

## Seelische Belastungen

### Einleitung

Psychische Gesundheit ist zusammen mit körperlicher Gesundheit entscheidend für die individuelle Lebensqualität und Leistungsfähigkeit. Sie kann als vielschichtiger Prozess verstanden werden, der aus einer gelungenen Balance von Schutz- und Risikofaktoren besteht. Zu den Schutzfaktoren zählt unter anderen die soziale Unterstützung, als Risikofaktor kann sich z. B. Stress negativ auf das emotionale Befinden auswirken. Die Verbesserung der psychischen Gesundheit der Bevölkerung soll durch nationale und europäische Maßnahmen, wie das nationale Gesundheitsziel »Depressive Erkrankungen: verhindern, früh erkennen, nachhaltig behandeln« (Bermejo et al. 2009), das »Aktionsbündnis Seelische Gesundheit« und den »Europäischen Pakt für psychische Gesundheit und Wohlbefinden« voran gebracht werden. Das psychische Wohlergehen wird in bevölkerungsbezogenen Studien häufig durch Instrumente zur Messung gesundheitsbezogener Lebensqualität erhoben. Gemessen wird dabei z. B. das Maß psychischer Belastung in einem bestimmten Zeitraum.

### Indikator

In GEDA 2012 wurde ein Instrument zur Messung gesundheitsbezogener Lebensqualität eingesetzt, das sich seit vielen Jahren in telefonischen Gesundheitsbefragungen bewährt hat (Moriarty et al. 2003). In diesem Instrument wird nach der Einschätzung des allgemeinen Gesundheitszustands gefragt, nach der Anzahl der Tage, an denen die körperliche oder seelische Gesundheit nicht gut war, sowie nach der Anzahl der Tage, an denen die befragte Person in der Ausübung alltäglicher Tätigkeiten innerhalb der zurückliegenden vier Wochen beeinträchtigt war. Für den Indikator seelische Belastungen werden diejenigen Befragten als belastet angesehen, die mindestens 14 Tage innerhalb der letzten vier Wochen wegen ihres seelischen Befindens beeinträchtigt waren.

### Kernaussagen

- ▶ 13 % der Frauen und 8 % der Männer sind nach eigenen Angaben seelisch belastet. Der Unterschied zwischen den Geschlechtern ist signifikant und zeigt sich in allen betrachteten Altersgruppen. Der größte Geschlechtsunterschied findet sich im jungen Erwachsenenalter zwischen 18 und 29 Jahren: In dieser Altersgruppe fühlen sich mehr als doppelt so viele Frauen wie Männer (15 % versus 6 %) durch seelische Belastungen beeinträchtigt.
- ▶ Bei Frauen sind die höchsten Prävalenzen seelischer Belastungen im Alter zwischen 18 und 29 Jahren sowie zwischen 45 und 64 Jahren festzustellen (jeweils 15 %). Bei den Männern liegt die Prävalenz seelischer Belastungen in der Altersgruppe der 45- bis 64-Jährigen am höchsten (10 %).
- ▶ Frauen und Männer aus den unteren Bildungsgruppen geben häufiger seelische Belastungen an als Befragte aus den oberen Bildungsgruppen. Die Unterschiede zwischen den Bildungsgruppen sind bei Männern im Alter zwischen 45 und 64 Jahren und bei Frauen im Alter zwischen 30 und 64 Jahren statistisch signifikant.
- ▶ Frauen in der Region Ost (Nord) sind im Vergleich zu Frauen in Baden-Württemberg zu einem höheren Anteil seelisch belastet. Bei Männern sind keine wesentlichen Unterschiede zwischen den betrachteten Regionen zu erkennen.

