



# Krank durch Armut

**Geht es Schweizerinnen und Schweizern mit wenig oder keinem Einkommen gesundheitlich schlechter als den anderen? Klare Antwort: Ja. Es gibt wissenschaftliche Untersuchungen, die das zeigen.**

Chronische Erkrankungen sind Erkrankungen, die nicht nach ein paar Tagen oder Wochen vorübergehen, sondern dauerhaft bleiben. Es gibt zum Beispiel chronische Erkrankungen der Atemwege: Asthma, chronische Bronchitis oder die Lungenerkrankung COPD. Die Erkrankten haben damit oft ihr ganzes Leben lang zu kämpfen. Bei einer Schweizer Bevölkerungsgruppe kommen diese Krankheiten besonders häufig vor: bei armen Menschen. Sie haben rund dreimal häufiger Asthma oder eine chronische Bronchitis als Schweizerinnen und Schweizer, die viel oder zumindest ausreichend viel Geld verdienen. Für Arme ist also das Risiko, chronisch krank zu werden, viel höher. Das gilt nicht nur für die Atemwege. Auch unter Diabetes leiden Armutsbetroffene in der Schweiz rund dreimal so häufig. Diabetes ist eine Stoffwechselerkrankung, auch Zuckerkrankheit genannt. Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Bluthochdruck oder ein schwaches Herz finden sich unter Armutsbetroffenen ebenfalls öfter. Menschen mit wenig Einkommen leiden doppelt so häufig darunter wie Personen mit viel Einkommen.

### Ungesunder Lebenswandel

Warum haben Arme öfter etwas mit dem Herzen? Der Schweizer Armutsforscher Oliver Hümbelin sagt: «Das kann am ungesunden Lebenswandel liegen. Viele Armutsbetroffene rauchen. Bei einigen sind auch Drogen ein Thema. Sie versuchen so, kurzfristig ihr seelisches Gleichgewicht wiederzufinden. Langfristig machen sie damit aber ihre Gesundheit kaputt.» Dazu kommt: Armutsbetroffene treiben weniger Sport. Das hat zwei Gründe. Zum einen kosten Sportangebote etwas, zum Beispiel das Abo im Fitnessstudio. Zum anderen fehlt vielen Armutsbetroffenen wegen ihrer schwierigen Situation der Antrieb, sich sportlich zu betätigen. Genauso ungesund sind die schlechten Wohnverhältnisse. Armutsbetroffene leben häufig in kleinen Wohnungen und ungünstigen, lärmigen Wohngebieten. Da gibt es kaum



## Wie findet man das heraus?

Wissenschaftliche Untersuchungen zeigen: Armut und Krankheit haben viel miteinander zu tun. Die Forscherinnen und Forscher schauen dabei zuerst, wie es den Menschen, die Sozialhilfe beziehen, gesundheitlich geht. Sozialhilfe bedeutet, vom Staat Geld zu bekommen, weil man selbst kein oder zu wenig Geld verdient. Wie viele dieser Menschen sind krank?

Als Nächstes schauen sich die Forscherinnen und Forscher den gesundheitlichen Zustand der allgemeinen Bevölkerung an. Also der Menschen, die nicht von Armut betroffen sind. Die viel, mittel oder zumindest gerade noch genug verdienen, um ohne Sozialhilfe klarzukommen. Dann werden beide Gruppen – hier die Armutsbetroffenen, dort die allgemeine Bevölkerung – miteinander verglichen. So wird sichtbar, dass die finanzielle Situation einer Person und ihre Gesundheit eng miteinander verknüpft sind.

---

Arme werden häufiger dauerhaft krank. Dies gilt nicht nur für die Atemwege, sondern auch für die Zuckerkrankheit.

Rückzugsraum – und viel Stress untereinander. Auch diese Umstände können dazu beitragen, dass Erkrankungen chronisch werden, also andauern. Zumal Armutsbetroffene nicht einfach mal in den Urlaub fahren können, um sich zu erholen und Abstand vom stressigen Alltag zu bekommen. Denn auch dafür fehlt das Geld. Ein weiteres Einfallstor für Erkrankungen: Arme Schweizerinnen und Schweizer gehen seltener zum Zahnarzt oder zum Arzt, um dort Vorsorgeuntersuchungen durchführen zu lassen. So bleiben Erkrankungen zu lange unentdeckt.

