

Gesundheit für alle

Im Herbst 2009 entscheidet der Bundesrat über das geplante Präventionsgesetz. Es soll nationale Projekte und Dienstleistungen verschiedener Anbieter im Gesundheitswesen koordinieren. Chronische Erkrankungen sollen durch gezielte Massnahmen zur Prävention und Gesundheitsförderung reduziert werden. Steigende Kosten im Gesundheitswesen zwingen Politik und Behörden zum Handeln.

aha! sprach mit Vertretern des Gesundheitssektors.

■ Warum braucht die Schweiz ein Präventionsgesetz?



Prof. Dr. Thomas Zeltner,
Direktor des Bundesamtes
für Gesundheit (BAG)

«Damit das Gesundheitssystem auch in 10 oder 20 Jahren noch finanzierbar ist, braucht es neben Massnahmen, die Kosten sparen helfen, auch Massnahmen, die dazu beitragen, dass der Gesundheitszustand der Schweizer Bevölkerung so gut bleibt, wie er zurzeit ist. Um dieses Ziel zu erreichen, müssen wir bereits heute vermehrt in die Gesundheit der Menschen und damit in Prävention und Gesundheitsförderung investieren.»

Mit dem jetzigen Gesundheitssystem sei das nicht zu erreichen. Darin würden medizinische Abläufe geregelt, die Krankheitszustände beenden oder deren Fortschreiten verhindern sollen. Massnahmen, die helfen, Krankheiten zu verhindern und Gesundheitsförderung allgemein seien ungenügend geregelt.

Zeltner: «Mit dem Präventionsgesetz soll in einem ersten Schritt die heute im Bereich Prävention und Gesundheitsförderung bestehende Strukturschwäche überwunden und die Koordination und Effizienz der bereits laufenden Aktivitäten verbessert werden.»

Gesundheit fördern

Die Stiftung Gesundheitsförderung Schweiz hat einen gesetzlichen Auf-

trag, Massnahmen zur Gesundheitsförderung zu initiieren, zu koordinieren und deren Wirksamkeit auszuwerten. Mit ihrer langfristigen Strategie bis 2018 möchte die Stiftung erreichen, dass Gesundheitsförderung und Prävention etabliert, institutionell verankert und vernetzt sind. Ebenso soll der Anteil der Bevölkerung mit einem gesunden Körpergewicht höher sein, als bisher.

Dr. Thomas Mattig, setzt in der Umsetzung dieser Ziele auf die Zusammenarbeit mit anderen Gesundheitsanbietern.



Dr. Thomas Mattig,
Direktor Gesundheitsförderung
Schweiz

«Eine Organisation wie Gesundheitsförderung Schweiz kann für sich alleine nicht viel erreichen. Sie ist auf die Zusammenarbeit mit möglichst vielen Partnern angewiesen, denn Gesundheitsförderung sollte überall in der Gesellschaft stattfinden.»

■ Wie wird Gesundheit gefördert?

Mattig: «Nachhaltige Verhaltensänderungen können nicht verordnet werden. Vielmehr müssen Menschen aus eigenem Antrieb handeln, damit sich wirklich etwas verändert. Darum schaffen wir in der Gesundheitsförderung günstige Voraussetzungen für gesundes Verhalten, und bieten Gelegenheiten, um gesunde Erfahrungen zu sammeln. So laden wir z. B. schweizweit alle Altersgruppen, untrainierte und trainierte Menschen ein, sich nach ihren Möglichkeiten und Bedürfnissen zu bewegen. Diese Aktionen sind eingebettet in

ein kulturell, aber auch kulinarisch ansprechendes Rahmenprogramm. Überzeugen Sie sich selbst und kommen Sie doch einfach zum nächsten slowUp!»

Krankheit verhindern

Massnahmen zur Prävention chronischer Erkrankungen werden unter anderem von den Gesundheitsligen angeboten. Eine Gesundheitsorganisation wie z. B. aha! soll helfen, Krankheiten zu vermeiden.

