dass:

- Um 1860 (Beginn der modernen Volkszählungen) rund 5% der Schweizer Bevölkerung über 65 Jahre alt war, während es heute rund 17% sind.
- Im gleichen Zeitraum ist der Anteil der über 80-Jährigen von 0,4% auf 4,8% gestiegen und die Zahl der Hundertjährigen und Älteren von 7 Frauen und 3 Männern (1860) auf 1114 Frauen und 218 Männer im Jahr 2010.
- Das Sterben und der Tod sich heute vor allem auf das Alter konzentriert, während früher alle Bevölkerungskreise davon betroffen waren, wobei besonders (Klein)Kinder und Mütter gefährdet waren.

Verschiedene Graphiken zeigen zudem, wie in den letzten Jahrzehnten als Folge der höheren Lebenserwartung einerseits und den gleichzeitig sinkenden Geburtenraten andererseits, der Anteil der älteren Menschen stark gestiegen ist und mit dem Eintritt der geburtenstarken Jahrgänge in das Rentenalter weiter steigen wird.

## Wandel des Altersbildes

Besonders augenfällig ist jedoch, wie sich mit steigender Lebenserwartung auch das Bild des Alters gewandelt hat, sodass wir es zu recht heute in ein drittes, weitgehend autonomes, selbstbestimmtes Lebensalter und in ein viertes «fragiles Lebensalter», in der die Menschen vermehrt auf Unterstützung und Hilfe durch Dritte angewiesen sind, unterteilen. Un-



terschiede verdeutlichen vor allem Gemälde wie etwa das Portrait einer alten Frau von Albert Anker und Fotos von Siebzugjährigen anfangs des 20. Jahrhunderts sowie Fotos von heute Siebzugjährigen, die selbstbestimmt und aktiv ihr Leben gestalten,

Ein Kontrast besteht auch zwischen den «Zehn Gesundheitsregeln für die höheren Semester» aus einem medizinischen Ratgeber des frühen 20. Jahrhunderts (Dr. Hoppeler's Hausarzt, Luzern / Meiringen / Leipzig 1923). Während es dabei nicht nur um eine dem Alter angepasste Lebensweise geht, sondern auch darum zum eigenen Alter zu stehen, wird in einer Vitrine - sehr anschaulich - der moderne, ständig wachsende, kaum mehr überschaubare Markt an Anti-Aging Produkten präsentiert, die ewige Jugend versprechen. Ergänzt wird die Präsentation mit Fotos berühmter Stars aus Film, Rock und Pop, denn alle wollen alt werden, aber niemand darf alt sein.

#### Von der Altersarmut zur sozialen Sicherheit

Die Ausstellung macht auch bewusst, dass noch bis in die jüngere Geschichte die Altersarmut in unserem Land weit verbreitet war, bis sie mit der steigenden Lebenserwartung zum Politikum wurde. Abgesehen etwa von der 1918 gegründeten Stiftung für das Alter (heute Pro Senectute), die mit Spendensammlungen bedürftige Alte



Blick in die Ausstellung (Foto: Patrick Weyeneth)

unterstützte und das Leben alter Menschen in den Altersasylen verbesserte, trug vor allem die Einführung der AHV (1947) und ihr schrittweiser Ausbau sowie nach 1973 die Einführung der obligatorischen beruflichen Vorsorge, entscheidend zur sozialen Sicherheit im Alter bei.

Sie illustriert im Weiteren wie sich die Wohnsituation verändert hat vom Armen- und Altersasyl über das Altersheim bis zur Altersresidenz am Beispiel eines Video - Porträts der Residenz Au Lac, Biel. Aber auch den Wandel von den «zänkischen Alten» zu den Märchen erzählenden, sich liebevoll um die Enkel kümmernden Grosseltern im 19. Jahrhundert, die zudem heute oft die wichtigsten Bezugspersonen sind in einem zusehends instabileren familiären Umfeld.