### Psychische Folgen

Im Laufe der Jahre wird der Gesundheitszustand von Armutsbetroffenen immer schlechter. Zu den körperlichen Auswirkungen gesellen sich noch die psychischen, also die seelischen Folgen. Armutsbetroffene leiden viel häufiger an Depressionen. Das heisst, sie fühlen sich niedergeschlagen und erschöpft. Bei Menschen, die wenig Geld haben, kommen Depressionen doppelt so häufig vor wie bei Menschen, die viel Geld haben. Armutsbetroffene mit seelischen Problemen greifen auch häufiger zu Medikamenten: Schlafmittel, damit

sie überhaupt einschlafen können. Beruhigungsmittel, um die ständige innere Unruhe in den Griff zu bekommen. Schmerzmittel gegen die Schmerzen, die sie auch häufiger plagen. Das alles entsteht nicht von heute auf morgen, erklärt Oliver Hümbelin: «Die seelische Erkrankung ist häufig eine Folge schwieriger Lebensumstände, die schon viele Jahre andauern. Viele Armutsbetroffene bringen eine lange Leidensgeschichte mit. Bei manchen fängt es schon in der Kindheit oder Jugend an: Wenn jemand mit einem alkoholsüchtigen Vater oder einer depressiven Mutter aufwächst, kann das eine Bürde fürs Leben sein. Die wird ein Mensch ohne Hilfe nie los.» Auch die ständigen Geldsorgen können seelisch krank machen. Und noch etwas tut der Gesundheit gar nicht gut: die Aussenseiterrolle. Armutsbetroffene füh-



## Erwerbsarmut schadet der Gesundheit

Armutsbetroffene haben oft einen Job, manchmal sogar mehrere Jobs. Nur sind diese sehr schlecht bezahlt. In der Schweiz zählen 155 000 Menschen zu diesen Working Poor, den Erwerbsarmen. Auch ihr Gesundheitszustand ist schlechter als der der allgemeinen Bevölkerung.

Das hat Gründe: Die Arbeit besteht oft aus der Wiederholung immer gleicher Bewegungen und Abläufe. Regale füllen im Supermarkt zum Beispiel. Diese öden Tätigkeiten können auf Dauer die

Gesundheit angreifen. Auch die Rahmenbedingungen für die Arbeit lassen bei den Erwerbsarmen oft zu wünschen übrig, etwa bei Putzkräften. Sie müssen immer auf Abruf bereit sein und arbeiten oft auch abends und nachts und ohne Festanstellung. Das heisst, ihnen kann jederzeit gekündigt werden. Das bedeutet zusätzlicher Stress, der der Gesundheit schadet.

Auf Seite 12 findest du einen ausführlichen Beitrag über Erwerbsarme.

Armutsbetroffene fühlen sich ausgegrenzt. Sie ziehen sich deswegen häufig zurück.





## Kein Abschluss, kein Job

Wer arm ist, wird nicht nur eher krank, sondern hat einen weiteren Nachteil: Arme Menschen haben oft keinen oder erschwerten Zugang zu Ausbildungen. Denn eine Schule, eine Lehre, ein Studium kostet Geld. Die Berufswelt will aber Abschlüsse sehen. Wer keinen Abschluss vorweisen kann, findet seltener einen gut bezahlten oder überhaupt einen Job. Wie viel Bildung eine Person bekommt, hängt sehr stark von der gesellschaftlichen Herkunft ab. Wächst jemand schon in armutsbetroffenen Verhältnissen auf, hat die Person es oft schwerer, eine Lehrstelle zu finden, die Matura zu schaffen oder später das Studium zu bezahlen. So verfestigt sich die Armut.

len sich ausgegrenzt und ziehen sich deswegen häufig zurück. Ins Kino oder ins Konzert gehen sie auch nicht – das ist zu teuer. Bei vielen kommt so das Gefühl auf, nicht Teil der Gesellschaft oder der Gemeinschaft zu sein.

### Armutsspiralen überwinden

Es ist so etwas wie eine Abwärtsspirale: Wer einmal durch Armut krank geworden ist, bleibt arm, weil er oder sie nicht mehr die Kraft und die Gesundheit hat, sich aus der Armut zu befreien. Daher verfolgt die Armutsbekämpfung in der Schweiz heute ein ganz bestimmtes Ziel. «Es geht dabei um Vorsorge», erklärt Oliver Hümbelin. «Also darum, gesundheitsschädigende Ar-

mut gar nicht erst entstehen zu lassen. Weil die Menschen da so schwer wieder herauskommen.» Der Armutsforscher macht auch Mut: «Armutsspiralen lassen sich überwinden. Meist führen kleine Schritte zu einer langsamen Verbesserung der eigenen Situation. Das braucht Zeit und in der Regel auch Unterstützung.» In der Schweiz gibt es diese Unterstützung zwar mit der Sozialhilfe. Manchen fällt der Gang zum Sozialamt aber schwer. Sie schämen sich.

Andreas Lorenz-Meyer



### Wie komme ich bloss aus der Armut raus?!

Wie sieht der Alltag einer armen Person aus? Mit welchen Problemen muss sie sich auseinandersetzen? Welche Folgen bringt Armut mit sich? In dieser Lernaufgabe lernst du fünf arme Personen kennen und befasst dich mit ihrem Leben.