■ Ist es möglich, Allergien, Haut- und Atemwegserkrankungen zu verhindern?



Dr. Georg Schächli,
Geschäftsleiter von aha!

«Es ist ein erklärtes Ziel unserer Organisation, Allergiebetreffende so zu unterstützen, dass Beschwerden geringer und Symptome so weit als möglich verhindert werden. So können wir präventiv zu einer besseren Lebensqualität von Menschen mit Allergien beitragen. Wir müssen hier die verschiedenen Präventionsstufen unterscheiden. Bezogen auf Allergien wird von Primärprävention gesprochen, wenn wir beispielsweise mit der Empfehlung des ausschliesslichen Stillens während der ersten vier bis sechs Monate versuchen, die Entstehung einer allergischen Erkrankung zu verhindern. Bei einer bestehenden Erkrankung richten sich die Präventionsmassnahmen auf Linderung und Rehabilitation. Eine genetische Veranlagung, wie die Atopie, die den meisten allergischen Erkrankungen zugrunde

liegt, kann man nicht verhindern. Aber wir können durch gezielte Aufklärung zu verhindern suchen, dass sich eine Entzündung durch einen unbehandelten Heuschnupfen zu einem Asthma ausweitet.»

■ *Wie hilft aha!?*

Schäppi: «Allergenvermeidung ist ein wichtiger Bestandteil eines erfolgreichen Umgangs mit Allergien. Welche Allergene vermieden werden müssen und welche Therapieformen angezeigt sind, kann der Allergologe feststellen. Wir sind bei der Umsetzung behilflich, informieren, zeigen konkrete Möglichkeiten des alltäglichen Umgangs, z. B. mit Nahrungsmittelallergien, auf.»

■ *aha! geht aber darüber hinaus und gibt beispielsweise auch Hilfestellungen bei der Suche nach geeigneten Produkten?*

Schäppi: «Firmen, die ihrer sozialen Verantwortung nachkommen möchten, unterstützen wir darin, indem wir auf die Allergiethematik bezogenen Vorträge zur betrieblichen Gesundheitsförderung anbieten oder gemeinsame Projekte lancieren. Weitere Bemühen sind Firmenberatungen und die Aktivitäten zum Gütesiegel, welches den Betroffenen zugute kommt, da sie auch hier auf verlässliche Informationen und von unabhängiger Stelle geprüfte Produkte vertrauen dürfen.»

Viele Informationen zu Krankheitsbeschwerden können im Internet abgerufen werden, jedoch weiss der Betroffene nicht, ob die Informationen, die er erhält, gut sind.

■ *Wie sichert aha! die Qualität der bereitgestellten Informationen?*

Schäppi: «Die Angebote von aha! sind auf die jeweiligen Bedürfnisse von Betroffenen und Angehörigen zugeschnitten. Nehmen Sie als Beispiel unsere aha!infoline. Das ist ein Beratungsangebot, das wirklich jeder nutzen kann.

Ausgebildete Fachkräfte beantworten Fragen und beraten individuell rund um das Thema Allergien. Unsere Broschüren und Internetseite genügen ebenfalls höchsten Qualitätsanforderungen.»

Schulungen für Betroffene und Angehörige sollen möglichst kostenlos angeboten werden.

■ *Wie werden diese Angebote finanziert?*

Schäppi: «Unser jetziger Finanzierungsmix ermöglicht uns ein kompetentes und unabhängiges Engagement. Eine erfolgreiche Umsetzung des Präventionsgesetzes würde ich daran erkennen, dass Rahmenbedingungen geschaffen wurden, die es den Gesundheitsligen ermöglichen, ihre Arbeit nach ihren Zielsetzungen und themenspezifischen Erfordernissen selbstbestimmt und trotzdem koordiniert durchzuführen. So hätten alle Anbieter im Gesundheitswesen die Möglichkeit, Angebote zu setzen und die spezifisch Betroffenen zu erreichen.»

