

Gynäkol. Prax. 2025 · 35:110–113
<https://doi.org/10.1007/s41974-025-00378-6>
 Angenommen: 9. Juli 2025
 Online publiziert: 29. Juli 2025
 © The Author(s) 2025



Warum leben Frauen länger?

Einflussfaktoren auf die Gender Life Gap

Christine Skala

Abteilung für Reproduktionsmedizin, Klinik und Poliklinik für Geburtsmedizin, Universitätsklinik Köln, Köln, Deutschland

Zusammenfassung

Die Analyse der Gender Life Gap zeigt, dass Unterschiede in der Lebenserwartung zwischen Männern und Frauen nicht nur biologisch determiniert sind, sondern in hohem Maße durch sozioökonomische, kulturelle und gesellschaftliche Faktoren beeinflusst werden. Die vier Kapitalformen nach Bourdieu – wirtschaftliches, kulturelles, soziales und symbolisches Kapital – bieten ein hilfreiches Rahmenmodell zur Erklärung dieser komplexen Zusammenhänge. Sie verdeutlichen, wie stark soziale Ungleichheiten, geschlechtsspezifische Rollenerwartungen und strukturelle Diskriminierungen die gesundheitlichen Chancen und Risiken beeinflussen. Zukünftige Forschung und politische Maßnahmen sollten daher verstärkt auf die Reduktion dieser Ungleichheiten abzielen, um die Lebensqualität und Lebenserwartung für alle Geschlechter nachhaltig zu verbessern.

Schlüsselwörter

Lebenserwartung · Genetik · Alterungsprozesse · Lebensstil · Gesundheitssystem

In Schweden werden seit 1751 die Lebensdaten der dort lebenden Menschen erfasst. In Frankreich seit 1815. In vielen anderen Ländern erfolgt die Aufzeichnung der Lebensdaten erst seit Mitte des 20. Jahrhunderts. Es gibt mittlerweile eine riesige Menge an Daten in Bezug auf die Lebenszeit der Menschen [1].

Diese Daten der World Bank wurden 2021 von Baum et al. [2] ausgewertet. Sie betrachteten 194 Länder und untersuchten den Einfluss von Macht, Geschlecht sowie von sozialen und wirtschaftlichen Faktoren auf die Lebensdaten der Menschen. Dabei fiel auf, dass in allen Ländern der Welt Frauen länger leben als Männer. In Bhutan ist dieser Unterschied, die sogenannte Gender Life Gap, am geringsten bei nur 0,7 Jahren. In Syrien zeigt sich der größte Unterschied in der Lebenserwartung von Männern und Frauen, nämlich ein Plus von 11,2 Jahren für die Frauen (Abb. 1).

Die 194 Länder wurden nach ihrem Einkommen in Low-income-, Middle-income- und High-income-Länder eingeteilt. Dabei zeigte sich, dass in den Low-income-Län-

dern die Lebenserwartung der Menschen deutlich niedriger ist als in den High-income-Ländern. Die Lebenserwartung steigt also mit dem Einkommen. Neben der allgemeinen Lebenserwartung zeigt sich, dass auch die Gender Life Gap mit dem Einkommen im Land ansteigt. In den Low-income-Ländern ist der Unterschied zwischen Mann und Frau deutlich niedriger (3,82 Jahre) als in den High-income-Ländern (5,22 Jahre).

Wie lässt sich das erklären? Baum et al. haben dazu zwei Länder exemplarisch betrachtet: Australien, ein High-income-Land, und Äthiopien als einen Vertreter der Low-income-Länder. Die Unterschiede in der Lebenserwartung sind in Tab. 1 dargestellt.

Einen Hinweis, warum die Lebenserwartungen in den Ländern mit verschiedenen Einkommensklassen so voneinander abweichen, können die Todesursachen geben: Auch dabei zeigen sich deutliche Unterschiede.

Während in Äthiopien die Männer an Infektionen und parasitären Erkrankungen, aufgrund von Unfällen und Gewaltverbre-



