

Patientenvertretung positioniert sich:

Gesundheitsförderung in Kommunen ausbauen

Gesundheitsförderung ist wichtig, um das körperliche, geistige und soziale Wohlbefinden sicherzustellen. Menschen müssen selbstbestimmt ihre Gesundheit fördern können, indem sie dazu selbst befähigt werden (Gesundheitskompetenz) und gesellschaftliche Rahmenbedingungen auffinden, die dabei helfen, die gesunde Wahl zur leichten Wahl zu machen. Hierbei sind alle Fach- und Politikbereiche im Sinne des Health in All Policies-Ansatzes gefordert, in allen Bereichen des Lebens gesundheitsförderliche Strukturen und Angebote in den Vordergrund zu stellen.

In der Kommune konkretisieren sich die verschiedenen Lebenswelten der Menschen. Es gibt bereits viele gute Angebote zur Gesundheitsförderung im kommunalen Raum. Diese sind jedoch vielen Menschen nicht ausreichend bekannt.

Kommunal engagierte Patientenvertreter*innen im Regierungsbezirk Düsseldorf haben sich auf einem regionalen Vernetzungstreffen der Projektstelle Patientenbeteiligung NRW 2025 mit Zugangsmöglichkeiten zur kommunalen Gesundheitsförderung auseinandergesetzt und Maßnahmen zur Verbesserung der Angebote formuliert.

Der individuelle Weg zur Gesundheitsförderung

- Damit Menschen ihre eigene Gesundheit fördern, müssen sie zunächst einen Wunsch nach Veränderung realisieren und den „inneren Schweinehund“ überwinden.
- Erste Maßnahmen können bei den eigenen alltäglichen Lebensverhältnissen ansetzen, z.B. bei der Ernährung. Gelegenheiten zur Gesundheitsförderung können anderen Verhaltensweisen vorgezogen werden – beispielsweise die Nutzung einer Treppe statt einer Rolltreppe, sofern dies gesundheitlich möglich ist.
- Angebote der Gesundheitsförderung können mit verschiedenen Medien gefunden werden, z.B. Internet, Flyern und Zeitungen, Informationsmaterialien in Praxen und bei den Krankenkassen ergänzen das Angebot.
- Aufwand (insbesondere Zeit) und Nutzen müssen in einem angemessenen Verhältnis zueinanderstehen. Der teils wahrgenommene gesellschaftliche Druck zur gesundheitliche Selbstoptimierung darf nicht dazu führen, dass Gesundheitsförderung am Ende krankmacht.
- Gesundheitsförderung basiert auf kleinen Schritten. Veränderungen im Gesundheitsverhalten benötigen Zeit. Es ist zur Förderung der Motivation hilfreich, das Gesundheitsverhalten mit anderen Menschen gemeinsam ändern zu wollen.

Hürden in der Gesundheitsförderung

- Das eigenständige Handeln setzt voraus, über Ressourcen zu verfügen, die gesundheitsfördernde Verhalten ermöglichen. Häufig fehlt es jedoch an entsprechendem persönlichem Kapital. Menschen, die aufgrund ihrer sozioökonomischen Situation ein höheres Risiko für gesundheitliche Einschränkungen aufweisen, haben es besonders schwer, gesundheitsförderliche Angebote zu finden und anzuwenden.
- Dies liegt teilweise auch an fehlender zielgruppenorientierter Kommunikation und Ausrichtung der Angebote. Einige Angebote schließen Menschen mit wenig Bildung, wenig Geld, mit internationaler Familiengeschichte oder mit Behinderungen nahezu aus. Viele gesundheitsfördernde Angebote richten sich zudem an junge und alte Menschen, die Generationen dazwischen werden häufig ausgeklammert.
- Angebote zur Gesundheitsförderung werden idealtypisch in den Lebenswelten („Settings“) umgesetzt. Betriebliche Gesundheitsförderung und Gesundheitsförderung in Gesundheitseinrichtungen sind zwar förderfähig, werden aber nicht überall praktiziert. Es fehlen Angebote z.B. in psychiatrischen Einrichtungen.
- Zudem nimmt die Patientenvertretung bei einigen Menschen ein Misstrauen gegenüber den Institutionen wahr. Dies liegt teilweise an schlechten Erfahrungen mit Behörden oder Krankenkassen, die die Motivation zur Eigeninitiative hemmen. Fehlt das Vertrauen in die Einrichtungen, die Gesundheitsförderung anbieten, werden entsprechende Angebote nicht angenommen und dort auch nicht gesucht.