Kräfte bündeln

aha! ist Mitglied der GELIKO Schweizerische Gesundheitsligen-Konferenz. Dieser Dachverband von nationalen gemeinnützigen Organisationen, die sich für die Prävention chronischer Krankheiten einsetzen und Betroffene sowie ihr persönliches Umfeld unterstützen, vertritt die Interessen ihrer Mitglieder.

■ *Warum braucht es die GELIKO?*



Erich Tschirky,
Geschäftsführer GELIKO
Schweizerische Gesundheitsligen-
Konferenz.

«Die Gesundheitsligen haben erkannt, dass sie die Kräfte bündeln müssen, wenn sie ihren Einfluss auf die Politik verstärken wollen. Ziel der politischen Arbeit der GELIKO ist es, die

Prävention und die Bekämpfung von chronischen Krankheiten zu stärken und die Rahmenbedingungen für chronisch kranke Menschen in der Schweiz zu verbessern.»

Erich Tschirky sieht die grosse Chance des Präventionsgesetzes darin, dass mit der Schaffung von bundesgesetzlichen Grundlagen für Prävention und Gesundheitsförderung endlich eine gravierende Lücke in der Rechtsordnung geschlossen werden könne.

Tschirky: «Der grösste Teil der Krankheitslast in der Schweiz wird heute durch chronische, nichtübertragbare Krankheiten verursacht. Neben den physischen Krankheiten spielen dabei die psychischen Belastungen eine immer grössere Rolle.»

Mit dem Präventionsgesetz, so hofft er, könne mit den vorhandenen Mitteln für Prävention und Gesundheitsförderung eine grössere Wirkung erzielt werden.

Ein Aufgaben- und Organisationsgesetz...

...und kein «Massnahmengesetz» sei das geplante Gesetz. Es definiere weder die Prioritäten der zukünftigen Präventionspolitik der Schweiz noch lege es einzelne Massnahmen fest, sagt der Chef vom BAG. In einer ersten Runde seien vor allem die Bundesverwaltung sowie die Stiftung Gesundheitsförderung Schweiz von den organisatorischen Konsequenzen des Gesetzes betroffen.

Zeltner: «Sind die notwendigen Geldmittel vorhanden, kann das Gesetz auch direkte Auswirkungen auf Gesundheitsligen und andere national tätige Organisationen haben, da der Gesetzesentwurf neue Finanzhilfen zugunsten dieser Organisationen vorsieht.»

Auf die Bevölkerung werde das Gesetz zunächst keine unmittelbaren Auswirkungen haben. Die Massnahmen seien aber längerfristig durch bes-

sere Information und attraktive, motivierende Projekte spürbar. Für kranke Menschen und ihre Angehörigen seien die Gesundheitsligen von entscheidender Bedeutung, wenn es darum gehe, den Umgang mit der Krankheit ins alltägliche Leben zu integrieren.

Zeltner: «Gesundheitsligen spielen auch im Bereich der Prävention und der Früherkennung von bestimmten Krankheiten eine grosse Rolle, weil sie nahe an der Bevölkerung arbeiten und die Menschen direkt für bestimmte Risiken oder schützende Verhaltensweisen sensibilisieren können.»

Wirtschaft und Prävention

Auch die Wirtschaft sollte an einem Präventionsgesetz interessiert sein oder es sogar unterstützen, sind sich die Gesundheitsexperten einig.

Tschirky: «Für die Schweiz als Land mit wenig natürlichen Rohstoffen und einem stark ausgebauten Dienstleistungssektor stehen die Menschen als Produktionsfaktor ganz klar im Zentrum. Gesunde Menschen profitieren von einer höheren Lebensqualität und sind leistungsfähiger. Motivierte Mitarbeitende sind der Schlüssel für den Erfolg von Unternehmen. Gerade in wirtschaftlich schwierigen Zeiten ist es besonders wichtig, dass die Unternehmungen ihren Mitarbeitenden Sorge tragen. Investitionen in die betriebliche Gesundheitsförderung sind dabei gut investiertes Geld. Manchmal braucht es gar nicht so viel. So ist beispielsweise die Ausrichtung des Verpflegungsangebotes auf attraktive und gesunde Nahrungsmittel in der Regel nicht mit hohen Kosten verbunden.»

