

# Herz-Kreislauf-Erkrankungen: Risikoverhalten bleibt konstant

In der Schweiz raucht ein Viertel der Bevölkerung, und ein Fünftel weist einen risikoreichen Alkoholkonsum auf, wie das Suchtmonitoring für das Jahr 2015 zeigt. Seit einigen Jahren verharrt dieses Konsumverhalten somit auf hohem Niveau. Die Auswirkungen wiegen schwer: Rauchen und Alkohol sind zentrale Risikofaktoren für nichtübertragbare Krankheiten wie Herz-Kreislauf-Erkrankungen.

Das Herz ist ein Hochleistungsorgan. Pausenlos pumpt es Blut durch unsere Gefässe und versorgt so Organe und Gehirn mit Sauerstoff und Nährstoffen. Erkrankt das Herz – zum Beispiel in Folge einer Angina pectoris oder eines Herzinfarkts – kann es seine Leistung nicht mehr vollumfänglich erbringen, eine Herzinsuffizienz ist die Folge. Diese und andere Erkrankungen von Herz und Blutgefässen sind in der Schweiz Todesursache Nummer eins. Sie sind überdies der Hauptgrund für Arztbesuche und Spitaleinweisungen und für einen wesentlichen Teil der krankheitsbedingten Invaliditätsfälle verantwortlich. Damit verursachen sie jedes Jahr Gesundheitskosten in der Höhe von rund 10 Mrd. Franken.

Doch es ist möglich, etwas dagegen zu tun. Laut der Schweizerischen Herzstiftung können Herz-Kreislauf-Erkrankungen in über der Hälfte der Fälle mit einer gesunden Lebensweise verhindert oder zumindest verzögert werden. Wer mit Rauchen aufhört, auf eine gesunde Ernährung umstellt und seinen Alkoholkonsum reduziert, leistet einen wichtigen Beitrag dazu.

## KONSUM BLEIBT KONSTANT

Regelmässige Bevölkerungsbefragungen erlauben es, die Tendenzen des Suchtverhaltens in der Schweiz abzulesen. Die aktuellen Zahlen des Suchtmonitorings zeigen für das Jahr 2015, dass 25 Prozent der Be-

völkerung rauchen. Nach Jahren der Abnahme bleibt dieser Anteil seit 2011 stabil. Auch bei den 15- bis 19-Jährigen bleibt die Prävalenz seit 2011 mit leichten Schwankungen gleich hoch und liegt bei 24 Prozent. Beim Alkoholkonsum zeigt sich ein ähnliches Bild. 20,5 Prozent der Bevölkerung konsumieren risikoreich Alkohol. Das bedeutet, dass sie punktuell oder chronisch zu viel trinken. Diese Zahl hat sich seit 2011 kaum verändert. Gerade der chronische Konsum, der 4,2 Prozent der Menschen betrifft, ist für die Gesundheit besonders schädlich. Zudem gilt: Wer risikoreich Alkohol konsumiert, neigt eher dazu, auch täglich zu rauchen.

Rauchende sind anfälliger für Herz-Kreislauf-Erkrankungen, denn Tabak begünstigt die Entstehung von Arterienverengungen und Arteriosklerose. Das kann zu einem Herzinfarkt oder Hirnschlag führen. Der risikoreiche Alkoholkonsum schädigt das Herz und begünstigt die Entstehung einer Herzinsuffizienz. Der kombinierte Konsum von Tabak und Alkohol verstärkt zudem die verhängnisvollen Folgen für die Gesundheit weiter.

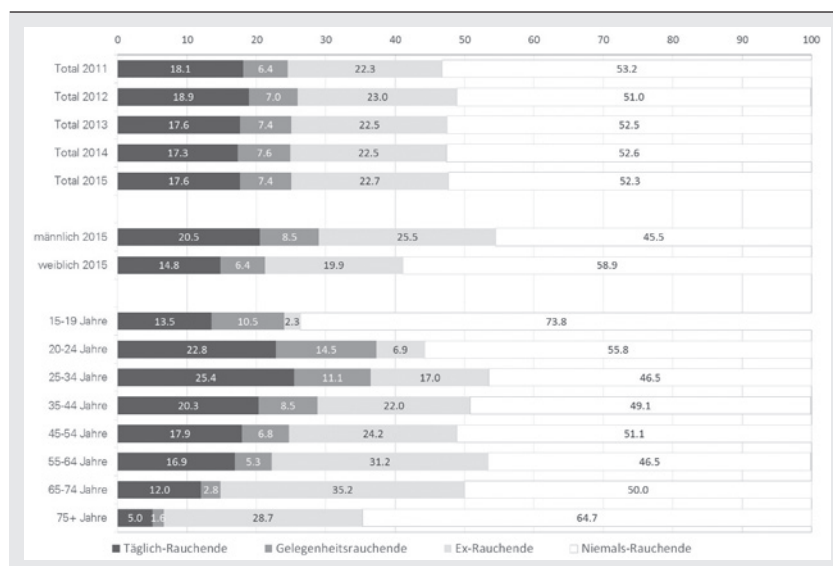
Um der Verbreitung dieser Krankheiten entgegenzuwirken, haben der Bund und seine Partner die Nationale Strategie zur Prävention nichtübertragbarer Krankheiten und die Natio-

## PARTNER

### Die Schweizerische Herzstiftung – aktiv gegen Herzkrankheiten und Hirnschlag

Die Schweizerische Herzstiftung setzt sich mit Forschungsförderung und einer umfassenden Aufklärungsarbeit dafür ein, dass weniger Menschen an Herz-Kreislauf-Leiden erkranken oder dadurch behindert bleiben, Menschen nicht vorzeitig an Herzinfarkt oder Hirnschlag sterben und für Betroffene das Leben lebenswert bleibt. Die 1967 gegründete Schweizerische Herzstiftung ist eine unabhängige und von der Stiftung ZEWO zertifizierte gemeinnützige Organisation, die sich hauptsächlich aus Spenden finanziert.