QR-Code scannen & Beitrag online lesen

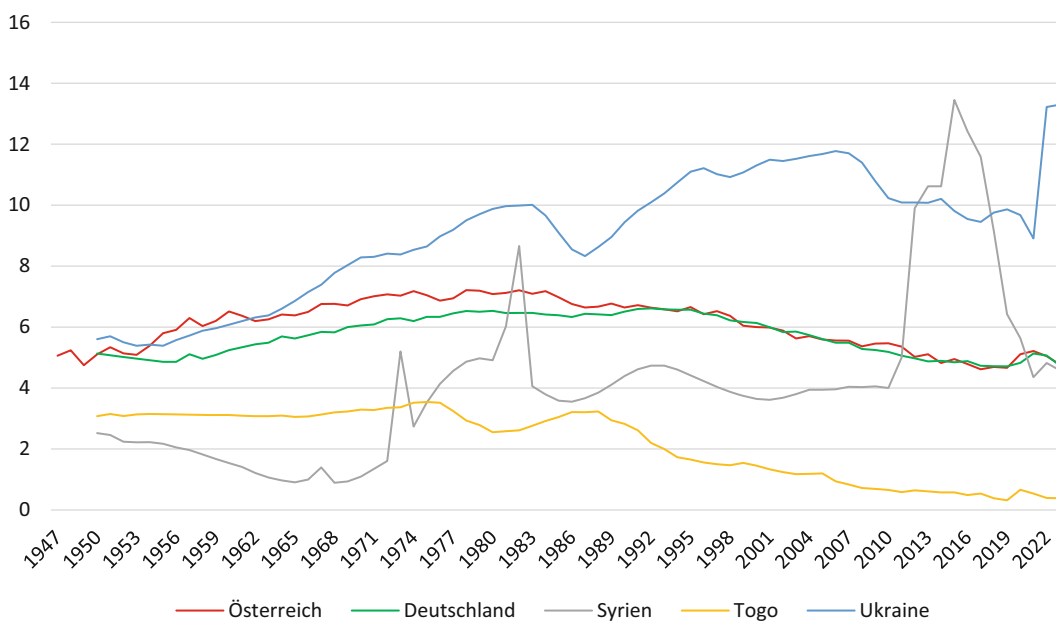


Abb. 1 ◀ Gender Life Gap in fünf exemplarischen Ländern aus den aktuellen Daten der World Bank. Abgebildet sind Deutschland und Österreich, Syrien und die Ukraine sowie Togo. Der Einfluss der Kriege in der Ukraine und in Syrien wird dabei offensichtlich

chen sowie an dritter Stelle an kardialen Erkrankungen versterben, sind die häufigsten Todesursachen der Männer in Australien kardiale Erkrankungen, gefolgt von Lungenkrebs und Demenz. Frauen in Äthiopien sterben zumeist an Infektionen und parasitären Erkrankungen, an nicht bestimmten Ursachen und an dritter Stelle an kardialen Erkrankungen. Am häufigsten sterben Australierinnen an Demenz, gefolgt von Herzerkrankungen und zerebrovaskulären Erkrankungen.

Die Gender Life Gap veränderte sich im Laufe der Zeit in verschiedener Weise. In Australien wurde diese in den letzten Jahrzehnten kleiner. Der Grund dafür war eine sinkende Mortalität der Männer. Durch vermehrte Inanspruchnahme von medizinischen Vorsorgeuntersuchungen und eine gesündere Lebensführung stieg die Lebenserwartung der Australier.

In Äthiopien war eine Vergrößerung der Gender Life Gap zu verzeichnen. Diese Entwicklung hatte ihre Ursache in der Verbesserung der rechtlichen Stellung der Frau in der Gesellschaft, wodurch deren Lebenserwartung anstieg.

Anhand der Daten der World Bank konnte zum einen gezeigt werden, wie sehr die geschlechtsspezifischen Unterschiede in der Lebenserwartung von der Finanzkraft eines Landes abhängen, und zum anderen, dass sich die Lebenserwartung der Menschen und damit auch die

Gender Life Gap in einem Land verändern kann.

Es bleibt aber bei der Tatsache, dass in allen Gesellschaften Frauen länger leben als Männer. Bergeron-Boucher [3] stellte fest, dass sich die Wahrscheinlichkeit für einen Mann, eine Frau zu überleben, seit 1751 lediglich zwischen 25 und 50 % bewegt. Dafür sind einige Ursachen zu nennen:

Genetische Komponente

Xirocostas et al. [4] haben verschiedene Spezies, u. a. Säugetiere, Amphibien, Spinnen, Reptilien, Insekten, Vögel und Fische, untersucht und dabei festgestellt, dass das homogametische Geschlecht im Durchschnitt 17,5 % länger lebt. Ist das männliche Geschlecht homogametisch, dann leben die Männchen zwar länger, aber nicht so lange wie die Weibchen. Die Gender Life Gap ist deutlich kleiner (nämlich um 7,1 %). Ist das männliche Geschlecht heterogametisch, dann ist die Lücke viel größer (20,9 %).

46,XX versus 46,XY: Bei den Frauen liegt das X-Chromosom in zweifacher Ausführung vor, wichtige genetische Informationen auf dem X-Chromosom gibt es also doppelt. Dadurch können mögliche Genmutationen kompensiert werden. Von X-chromosomal Erkrankungen sind deshalb nur Männer betroffen.