#### Das Spiel des Alters

Im Kuppelsaal im ersten Obergeschoss finden die Besucherinnen und Besucher neben einem breiten Spektrum an Informationen von verschiedenen Alters-Institutionen und -einrichtungen in der Mitte des Saales das Spiel des Alters, das an das Eile mit Weile erinnert. Es lädt Gross und Klein ein, sich durch den Lebensparcours zu würfeln und zu versuchen, erfolgreich 100 Jahre alt zu werden.

Die Ausstellung, ergänzt mit Denkanstössen von Schriftstellern, Philosophen, Altersforschern, ist für alle Alter sehenswert, denn alle werden alt so wie alle einmal jung waren. Sie regt zum Nachdenken an über das eigene Alter, die Rolle des Alters in der Gesellschaft, seine Zukunft (soziale Sicherheit, Entwicklung Langlebigkeit?) und macht auf Widersprüchliches aufmerksam etwa in Bezug auf die wachsende Beschleunigung und den Leistungsdruck einerseits und den steigenden Anteil älterer Menschen anderseits.



Grossvater mit schlafender Enkelin (Albert Anker 1879)

Das Museum ist von Dienstag bis Sonntag, 11.00-17.00 Uhr geöffnet. Die Ausstellung dauert noch bis 7. Juli 2013. Die Texte sind in Französisch und Deutsch. Jeden Freitag ist der Eintritt für Senioren/-innen ab 70 gratis und im «Café «NMB» profitieren sie von einer Preisreduktion von 1 Franken auf allen Getränken. Mehr Informationen unter: [www.nmbienne.ch](http://www.nmbienne.ch)

# Das Gesundheitswesen im Fokus

Margareta Annen-Ruf, Delegierte SSR

Das 2001 gegründete Schweizerische Gesundheitsobservatorium (Obsan) wurde 1998 vom Eidgenössischen Departement des Innern und der Gesundheitsdirektorinnen und -direktoren Konferenz angeregt. Paul Camenzind, stellvertretender Leiter der Institution, gibt uns einen Einblick in seine Tätigkeit.

*Margareta Annen: Das Obsan beobachtet und analysiert Gesundheitsfragen und -probleme auf schweizerischer, regionaler und kantonaler Ebene und unterstützt damit Bund, Kantone, Institutionen bei der Planung und Entscheidungsfindung im Gesundheitswesen. Wie hat sich das Obsan seit seiner Gründung entwickelt in Bezug auf das Aufgabenspektrum? Was für Themen stehen heute besonders im Fokus?*

Paul Camenzind: Der Name «Gesundheitsobservatorium» weist bereits auf unsere Grundaufgabe hin, die sich seit 2001 nicht geändert hat: Die Gesundheit der Bevölkerung und das Gesundheitsversorgungssystem zu beobachten und in geeigneter Form darüber zu berichten. Letzteres nennen wir denn auch «Gesundheitsberichterstattung», welche bei uns Gesundheitsindikatoren im Internet sowie verschiedene Publikationen bzw. nationale oder kantonale Gesundheitsberichte umfasst. Konkret würde ich das «Gesundheitspersonal» als jenen Themenbereich nennen, der in den letzten Jahren am stärksten in den Brennpunkt gerückt ist.

*M.A.: Zu den Auftraggebern des Obsan gehören ausser Bund und Kantonen auch im Gesundheitswesen tätige Institutionen. Können Sie einige nennen?*

P.C.: Als eher kleine Institution sind wir mit unseren beiden Trägern Bund und Kantone seit Jahren mit Aufträgen sehr gut ausgelastet: mehr als 90% aller unserer Auftragsarbeiten erbringen wir für diese beiden Partner. Daneben wirklich von Bedeutung als Auftraggeber ist die Stiftung Gesundheitsförderung Schweiz, für die wir regelmässig grössere Projektarbeiten ausführen.

