

# **Ist das Gleiche dasselbe? Gesundheitliche Unterschiede zwischen Frauen und Männern und deren Umgang mit Stress**

## **Abstract**

Frauen und Männer unterscheiden sich hinsichtlich zahlreicher Gesundheitsindikatoren und auch bezüglich der Rahmenbedingungen für Gesundheit. Die Bedeutung von Stress (Dystress) nimmt in unserer Gesellschaft zu und steht in Wechselwirkung mit der Gesundheit.

Der vom Bundesamt für Gesundheit herausgegebene „Gender-Gesundheitsbericht Schweiz 2006“ und der Folgebericht „Fokusbericht Gender und Gesundheit“ (2007) zeigen die gesundheitlichen Unterschiede zwischen den Geschlechtern und die geschlechtsspezifische Chancengleichheit für Gesundheit auf, sowie Ergebnisse zu Stress und Gesundheit.

Frauen und Männer schätzen ihren Gesundheitszustand gleichermassen gut bis sehr gut ein. Die statistisch wichtigen somatischen Todesursachen in der Schweiz sind für beide Geschlechter dieselben. Kreislauferkrankungen stehen an erster Stelle der Todesursachen für Männer und Frauen. Frauen leiden an Depression (doppelt so häufig wie die Männer), Männer unter Substanzmissbrauch.

Die biologischen Faktoren werden zur Erklärung für den Geschlechterunterschied meistens überschätzt. Eine wichtigere Rolle spielen soziale Faktoren wie geschlechtsspezifische Körpersozialisation, unterschiedliche gesundheitsbezogene Verhaltensweisen, unterschiedliche Erfahrungen mit dem Gesundheitswesen und ein Genderbias in der Diagnostik.

Daten zu Stress bei Erwachsenen liegen in der Schweiz nur für die Erwerbstätigen vor. Die Untersuchungen zu Stress zeigen auf, dass sich die Geschlechter bezüglich ihrer Stressquellen, der Stressvulnerabilität und –bewältigung unterscheiden. Bei den Frauen tritt Stress häufiger im Zusammenhang mit der gesamten Lebenssituation auf, bei den Männern eher im Zusammenhang mit ihrer beruflichen Tätigkeit. Frauen wenden öfter internalisierende, emotionsorientierte Copingstrategien an, Männer eher externalisierende Strategien.