

Im Alter leisten Männer weniger Hausarbeit als Frauen – und fühlen sich dabei gesünder

Eine Forschungsgruppe des Leibniz-Instituts für Präventionsforschung und Epidemiologie – BIPS in Bremen hat den Zusammenhang von Hausarbeit, Schlafdauer und Gesundheit bei älteren Menschen in Europa und den USA untersucht. Das Ergebnis: Ältere Frauen verbringen im Schnitt fast fünf Stunden pro Tag mit Hausarbeit, während ältere Männer mit nur drei Stunden zurückhaltender sind. Das bleibt offenbar nicht ohne Folgen für die Gesundheit: Die Senioren fühlen sich deutlich gesünder als die Seniorinnen.

Fast 21.000 Frauen und mehr als 15.000 Männer älter als 65 Jahre gaben im Rahmen von internationalen Zeitverwendungsstudien Auskunft über ihre täglichen Aktivitäten. Die Studienteilnehmerinnen und -teilnehmer aus Deutschland, Italien, Spanien, Frankreich, Großbritannien, den Niederlanden und den USA sollten dabei einschätzen, wieviel Zeit sie am Tag mit unterschiedlichsten Tätigkeiten verbringen – darunter Hausarbeiten wie Putzen, Kochen, Gartenarbeiten und handwerklichen Tätigkeiten.

„Bei der Auswertung zeigte sich ein deutliches Bild. Während die Frauen im Schnitt etwa fünf Stunden mit Hausarbeit verbrachten, hielten sich die Männer zurück. Sie arbeiteten im Schnitt nur drei Stunden im Haushalt“, sagt Nicholas Adjei, Doktorand in der Abteilung Prävention und Evaluation am BIPS und Erstautor der Studie. „Bei der Art der Hausarbeit gibt es deutliche Unterschiede. Frauen beschäftigen sich im Schnitt fast 220 Minuten täglich mit Kochen, Einkaufen und Putzen – Männer dagegen nur knapp 90 Minuten. Bei Gartenarbeiten und handwerklichen Tätigkeiten zeigt sich ein umgekehrtes Bild. Hier sind Männer fast 70 Minuten täglich aktiv, Frauen dagegen nur knapp 40 Minuten.“ Darüber hinaus zeigen sich deutliche Länderunterschiede – vor allem bei den älteren Männern. Während etwa Senioren in Italien nur 2,7 Stunden pro Tag Hausarbeit leisten, sind es bei deutschen Männern 4,2 Stunden.

Doch wie wirkt sich Hausarbeit auf die Gesundheit aus? „Hier zeigte sich ein interessantes Bild. Insgesamt scheint Hausarbeit sowohl bei Männern als auch bei Frauen mit einer besseren subjektiven Gesundheit einherzugehen“, sagt Nicholas Adjei. „Betrachten wir dies allerdings in Kombination mit der Schlafdauer, so zeigt sich für Frauen ein Optimum von ein bis drei Stunden Hausarbeit bei sieben bis acht Stunden Schlaf. Bei den Männern berichteten diejenigen die beste Gesundheit, die mit sechs Stunden oder mehr besonders aktiv im Haushalt waren – unabhängig von der Schlafdauer.“

Gründe für die unterschiedlichen Effekte lassen sich aus der Studie nicht sicher ableiten.

„Möglicherweise spielt die Art der Aktivitäten eine große Rolle. Männer arbeiten viel im Garten, sind dabei körperlich sehr aktiv und unter freiem Himmel. Frauen dagegen sind zum Teil mit sehr repetitiven Tätigkeiten im Haus beschäftigt“, sagt Nicholas Adjei. „Eine gleichmäßigere Verteilung aller Hausarbeiten auf Frau und Mann könnte also durchaus sinnvoll und fair sein.“

Die vollständige Studie finden Sie hier:

<https://bmcpublichealth.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12889-017-4979-z>

Das BIPS - Gesundheitsforschung im Dienste des Menschen

Die Bevölkerung steht im Zentrum unserer Forschung. Als epidemiologisches Forschungsinstitut sehen wir unsere Aufgabe darin, Ursachen für Gesundheitsstörungen zu erkennen und neue Konzepte zur Vorbeugung von Krankheiten zu entwickeln. Unsere Forschung liefert Grundlagen für gesellschaftliche Entscheidungen. Sie klärt die Bevölkerung über Gesundheitsrisiken auf und trägt zu einer gesunden Lebensumwelt bei.

Das BIPS ist Mitglied der Leibniz-Gemeinschaft, zu der 93 selbstständige Forschungseinrichtungen gehören. Die Ausrichtung der Leibniz-Institute reicht von den Natur-, Ingenieur- und Umweltwissenschaften über die Wirtschafts-, Raum- und Sozialwissenschaften bis zu den Geisteswissenschaften. Leibniz-Institute widmen sich gesellschaftlich, ökonomisch und ökologisch relevanten Fragen. Aufgrund ihrer gesamtstaatlichen Bedeutung fördern Bund und Länder die Institute der Leibniz-Gemeinschaft gemeinsam. Die Leibniz-Institute beschäftigen rund 18.700 Personen, darunter 9.500 Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftler. Der Gesamtetat der Institute liegt bei mehr als 1,8 Milliarden Euro.

Nils Ehrenberg

Referent für Presse- und Öffentlichkeitsarbeit

Leibniz-Institut für Präventionsforschung und Epidemiologie - BIPS GmbH

Achterstr. 30

28359 Bremen

Tel: 0421 / 218-56780

Fax: 0421 / 218-56761

E-Mail: ehrenberg@leibniz-bips.de

www.leibniz-bips.de