### Ergebnisbewertung

Umfassende Daten zur seelischen Gesundheit und psychischen Störungen in der erwachsenen Bevölkerung Deutschlands wurden zuletzt zwischen den Jahren 2008 und 2011 im Rahmen der »Studie zur Gesundheit Erwachsener in Deutschland« (DEGS1) sowie dem daran angeschlossenen Zusatzmodul »Psychische Gesundheit« (DEGS1-MH) erhoben (Ellert, Kurth 2013; Jacobi et al. 2014). Auch wenn aufgrund der unterschiedlichen Methodik und verschiedenen Erhebungsinstrumente kein direkter Vergleich der Ergebnisse mit denjeni-

gen der GEDA-Studie 2012 möglich ist, zeigen sich doch ähnliche Verteilungsmuster, z. B. im Hinblick auf Geschlechterunterschiede. Die Ergebnisse aus DEGS1 weisen wie auch die Ergebnisse der GEDA-Studie 2012 darauf hin, dass Frauen durchschnittlich ein geringeres psychisches Wohlbefinden aufweisen als Männer (Ellert, Kurth 2013). Hinsichtlich zeitlicher Trends sind beim Vergleich der Ergebnisse aus GEDA 2009, 2010 und 2012 keine wesentlichen Veränderungen in der Verbreitung von Beeinträchtigungen des Wohlbefindens durch seelische Belastungen in der Erwachsenenbevölkerung zu erkennen.

Weitere Ergebnisse der Studie »Gesundheit in Deutschland aktuell 2012« sind unter [www.rki.de/geda](http://www.rki.de/geda) zu finden. Dort stehen weitere Faktenblätter wie auch der gesamte GEDA 2012-Ergebnisbericht mit umfangreichen Informationen zur Methodik der Studie als PDF zum Download bereit.

