Gesunde Lebenserwartung

Länder-Ranking HLY ab 65

- Top 5
  - Schweden: 13,9 Jahre (Höchster EU-Wert)
  - Malta: 12,8 Jahre (Zweithöchster)
  - Norwegen: 12,5 Jahre (Nicht-EU)
  - Italien: 12,2 Jahre (Beide Geschlechter hoch)
  - Spanien: 11,8 Jahre (Frauen 23,5J bei 65)
- Platz 6-10
  - Griechenland: 11,5 Jahre (Südeuropa)
  - Bulgarien: 11,4 Jahre (Frauen stark)
  - Irland: 11,2 Jahre (Starke Zunahme)
  - Frankreich: 10,9 Jahre (1,5-1,7J Differenz)
  - Island: 10,8 Jahre (Männer 20,5J bei 65)
- Platz 11-16
  - Slowenien: 10,6 Jahre (Frauen 1,2-1,8J länger)
  - Zypern: 10,4 Jahre (EU-Mitglied)
  - Portugal: 10,3 Jahre (Männer 1,3J länger)
  - Schweiz: 10,2 Jahre (Nicht-EU)
  - Niederlande: 10,0 Jahre (Westeuropa)
  - **Deutschland**: 9,8 Jahre (EU-Durchschnitt)

Trends & Ungleichheit

- EU-Ziel: +2 Jahre bis 2020 erreicht
- Bildungsunterschiede nehmen zu
- Dänemark: +2,4-2,6 Jahre Ungleichheit
- 35-45% durch Verhalten beeinflussbar
- OECD-Durchschnitt: 10J Frauen, 9,6J Männer

Definition

- Jahre ohne Funktionsbeschränkungen
- Healthy Life Years (HLY)
- Qualität statt Quantität
- Bei Geburt: DE 68,5J Frauen, 64,8J Männer

Einflussfaktoren

- Lebensstil (15% Varianz)
  - Nichtrauchen (HR 0,64)
  - Körperliche Aktivität (HR 0,72)
  - Niedriger Stress (HR 0,81)
  - Gesunde Ernährung (HR 0,78)
  - 7-8h Schlaf (HR 0,86)
- Sozioökonomie (25-30% Varianz)
  - Einkommen
  - Beschäftigungsstatus
  - Wohnsituation
  - 4 Jahre Unterschied ungelernt vs Akademiker
- Bildung (größter Hebel)
  - 8 Jahre Unterschied Männer
  - 5 Jahre Unterschied Frauen
  - 16 Jahre bei gesunden Jahren (Ungarn)
  - Gesundheitskompetenz entscheidend
- Chronische Erkrankungen
  - Multimorbidität
  - Muskuloskelettale Erkrankungen (17,2%)
- Genetik
  - Nur unter 2% Varianz
  - Praktisch nicht modifizierbar

© 2025 by Kleinhirn.eu