Schäppi: «Die Wirtschaft sollte ein vehementes Interesse haben, schon allein weil durch Integration, Wohlbefinden und gesundheitsförderliches Verhalten mit volkswirtschaftlichen Einsparungen zu rechnen ist. Im Bereich der Allergien gibt es Studien dazu.

Allergien führen zu einer eingeschränkten Leistungsfähigkeit und nicht zuletzt zu mehr Arbeitsaus- und -unfällen. Hier kann schnell und wirksam Abhilfe geschaffen werden.»

Eigenverantwortung

Das Gesetz möchte allen gleiche Chancen auf ein gesundes Leben mit Lebensqualität anbieten. Es kann den Bürgern die Verantwortung für die eigene Gesundheit aber nicht abnehmen. Vielmehr ist es Aufgabe eines Gesetzes, Rahmenbedingungen und Verhältnisse zu schaffen, die eine gesunde Lebensweise ermöglichen und fördern. Nur wer davon überzeugt ist, etwas ändern zu können, macht den ersten Schritt.

Durch Aufklärung, Beratung und Schulung kann fehlendes Wissen angeeignet werden. Oft ist Gewohnheit aber stärker als der Wunsch nach Veränderung. Unser Gehirn ist bis ins hohe Alter noch veränderungsfähig. Die Annahme «Was Hänschen nicht lernt, lernt Hans nimmer mehr» hat ausgedient. In einem gesteckten Rahmen bestimmen wir selbst, wie wir leben wollen.

Was braucht der Einzelne, um seine Überzeugung über die eigene Sportlichkeit und Bewegungsfähigkeit zu ändern und sein Verhalten den eigenen Möglichkeiten anzupassen und Angebote für gesundheitsförderliches Verhalten anzunehmen?

Leidet jemand bereits an einer chronischen Erkrankung, ist der Leidensdruck oftmals Motor für Veränderung. Gesundheitsförderung möchte schon vorher den Weg in ein gesundes Leben und Wohlbefinden weisen. Doch wo hört Gesundheit auf und beginnt Krankheit? Die Grenzen sind fließend. Hat ein Mensch Beschwerden, wünscht er klare Instruktionen zur Behandlung – körperlich wie psychisch. Informationen, die sowohl die psychische, soziale, als auch körperliche Seite der Erkrankung berücksichtigen, erhält er in den Gesundheitsligen und Patientenorganisationen. Das ganzheitliche Wissen und die langjährigen Erfah-

rungen mit dem Krankheitsbild schaffen Vertrauen. Betroffene fühlen sich aufgehoben und verstanden.

Beides, das Wissen um gesundheitsförderliches Verhalten, Anregungen, die es uns leicht machen, Teil unseres Alltags zu werden, aber auch die gezielten Massnahmen zur Verhinderung von chronischen Erkrankungen müssen in der Gesundheitspolitik gleichberechtigt nebeneinander stehen, um allen eine bessere Chance auf ein gesundes Leben zu ermöglichen.

■ Daniela Münch, aha!

Die Interviews mit den Experten können nachgelesen werden auf: www.ahaswiss.ch/ahanews/aha-news unter Nr. 2/2009.

Ziele des Präventionsgesetzes

- Verbesserung der Steuerung und Koordination im Bereich von Prävention und Gesundheitsförderung.
- Klärung der Aufgabenteilung zwischen Bund und Kantonen.
- Vereinheitlichung und Vereinfachung von Finanzierung und Organisation von Prävention und Gesundheitsförderung auf Bundesebene.
- Es soll dem Bund ermöglichen auch bei nichtübertragbaren und psychischen Krankheiten, wie z. B. Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Krebs oder Depressionen, Präventions- und Früherkennungsmassnahmen zu ergreifen.
- Beitrag zur systematischeren Gestaltung und Harmonisierung der Datenerhebung und der Gesundheitsberichterstattung.