## Literatur

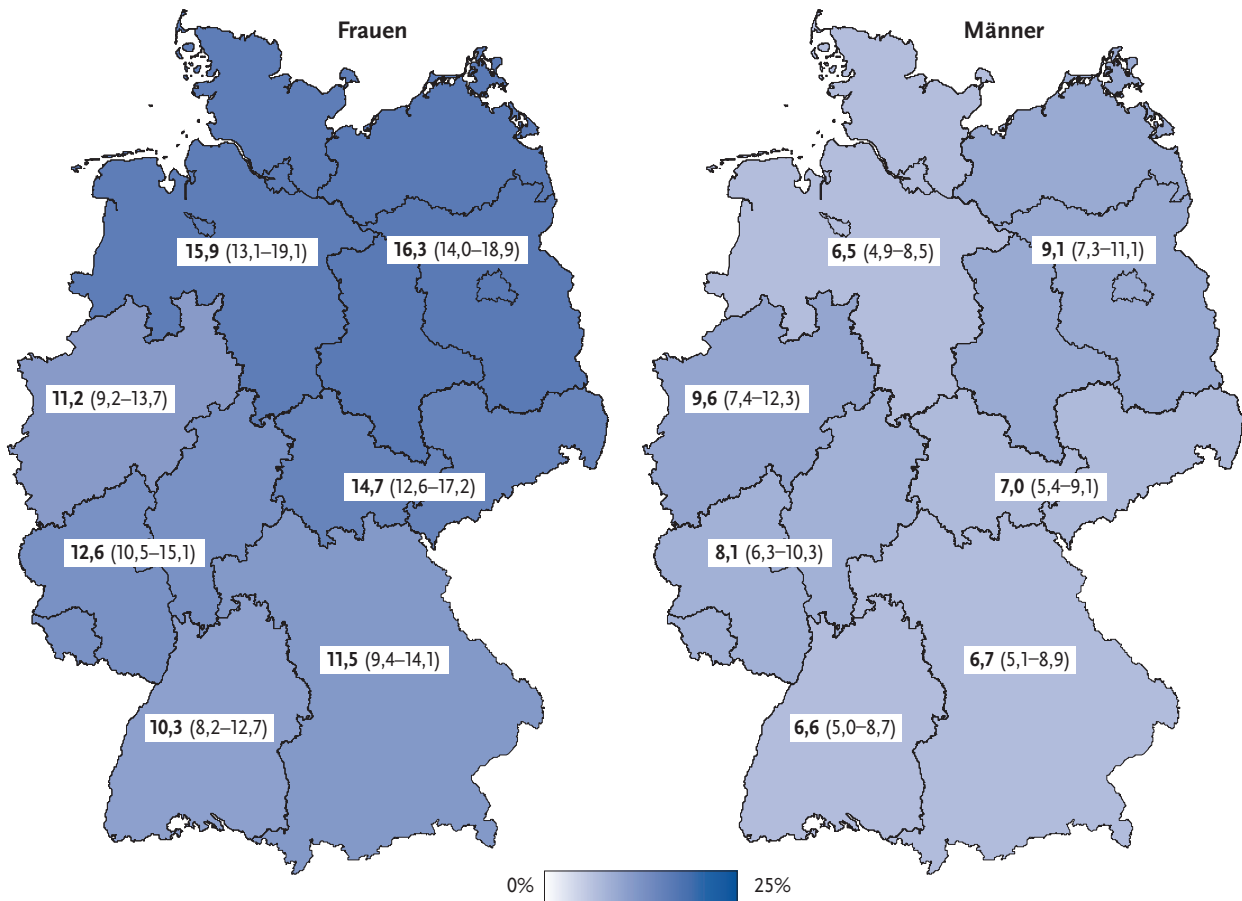
- Bermejo I, Klärs G, Böhm K et al. (2009) Evaluation des nationalen Gesundheitsziels »Depressive Erkrankungen: verhindern, früh erkennen, nachhaltig behandeln«. Bundesgesundheitsbl – Gesundheitsforsch – Gesundheitsschutz 52: 897–904
- Ellert U, Lampert T, Ravens-Sieberer U (2005) Messung der gesundheitsbezogenen Lebensqualität mit dem SF 8. Eine Normstichprobe für Deutschland. Bundesgesundheitsbl – Gesundheitsforsch – Gesundheitsschutz 48(12): 1330–1337
- Ellert U, Kurth BM (2013) Gesundheitsbezogene Lebensqualität bei Erwachsenen in Deutschland. Ergebnisse der Studie zur Gesundheit Erwachsener in Deutschland (DEGS1). Bundesgesundheitsbl – Gesundheitsforsch – Gesundheitsschutz 56(5-6): 643–649
- Hoebel J, Kuntz B, Müters S et al. (2013) Subjektiver Sozialstatus und gesundheitsbezogene Lebensqualität bei Erwachsenen in Deutschland – Ergebnisse der Allgemeinen Bevölkerungsumfrage der Sozialwissenschaften (ALLBUS 2010). Das Gesundheitswesen 75(10): 643–651
- Jacobi F, Höfler M, Strehle J et al. (2014) Psychische Störungen in der Allgemeinbevölkerung. Studie zur Gesundheit Erwachsener in Deutschland und ihr Zusatzmodul Psychische Gesundheit (DEGS1-MH). Nervenarzt 85(1): 77–87
- Moriarty DG, Zack MM, Kobau R (2003) The Centers for Disease Control and Prevention's Healthy Days Measures – Population tracking of perceived physical and mental health over time. Health and Quality of Life Outcomes 1: 37
- Robert Koch-Institut (Hrsg) (2011) Daten und Fakten: Ergebnisse der Studie »Gesundheit in Deutschland aktuell 2009«. Beiträge zur Gesundheitsberichterstattung des Bundes. RKI, Berlin
- Robert Koch-Institut (Hrsg) (2012) Daten und Fakten: Ergebnisse der Studie »Gesundheit in Deutschland aktuell 2010«. Beiträge zur Gesundheitsberichterstattung des Bundes. RKI, Berlin