*M.A.: Das Obsan führt keine eigenen Erhebungen durch, sondern nutzt vorhandene Daten für seine Tätigkeit. Stützt sich es sich dabei vor allem auf das Bundesamt für Statistik (BFS) oder gibt es noch andere Quellen?*

P.C.: Das BFS ist unser wichtigster Partner im Bereich Datenproduktion. Wir profitieren durch unsere Angliederung an das BFS gleichzeitig sehr vom Fachwissen seiner Spezialistinnen und Spezialisten. Allerdings soll das Obsan gemäss seinem Auftrag explizit nicht nur mit Daten und Statistiken des Bundes arbeiten. Vielmehr sollen möglichst alle qualitativ guten Datenquellen in der Schweiz, die für den Gesundheitsbereich relevant sind, für die Arbeit benutzt werden. Als Beispiel genannt seien etwa die Abrechnungsdaten der Krankenpflege-Grundversicherungen.

*M.A. Was geschieht mit den vom Obsan erarbeiteten Resultaten zuhanden der Auftraggeber etwa bezüglich Entwicklung der Langzeitpflege im Alter in der Schweiz, zum Wandel der Gesundheitsberufe, zum Ärztemangel, der Spitalentwicklung, um nur einige Themen zu nennen. Beobachtet es deren Umsetzung bzw. führt es eine Art Monitoring durch?*

P.C.: Wenn ein Auftrag abgeschlossen ist, fragen wir standardmässig nach, ob die Erwartungen des «Kunden» erfüllt wurden, und ob die Arbeit für den vorgesehenen Zweck verwendet werden konnte. Eine solche Befragung findet zu einem relativ frühen Zeitpunkt statt und manchmal ist noch nicht bekannt, welche weiteren Wirkungen unsere Analysen haben. Mehr dazu erfahren wir im Rahmen unserer laufenden Kontakte mit unsern Part-



Paul Camenzind

nern oder bei unserm jährlichen Kundenworkshop. Das Obsan wird zudem alle fünf Jahre einer externen Evaluation unterzogen und dort ist die Frage nach dem «Impact» unserer Arbeiten jeweils ein ganz zentrales Thema.

*M.A.: Bei den im Zusammenhang mit der Demographie durchgeführten Studien und den daraus abgeleiteten Prognosen u.a. etwa zum Bedarf an Pflegefachkräften bis 2020 oder zur Ärzteschaft, werden die Zahlen einfach hochgerechnet und in die Zukunft transferiert. Demgegenüber steht die Tatsache, dass sich seit 1900 die durchschnittliche Lebenserwartung von Frauen und Männern fast verdoppelt und sich gleichzeitig auch das Altersbild gewandelt hat (soziokulturelle Verjüngung). Ob diese Entwicklung abgeschlossen ist, ist offen. Daher stellt sich die Frage wie zuverlässig solche Prognosen sind?*

P.C.: Prognosen sind in der Tat ein «schwieriges» Geschäft und die gefundenen Ergebnisse nur so gut wie die zu Grunde gelegten Annahmen. Einer der wichtigsten Punkte beim Prognostizieren ist deshalb das transparente Darstellen dieser Annahmen. Ich hoffe, dass es uns bei den von Ihnen angesprochenen Arbeiten zu den Pflegekräften oder zur Ärzteschaft gelungen ist. In diesen Studien sind Annahmen zur Entwicklung der Lebenserwartung, aber auch zur Pflegebedürftigkeit der Bevölkerung im Alter eingebaut und explizit aufgeführt.



# Das Schweizerische Gesundheitsobservatorium (Obsan)

Margareta Annen-Ruf, Delegierte SSR

Der Leistungsauftrag des Obsan wird durch Bund und Kantone im Rahmen des Dialogs «Nationale Gesundheitspolitik» definiert. Das direkte Führungsorgan besteht aus je einem Mitglied der Gesundheitsdirektoren Konferenz (GDK), des Bundesamtes für Gesundheit (BAG) und des Bundesamtes für Statistik (BFS). Eine Begleitgruppe unterstützt es fachlich und beratend.