Die Rolle der Selbsthilfe in der Gesundheitsförderung

- Selbsthilfe ist ein wichtiger Motor für Gesundheitsförderung. Durch die Angebote der Selbsthilfe lernen Betroffene selbstbestimmt ihre eigene Gesundheit zu stärken. Sie können sich mit anderen Betroffenen austauschen und gemeinsam gesundheitsfördernde Angebote für sich entdecken und wahrnehmen.
- Daher lohnt es sich, dieses Betroffenenwissen bei der Umsetzung von Gesundheitsförderung mitzudenken. Bis heute existieren Vorurteile gegenüber der Selbsthilfe, auch bei Akteuren der Gesundheitsversorgung. Diese müssen abgebaut werden, um den Mehrwert von Selbsthilfe in der Gesundheitsförderung hervorzuheben. Selbsthilfe muss darauf aufmerksam machen, dass jeder Mensch von bestimmten Erkrankungen heimgesucht

werden kann und daher Gesundheitsförderung durch Selbsthilfe ein wichtiger Bestandteil der Vorsorge und Versorgung darstellt.

Maßnahmen zur Stärkung der Gesundheitsförderung

- Angebote zur Gesundheitsförderung werden niedrigschwellig gestaltet. Dies beinhaltet u.a. Kosten- und Barrierefreiheit. Eine sprachlich einladende Gestaltung berücksichtigt verschiedene Zielgruppen und ihre Interessen. Bestehende Angebote sollten besser auffindbar gemacht werden. Lotsenstrukturen in den Regionen und Quartieren können auf bestehende Angebote zielgruppengerecht aufmerksam machen. Einfach zu praktizierende Alternativen zu gesundheitsschädigendem Verhalten im Alltag sollten sichtbar sein und bekannt gemacht werden.
- Maßnahmen zur Gesundheitsförderung werden in Netzwerkzusammenschlüssen von Betroffenen und anderen Akteuren der Gesundheitsversorgung vor Ort entwickelt. Die Zusammenarbeit kann beispielsweise in Gremien und Arbeitskreisen erfolgen. Hier kann unter anderem diskutiert werden, ob die geplanten Maßnahmen die tatsächlich Bedürftigen für Gesundheitsförderung erreichen und die Maßnahmen die Lebenslagen der Bedürftigen ganzheitlich erfassen.
- Patientenvertreter*innen wissen aus Erfahrung, dass die Verantwortung und der strukturelle Erhalt von gesundheitsfördernden Maßnahmen häufig nicht auf Dauer und stattdessen projektbasiert angelegt sind. Bei der Gesundheitsförderung wird folglich in Zukunft eine dauerhafte Umsetzung und Weiterentwicklung der Angebote garantiert.
- Die hausärztliche Versorgung informiert über Möglichkeiten der Gesundheitsförderung in Behandlungsgesprächen und regt zur Anwendung der Angebote an. Dabei werden individuelle Lebensumstände im Sinne eines partizipativen Ansatzes berücksichtigt und Kommunikation auf Augenhöhe gewährleistet. Das Überleitungsmanagement von stationären Einrichtungen sollte stärker darauf eingehen, wie außerhalb der ambulanten und stationären Versorgung Patient*innen ihre Gesundheit eigenständig fördern können.
- Die Krankenkassen haben den Auftrag zur Finanzierung von Gesundheitsförderung inne. Häufig scheitern aber Initiativen der Patientenvertretung zur Gesundheitsförderung laut Aussagen von Kommunalpolitiker*innen an verpflichtenden finanziellen Anteilen der Kommunen. Es bedarf grundsätzlich mehr Mittel zur Gesundheitsförderung, um die Kosten für das Versorgungssystem insgesamt zu senken. Finanzierungsstrukturen der Gesundheitsförderung sind transparent und nachvollziehbar offenzulegen. Hierfür empfiehlt es sich, Gesundheitsförderung auch in ihrer Wirkung auf die Krankheitslast wissenschaftlich zu untersuchen.

- Gesundheitsförderung dient auch der sozialen Teilhabe und Beteiligung. In Angeboten zur Gesundheitsförderung begegnen sich Menschen und lernen voneinander. Gleichzeitig senkt soziale Teilhabe neben anderen Faktoren wie Bildung und finanziellem Kapital das Risiko für gesundheitliche Einschränkungen. Durch den Abbau von sozialer Ungleichheit steigt somit das körperliche, geistige und soziale Wohlbefinden der Menschen und die Chance, das Menschenrecht auf Gesundheit sicherzustellen.

Kontakt für Rückfragen

Jan Kaßner

Projektstelle Patientenbeteiligung NRW

jan.kassner@patientenbeteiligung.de

0152-53548880