**Tabelle 1**  
Häufigkeitsverteilung

Frauen	Beeinträchtigung durch seelische Belastungen	
	%	(95%-KI)
<b>Gesamt (Frauen und Männer)</b>	<b>10,4</b>	<b>(9,8 – 11,1)</b>
<b>Frauen gesamt</b>	<b>13,0</b>	<b>(12,1 – 14,0)</b>
<b>18–29 Jahre</b>	<b>14,8</b>	<b>(12,3 – 17,9)</b>
Untere Bildungsgruppe	24,9	(18,2 – 33,1)
Mittlere Bildungsgruppe	10,7	(8,3 – 13,7)
Obere Bildungsgruppe	12,1	(7,8 – 18,4)
<b>30–44 Jahre</b>	<b>11,3</b>	<b>(9,5 – 13,4)</b>
Untere Bildungsgruppe	22,7	(14,9 – 33,0)
Mittlere Bildungsgruppe	10,7	(8,8 – 13,1)
Obere Bildungsgruppe	6,6	(5,0 – 8,6)
<b>45–64 Jahre</b>	<b>15,2</b>	<b>(13,6 – 16,9)</b>
Untere Bildungsgruppe	20,8	(15,0 – 28,2)
Mittlere Bildungsgruppe	15,6	(13,8 – 17,6)
Obere Bildungsgruppe	10,0	(8,4 – 11,9)
<b>ab 65 Jahre</b>	<b>10,8</b>	<b>(9,2 – 12,6)</b>
Untere Bildungsgruppe	12,3	(9,3 – 16,2)
Mittlere Bildungsgruppe	9,6	(8,1 – 11,2)
Obere Bildungsgruppe	9,5	(7,5 – 11,9)

Männer	Beeinträchtigung durch seelische Belastungen	
	%	(95%-KI)
<b>Gesamt (Frauen und Männer)</b>	<b>10,4</b>	<b>(9,8 – 11,1)</b>
<b>Männer gesamt</b>	<b>7,8</b>	<b>(7,0 – 8,6)</b>
<b>18–29 Jahre</b>	<b>6,0</b>	<b>(4,7 – 7,7)</b>
Untere Bildungsgruppe	6,7	(3,9 – 11,1)
Mittlere Bildungsgruppe	5,6	(4,0 – 7,7)
Obere Bildungsgruppe	6,4	(3,7 – 10,9)
<b>30–44 Jahre</b>	<b>7,8</b>	<b>(6,4 – 9,5)</b>
Untere Bildungsgruppe	10,3	(4,8 – 20,9)
Mittlere Bildungsgruppe	9,2	(7,4 – 11,5)
Obere Bildungsgruppe	4,2	(3,1 – 5,7)
<b>45–64 Jahre</b>	<b>9,7</b>	<b>(8,3 – 11,4)</b>
Untere Bildungsgruppe	15,4	(8,1 – 27,3)
Mittlere Bildungsgruppe	10,9	(9,2 – 13,0)
Obere Bildungsgruppe	6,0	(4,9 – 7,4)
<b>ab 65 Jahre</b>	<b>5,9</b>	<b>(4,5 – 7,8)</b>
Untere Bildungsgruppe	9,8	(4,0 – 21,9)
Mittlere Bildungsgruppe	5,6	(4,1 – 7,7)
Obere Bildungsgruppe	4,6	(3,5 – 6,0)

**Abbildung 1**  
Regionale Verteilung: Anteil der Frauen und Männer mit seelischen Belastungen



#### Redaktion

Robert Koch-Institut  
Abteilung für Epidemiologie und Gesundheitsmonitoring  
Jens Hoebel, Dr. Cornelia Lange, Stephan Müters  
General-Pape-Straße 62-66  
12101 Berlin

#### Zitierweise

Robert Koch-Institut (Hrsg) (2014) Seelische Belastungen.  
Faktenblatt zu GEDA 2012: Ergebnisse der Studie »Gesundheit in Deutschland aktuell 2012«. RKI, Berlin  
[www.rki.de/geda](http://www.rki.de/geda) (Stand: 25.10.2014)