Die Arbeit ist in sechs Kompetenzbereiche gegliedert: «Kosten, Finanzierung, Wettbewerb», «Demografie und Inanspruchnahme», «Gesundheitsberufe und Versorgung», «Psychische Gesundheit, Krankheit und Behinderung «Gesundheitsförderung und Prävention» sowie «Gesundheitsberichte und Monitoring».

Zu den Aufgaben gehören neben dem Sammeln und Analysieren von Daten u.a. auch:

- Die benutzerfreundliche Darstellung wissenschaftlich zuverlässiger und relevanter Gesundheitsdaten und Gesundheitsinformationen
- Das Verknüpfen, Analysieren und Präsentieren von Gesundheitsdaten, um die gesundheitspolitische Planung und Entscheidungen zu unterstützen
- Die Evaluation von Massnahmen, Gesundheitsdiensten und Versorgungsstrukturen und das Aufzeigen von Gesundheitsproblemen bei der Bevölkerung sowie
- Zuhanden des Bundes und der Kantone bei Lücken und Mängeln vorhandener Gesundheitsdaten, Verbesserungen und Neuerungen der Datenerhebungen und -register vorzuschlagen.

## Breites Themenspektrum

Ein Blick in den Jahresbericht 2012 zeigt das breite und vielschichtige Spektrum an Gesundheitsfragen und -problemen die das Obsan bearbeitet. Dazu gehören Studien/Evaluationen/Berichte unter anderem etwa über:

- Die Auswirkungen von Generika auf den Medikamentenmarkt

- Die Verlagerung von stationären Leistungen in den ambulanten Bereich
- Die Langzeitpflege im Alter in der Schweiz - Entwicklung 2006-2011 und interkantonaler Vergleich
- Die regionalen Kostenunterschiede im Gesundheitswesen in der Schweiz
- Die Entwicklung der Schweizer Spitallandschaft 2000-2010
- Die Grenzüberschreitende Zusammenarbeit Deutschland - Schweiz im Gesundheitswesen. Eine Evaluation des Pilotprojektes in der Grenzregion Basel-Stadt/Basel-Landschaft/Land Kreis Lörrach. Phase II.

18 Mitarbeitende teilten sich (2012) in 14 Vollzeitstellen. Die Grundfinanzierung (10 Mitarbeitende, davon ein Lernender) erfolgte über das Budget des BFS. Weitere Stellenprozent (600 verteilt auf 8 Personen) wurden über Drittmittel generiert.

Eine elektronische Newsmail, kann kostenlos abonniert werden. Zudem sind unter «Das Obsan» Dokumente zu den verschiedensten Themen zu finden. Die Internetadresse: [www.obsan.ch](http://www.obsan.ch)

## Gibt es auch bei den Senioren eine Leistungsgesellschaft?

Michel Studer, Delegierter SSR

**Spezialisten sagen zu Recht, dass unsere Leistungsgesellschaft mehr Depressive «produziere» als frühere Gesellschaften. An dieser Stelle sei deshalb der seit Jahren bestehende Gruss der Pensionierten erwähnt: Hand als Zeichen der Überforderung erheben, verbunden mit dem Hinweis «Keine Zeit».**