Das zweite X-Chromosom bestimmt die Hormonproduktion: Die Keimdrüsen der Frauen produzieren Östrogen, die der Männer Testosteron. Testosteron ist sowohl mit risikobehafteterem Verhalten als auch mit einer Häufung von kardiovaskulären Erkrankungen assoziiert.

Immunologische Komponente

Auf dem X-Chromosom befinden sich zahlreiche Gene, welche direkt oder indirekt in die Immunantwort involviert sind [5]. Das zeigt sich an einer höheren Antikörperproduktion bei Frauen. Die Überlebensraten nach Krankheiten, Infektionen, Sepsis, Traumata und Verletzungen sind bei Frauen deutlich besser. Allerdings sind mit einer höheren Antikörperproduktion auch Autoimmunkrankheiten assoziiert, die bei Frauen häufiger vorkommen.

Alterungsprozesse

In Zusammenhang mit Alterungsprozessen spielen Telomere eine große Rolle [6]. Diese bestehen aus repetitiver DNA und assoziierten Proteinen. Sie sitzen wie eine Kappe auf den Enden der Chromosomen, wodurch die Chromosomen stabilisiert werden und die DNA geschützt wird. Die Telomere werden aber im Laufe eines Lebens immer kürzer. Erreicht die Telomerlänge ein kritisches Minimum (≤ 4 Kilobasenpaare), dann kann sich die Zelle nicht

Tab. 1 Lebenserwartung			
Lebenserwartung	Männer (Jahre)	Frauen (Jahre)	Gender Life Gap (Jahre)
Weltweit	70,39	74,87	4,48
High-income-Land	78,13	83,35	5,22
Low-income-Land	61,59	65,41	3,82

mehr teilen und es tritt ein permanenter Wachstumsstopp oder ein programmierter Zelltod ein [7]. Die Verkürzung der Telomerlänge ist ein Indikator des Alterns. Bei Männern reduziert sich die Telomerlänge schneller als bei Frauen. Alterungsprozesse treten also früher ein.

Unterschiede in den Verhaltensweisen

Frauen und Männer unterscheiden sich in ihrem Lebensstil. Frauen ernähren sich häufig gesünder, achten mehr auf ihre Gesundheit, konsultieren früher und häufiger einen Arzt, trinken weniger Alkohol, rauchen weniger und begehen weniger häufig Suizid. Männer neigen zu einem risikoreicheren Verhalten [8, 9].

Einflüsse auf die Lebenserwartung

Auch wenn o.g. Faktoren für den einzelnen nicht zu verändern sind, bleibt die Lebenserwartung aber durchaus beeinflussbar. Biologische Faktoren, das gesellschaftliche Umfeld und das persönliche Verhalten wirken sich in komplexer Weise auf die Lebenserwartung aus.

Der Soziologe Pierre Bourdieu [10] unterscheidet vier Formen des menschlichen Kapitals, die einen Einfluss auf ein gesundes Leben haben: das wirtschaftliche, das kulturelle, das soziale und das symbolische Kapital.

- Das *wirtschaftliche Kapital*, die Finanzkraft, bestimmt, ob man sich ein gesundes Leben leisten kann.
- Das *kulturelle Kapital* umfasst die Erziehung und den Ausbildungsstand, verbale Fähigkeiten und wissenschaftliche Kenntnisse. Es bestimmt das Bewusstsein für und Kenntnisse über den Zugang zu einem gesunden Leben.
- Das *soziale Kapital* beschreibt die Eingebundenheit in die Gesellschaft und die sozialen Kontakte.

- Das *symbolische Kapital* steht für die Stellung und das Ansehen einer Person in der Gesellschaft.

Alle vier Formen des Kapitals bestimmen das soziale Verhalten und die Bereitschaft, sich gesundheitlichen Risiken auszusetzen. Sie sind geschlechtsspezifischen Unterschieden unterworfen. Dabei spielt das sozioökonomische Umfeld, das im Folgenden erläuterte Einflussfaktoren einschließt, eine große Rolle.

Es umfasst u. a. die *rechtlichen Ansprüche*, die je nach Land und Rechtssystem für Männer und Frauen unterschiedlich ausgestaltet sein können. In vielen Ländern bestehen noch immer gesetzliche Ungleichheiten zwischen Männern und Frauen, etwa beim Erbrecht, bei Eigentumsrechten oder im Arbeitsrecht. Und selbst wenn formell Gleichheit herrscht, bestehen in der Praxis häufig noch Diskriminierungen, die insbesondere Frauen benachteiligen, etwa beim Zugang zu Eigentum, Arbeit oder politischen Rechten.