Abbildung 1  
Rauchstatus (2015) – Total und nach Geschlecht, Sprachregion und Alter



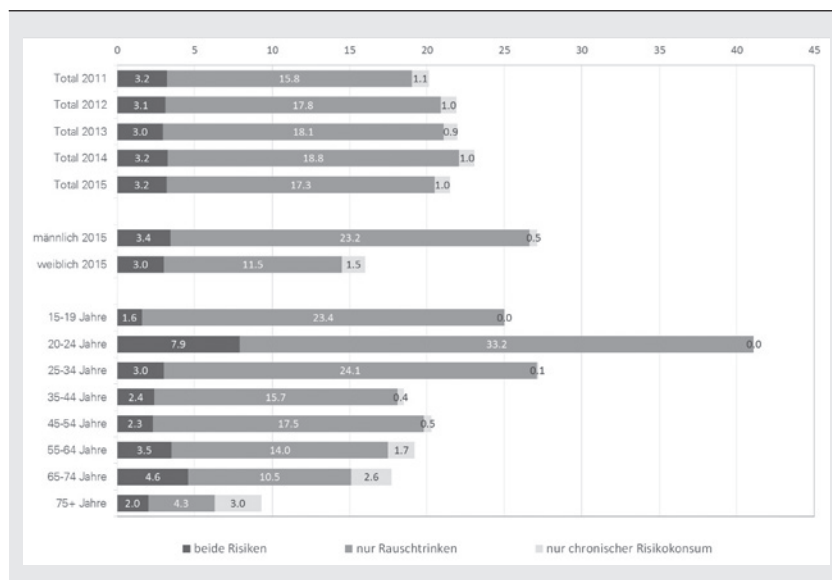
## Suchtmonitoring Schweiz

Die vorliegenden Ergebnisse basieren auf dem Suchtmonitoring Schweiz. Das Suchtmonitoring Schweiz ist ein vom Bundesamt für Gesundheit in Auftrag gegebenes Forschungsprojekt zum Konsum psychoaktiver Substanzen. Das Berichterstattungssystem beschreibt die Entwicklung, lässt Veränderungen erkennen und ermöglicht so eine zeitnahe Einschätzung der Suchtproblematik.

Vertiefende Informationen und alle Suchtmonitoring-Publikationen finden sich auf der Webseite [www.suchtmonitoring.ch](http://www.suchtmonitoring.ch) oder auf [www.bag.admin.ch/suchtmonitoring](http://www.bag.admin.ch/suchtmonitoring).

Abbildung 2

### Kombinationen risikoreichen Alkoholkonsums in den letzten 12 Monaten (2015) – Total und nach Geschlecht, Sprachregion und Alter



nale Strategie Sucht erarbeitet. Sie wollen die Menschen gezielt über das individuelle Verhalten ansprechen und ihnen Möglichkeiten für einen gesundheitsförderlichen Lebensstil aufzeigen. Parallel dazu sollen die gesellschaftlichen Rahmenbedingungen verbessert werden.

#### Kontakt

Eidgenössisches Departement des Innern  
EDI  
Bundesamt für Gesundheit BAG  
Direktionsbereich Öffentliche Gesundheit

#### Für Rückfragen

Bundesamt für Gesundheit  
Sektion Kommunikation  
Telefon 058 462 95 05  
[media@bag.admin.ch](mailto:media@bag.admin.ch)

#### Weitere Informationen

**Faktenblätter** mit einer Zusammenfassung der wichtigsten Daten zum Substanzkonsum finden sich unter folgenden Links:

**Tabak:** [www.bag.admin.ch/suchtmonitoring/14446/index.html?lang=de](http://www.bag.admin.ch/suchtmonitoring/14446/index.html?lang=de)

**Alkohol:** [www.bag.admin.ch/suchtmonitoring/14361/index.html?lang=de](http://www.bag.admin.ch/suchtmonitoring/14361/index.html?lang=de)

**Illegale Drogen:** [www.bag.admin.ch/suchtmonitoring/14442/index.html?lang=de](http://www.bag.admin.ch/suchtmonitoring/14442/index.html?lang=de)

**Interview** mit Prof. Dr. med. Andreas Hoffmann, Stiftungsratsmitglied der Schweizerischen Herzstiftung und Vorsitzender der Kommission Patienten.  
[www.spectra-online.ch](http://www.spectra-online.ch)

**Erklärfilm** «Suchtmonitoring 2015 kompakt» mit einer visuellen Präsentation der wichtigsten Ergebnisse des Suchtmonitorings: [www.bag.admin.ch/suchtmonitoring](http://www.bag.admin.ch/suchtmonitoring)