Die Pensionierung sollte nicht als Fortsetzung von Stress verstanden werden, sondern mit der Aussicht auf Entspannung, Erholung, Ruhe und Genuss verbunden sein. Etliche Kontakte mit Bekannten, die ich als sehr aktive und leistungsstarke Menschen kannte, sagen mir, dass man früh genug daran

denken sollte, den Fuss vom Gaspedal zu nehmen. Ich kann mich an einen mir nahe stehenden Menschen erinnern, der nicht «NEIN» sagen konnte. Es ging u.a. um das Hüten der Gross- bzw. Kleinkinder, jeweils am Freitag. Weil die Eltern berufstätig waren und die Tagesmutter freitags nicht verfügbar war, sprang der Kollege ein. Alles war vorhanden: grosser Garten, grosses Haus, Sandkasten. Ideal um Grossvater zu sein, sagte er sich, wir nennen ihn Emil. Dabei hatte er die Belastung die diese Aufgabe mit sich bringt unterschätzt. Aus den drei Blondschöpfen wurden vier und dann fünf, was den Grossvater nicht nur psychisch und physisch (über)forderte, sondern auch eine zu grosse Verantwortung für sein Alter darstellte. Ich erlebte denn auch, wie seine Kraft und seine Begeisterung mit den Monaten und Jahren abgenommen haben.

Der gute alte Stress, dachte ich, verfolgt uns über das Erwerbsleben hinaus, und erwischt uns ohne dass wir es merken. Mit der wohlgemeinten Bereitschaft, bauen wir eine Falle die zum Verhängnis werden kann. Grosseltern sind nun keine Mädchen für alles. Sie verdienen ein ruhiges und stressloses Leben für die Dauer ihrer dritten und vierten Lebensphase.

Extremsituationen sind im Alter, vor allem was die Zeit anbelangt, zu vermeiden, damit es nicht zu einem Burnout kommt, der niemandem hilft, am Wenigsten denen, denen wir bereitwillig helfen wollten, den Jungen. Dabei geht es nicht um das gelegentliche Leisten eines Dienstes, das zur Seite stehen in Notsituationen oder um eine freundliche Geste, sondern um das Übernehmen von regelmäßigen Aufgaben für eine schlecht organisierte Familie. Das geht zu weit. Kinder sind ausgezeichnete Beobachter und stellen fest, wie Grosseltern überfordert und frustriert sind, weil sie zu viel leisten müssen um die Eltern zu entlasten. Die Familie, Eltern, Grosseltern und Ur-Grosseltern, sollten als Gemeinschaft das Gespräch und ein respektvolles Miteinander pflegen, was in der Hektik des Alltags jedoch kaum möglich ist.

# Herzkranzgefässleiden - hohes gesundheitliches Risiko für Frauen

Übersetzung aus dem Giornale del Popolo vom 23. April 2013. Artikel von Frau Dr. med. Monia Bondio, Fondazione Cardiocentro, Lugano.

Vor einigen Wochen hat das Bundesamt für Statistik (BFS) in Bern, die Ergebnisse über die Ursachen der Todesfälle in der Schweiz für das Jahr 2010, veröffentlicht.

Aus diesen Angaben geht hervor, dass die häufigsten Todesfälle bei Frauen in der Schweiz, sowie in der übrigen westlichen Welt, durch Herzkranzgefässleiden verursacht werden.

Während 37% der Todesfälle bei Frauen diesem Leiden zuzuschreiben sind, sind es 33% bei den Männern.

Ich erwähne in diesem Zusammenhang, dass im Vergleich zu den durch Herzkranzgefässleiden verursachten Todesfällen, der Prozentsatz der durch Brustkrebs verursachten Todesfälle mit etwa 4% bedeutend niedriger ist, was die Bedeutung, den Herzkranzgefässleiden mehr Beachtung zu schenken, unterstreicht. Was ist aber ein Herzkranzgefässleiden? Es handelt sich hier um verschiedene Pathologien die die Herzkranzgefässe, Hirngefässe (in diesem Fall erleidet man einen Ictus oder eine Ischemie), die grossen Blutgefässe bzw. die Hauptschlagader, Aneurismen der Brust- und Abdomenaorta, peripherische Gefässe, betreffen.