Auch *wirtschaftliche Strukturen* verstärken oft geschlechtsspezifische Ungleichheiten. Frauen sind häufiger in niedrig entlohnten oder unsicheren Beschäftigungsverhältnissen tätig und seltener in Führungspositionen vertreten. Dies hat direkte Auswirkungen auf die Verteilung von Einkommen und Vermögen, wo Männer tendenziell deutlich höhere Werte erreichen, was wiederum zu ungleichen Wohlstandschancen führt.

Im *politischen System* sind Frauen weltweit unterrepräsentiert, was ihre Möglichkeiten einschränkt, politische Entscheidungen mitzugestalten und geschlechterspezifische Belange effektiv zu vertreten. Diese geringere politische Teilhabe beeinflusst auch die Gestaltung von Gesetzen und Maßnahmen, die sich auf die soziale Gerechtigkeit auswirken.

Der *Zugang zum Bildungssystem* ist ein weiterer entscheidender Aspekt. Trotz Fortschritten bestehen in vielen Regionen der Welt geschlechtsspezifische Barrieren,

die Mädchen und Frauen den Zugang zu hochwertiger Bildung erschweren. Bildung ist jedoch eine zentrale Voraussetzung für wirtschaftliche Unabhängigkeit und gesellschaftliche Teilhabe.

Das *Gesundheitssystem* zeigt ebenfalls geschlechtsspezifische Unterschiede: Frauen haben oftmals andere gesundheitliche Bedürfnisse, die nicht immer ausreichend berücksichtigt werden. Zudem beeinflussen sozioökonomische Faktoren den Zugang zu medizinischer Versorgung, was wiederum die Gesundheitsergebnisse zwischen den Geschlechtern differenziert.

Die *geschlechtsspezifische Natur von Kriminalität* zeigt sich darin, dass Männer häufiger als Täter von Gewalt- und Eigentumsdelikten auftreten, während Frauen häufiger Opfer von häuslicher Gewalt und sexualisierter Gewalt sind. Diese Unterschiede sind eng mit gesellschaftlichen Normen und Erwartungen verbunden.

Gesellschaftliche Normen prägen und festigen Rollenbilder, die die Erwartungen an Männer und Frauen definieren. Diese Normen beeinflussen Verhalten, Berufswahl, Verantwortlichkeiten im privaten Bereich und die Verteilung von Macht. Sie sind eine der Hauptursachen dafür, dass Geschlechterungleichheiten in verschiedenen Bereichen bestehen bleiben.

Das sozioökonomische Umfeld hat also direkten Einfluss auf die Anhäufung von Wohlstand und auf die vier Formen des menschlichen Kapitals nach Bourdieu. Zusammen mit Lebensgewohnheiten, die Einfluss auf die Gesundheit haben, wie z. B. der Bereitschaft zu risikobehaftetem Verhalten, der Haltung zu Suchtmitteln, den Ernährungsgewohnheiten, der Exposition gegenüber Gewalt oder der Inanspruchnahme von Vorsorgeuntersuchungen, wird die Lebenserwartung maßgeblich bestimmt.

Zu einem konkreten Fazit kommt eine kanadische Multilevelanalyse von Denton und Walters [11]. Für sie sind die größten Prädiktoren für eine gute Gesundheit ein hohes Einkommen, eine Vollzeitbeschäftigung, die Übernahme von Verantwortung z. B. für eine Familie und das Erfahren von sozialer Unterstützung.

Fazit für die Praxis

Frauen leben in allen Gesellschaften der Welt länger als Männer. Während einige Faktoren nicht variabel sind (Genetik), ist die Lebenserwartung zu einem gewissen Grad doch beeinflussbar. Für eine gerechtere Verteilung von allen vier Formen des Kapitals unter den Geschlechtern sind umfassende Maßnahmen notwendig, die Bildung, Arbeitsmarkt, soziale Rollen und Gesundheitsförderung gleichermaßen adressieren. Dies gilt aber auch für die Länder weltweit, was der Einfluss des Wohlstands eines Landes auf die Lebenserwartung verdeutlicht.

Korrespondenzadresse

Prof. Dr. Christine Skala

Abteilung für Reproduktionsmedizin,
Klinik und Poliklinik für Geburtsmedizin,
Universitätsklinik Köln
Kerpener Straße 34, 50931 Köln, Deutschland
Christine.Skala@uk-koeln.de

Funding. Open Access funding enabled and organized by Projekt DEAL.

Einhaltung ethischer Richtlinien

Interessenkonflikt. C. Skala gibt an, dass kein Interessenkonflikt besteht.

Für diesen Beitrag wurden von den Autor/-innen keine Studien an Menschen oder Tieren durchgeführt. Für die aufgeführten Studien gelten die jeweils dort angegebenen ethischen Richtlinien.

Open Access. Dieser Artikel wird unter der Creative Commons Namensnennung 4.0 International Lizenz veröffentlicht, welche die Nutzung, Vervielfältigung, Bearbeitung, Verbreitung und Wiedergabe in jeglichem Medium und Format erlaubt, sofern Sie den/ die ursprünglichen Autor(en) und die Quelle ordnungsgemäß nennen, einen Link zur Creative Commons Lizenz beifügen und angeben, ob Änderungen vorgenommen wurden. Die in diesem Artikel enthaltenen Bilder und sonstiges Drittmaterial unterliegen ebenfalls der genannten Creative Commons Lizenz, sofern sich aus der Abbildungslegende nichts anderes ergibt. Sofern das betreffende Material nicht unter der genannten Creative Commons Lizenz steht und die betreffende Handlung nicht nach gesetzlichen Vorschriften erlaubt ist, ist für die oben aufgeführten Weiterverwendungen des Materials die Einwilligung des jeweiligen Rechteinhabers einzuholen. Weitere Details zur Lizenz entnehmen Sie bitte der Lizenzinformation auf <http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/deed.de>.

Literatur

1. <https://ourworldindata.org/grapher/difference-in-female-and-male-life-expectancy-at-birth?tab=chart&country=UKR~AUT~DEU~SYR~TGO&focus=~NGA&mapSelect=~UKR>. Zugegriffen: 07.2025

Why Do Women Live Longer? Determinants of the Gender Life Gap

The analysis of the gender life gap reveals that differences in life expectancy between men and women are not solely biologically determined but are significantly influenced by socioeconomic, cultural, and societal factors. Bourdieu's four forms of capital—economic, cultural, social, and symbolic—provide a useful framework for explaining these complex interrelations. They highlight how social inequalities, gender-specific role expectations, and structural discrimination shape health opportunities and risks. Future research and policy measures should therefore increasingly aim to reduce these disparities in order to sustainably improve quality of life and life expectancy for all genders.

Keywords

Life expectancy · Genetics · Aging processes · Lifestyle · Healthcare system

2. Baum F, Musolino C, Gesesew HA, Popay J (2021) New perspective on why women live longer than men: an exploration of power, gender, social determinants and capitals. *Int J Environ Res Public Health* 18(2):661. <https://doi.org/10.3390/ijerph18020661>
3. Bergeron-Boucher MP, Alvarez JA, Kashnitsky I, Zarulli V (2022) Probability of males to outlive females: an international comparison from 1751 to 2020. *BMJ Open*. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2021-059964>
4. Xirocostas ZA, Everingham SE, Moles AT (2020) The sex with the reduced sex chromosome dies earlier: a comparison across the tree of life. *Biol Lett* 16:20190867
5. Libert C, Dejager L, Pinheira I (2010) The X Chromosome in immune functions: when a chromosome makes the difference. *Nature* 10:594–604
6. Öngel ME, Yildiz C, Akpinaroglu C, Yilmaz B, Özilgen M (2021) Why women may live longer than men do? A telomere-length regulated and diet based entropic assessment. *Clin Nutr* 40:1186–1191
7. Stewart SA, Weinberg RA (2006) Telomeres: cancer to human aging. *Annu Rev Cell Dev Biol* 22:531–557. <https://doi.org/10.1146/annurev.cellbio.22.010305.10451>
8. GBD 2020 Alcohol Collaborators (2022) Population-level risks of alcohol consumption by amount, geography, age, sex, and year: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2020. *Lancet* 400(10347):185–235. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(22\)00847-9](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(22)00847-9)
9. Kiely KM, Brady B, Byles J (2019) Gender, mental health and ageing. *Maturitas* 129:76–84. <https://doi.org/10.1016/j.maturitas.2019.09.004>
10. Bourdieu P (1986) The forms of capital in *Handbook of theory and research for sociology of education*. Greenwood Press, New York
11. Denton M, Walters V (1999) Gender differences in structural and behavioral determinants of health: an analysis of the social production of health. *Soc Sci Med* 48(9):1221–1235. [https://doi.org/10.1016/S0277-9536\(98\)00421-3](https://doi.org/10.1016/S0277-9536(98)00421-3)

Hinweis des Verlags. Der Verlag bleibt in Hinblick auf geografische Zuordnungen und Gebietsbezeichnungen in veröffentlichten Karten und Institutsadressen neutral.