Die Herzkranzgefässleiden treten bei den Frauen etwa 10 Jahre später auf als bei den Männern, da die Frauen vor der Menopause durch die Produktion von Oestrogen geschützt sind. Nach Eintreten der Menopause ist es jedoch ratsam, die eigenen Risikofaktoren gut unter Kontrolle zu haben, um das Risiko von Herzkranzgefässleiden zu reduzieren. Dazu gehört ein angemessener Lebensstil. Vor allem jedoch ist ein Besuch beim Hausarzt ratsam, damit er das Blut untersuchen (Kontrolle des Cholesterolgehaltes und der Glycemie) kann. Sollten Ihre Blutwerte (Lipiden, Glyciden) über den Normwerten liegen, wird Ihr Arzt den Blutdruck messen und eine passende Therapie verordnen. Was den Lebensstil anbelangt, sind eine gesunde Ernährung und regelmässige Bewegung wichtig (Pro Woche 150 Minuten mässige Bewegung wie etwa schnelleres Gehen). Zudem sollten Raucherinnen unbedingt mit dem Rauchen aufhören. Wie die Forschungsergebnisse verschiedener Studien belegen, ist das Rauchen für Frauen ein grösseres gesundheitliches Risiko als für Männern bzw. bei 10-15 Zigaretten täglich ist das Risiko für einen Herzinfarkt bei Frauen 3 mal grösser als bei Männern. Vorbeugen ist besser als Heilen!

## Wer ist der SSR?

Der Schweizerische Seniorenrat (SSR) ist das beratende Organ des Bundesrates und der Behörden in Altersfragen. Er vertritt die wirtschaftlichen, sozialen und gesellschaftlichen Anliegen der älteren Menschen. Die 34 Mitglieder erarbeiten in verschiedenen Arbeitsgruppen die anfallenden Fragen und geben Stellungnahmen ab zuhanden der Behörden und der Politik. Der SSR wird von den zwei Dachorganisationen getragen:

- Vereinigung aktiver Senioren- und Selbsthilfeorganisationen Schweiz (VASOS)
- Schweizerischer Verband für Seniorenfragen (SVS)

Die beiden Trägerorganisationen vertreten zusammen rund 200 000 organisierte Senioren.

## Agenda

Sitzung der Fraktion SVS im SSR  
Donnerstag, 29. August 2013,  
10.45 Uhr, Bern

Sitzung der Fraktion VASOS im SSR  
Donnerstag, 29. August 2013,  
10.45 Uhr, Bern

SSR Delegiertenversammlung  
Freitag, 6. September 2013,  
10.45 Uhr, Ittigen / Bern

Voranzeige:  
SSR-Herbstkongress  
«Zukunft der Sozialpolitik»  
Dienstag, 12. November 2013, Biel

**SSR** Schweizerischer Seniorenrat  
**CSA** Conseil suisse des aînés  
Consiglio svizzero degli anziani

## Impressum

### HERAUSGEBER

Copräsidium (SSR)  
Michel Pillonel  
Karl Vögeli  
Tel 031 924 11 00  
[info@ssr-csa.ch](mailto:info@ssr-csa.ch)

Redaktion deutsch:  
Margareta Annen-Ruf  
Tel 033 251 36 13  
[margareta.annen-ruf@bluewin.ch](mailto:margareta.annen-ruf@bluewin.ch)

Redaktion französisch:  
Michel Studer  
026 422 26 22  
[michel-studer@bluewin.ch](mailto:michel-studer@bluewin.ch)

Redaktion italienisch:  
Rosemarie Porta  
091 971 90 66  
[rosmarieporta@bluewin.ch](mailto:rosmarieporta@bluewin.ch)

Layout und Produktion:  
Lithouse, 3013 Bern  
[mail@lithouse.ch](mailto:mail@lithouse.ch)

Schweizerischer Seniorenrat SSR  
Sekretariat Worblentalstrasse 32  
3063 Ittigen / Bern  
Tel. 031 924 11 00