



© Dangubic - Fotolia.com

# Gesundheitsförderung und Prävention – ein wichtiges Anliegen der Krankenversicherung

Der am öftesten geäußerte Wunsch der Menschen ist der nach Gesundheit – dementsprechend wichtig ist der Sozialversicherung die Gesundheitsförderung und Prävention. Veranlagung, soziale und materielle Umwelt, Arbeit und der individuelle Lebensstil beeinflussen unsere Gesundheit maßgeblich. Diese wichtigen Zusammenhänge dringen heute verstärkt in das gesellschaftliche Bewusstsein und werden immer öfter zum Thema. Um diese Entwicklung voranzutreiben, wurde die Gesundheitsförderung bereits im Jahr 1992 als Pflichtaufgabe der sozialen Krankenversicherung verankert. Es gehört zu den Aufgaben der Sozialversicherung, Gesundheitsrisiken im täglichen Leben und in der Arbeitswelt durch Aufklärung und Beratung zu vermindern. Die strategische Ausrichtung der Sozialversicherung folgt dem Grundsatz „Für ein längeres selbstbestimmtes Leben bei guter Gesundheit“ zu sorgen. Zwar gibt es in Österreich ein hervorragendes Krankheitsbehandlungssystem, im Bereich der Gesundheitsförderung und Prävention bestehen jedoch die größten Potential für mehr Gesundheit. Ein Zugewinn an gesunden Lebensjahren kann nicht primär durch ein mehr an Krankenversorgung, sondern vielmehr durch eine ausgeweitete Gesundheitsförderung und Prävention erzielt werden. Im Rahmen einer gemeinsamen Strategie zwi-

schen Bund, Ländern und Sozialversicherung werden daher die Gesundheitsförderung und Prävention als Projekt der Gesundheitsreform ausgebaut. Die Sozialversicherung verfolgt dabei einerseits die Weiterentwicklung und Vertiefung bereits etablierter Bereiche, wie die betriebliche und schulische Gesundheitsförderung. Andererseits werden künftig aber auch Kompetenzen zu neuen Themen wie z. B. Frühe Hilfen, Gesundheitsförderung für Senioren sowie Maßnahmen zur Förderung der psychischen Gesundheit aufgebaut.

## BETRIEBLICHE GESUNDHEITSFÖRDERUNG

Betriebliche Gesundheitsförderung bietet die ideale Gelegenheit, Gesundheit zum Thema zu machen und zahlreiche Aktivitäten im Bereich der Gesundheitsförderung sowie Prävention zu initiieren. Durch Partizipation aller betrieblichen Akteure werden Betroffene zu Beteiligten, die ihre Lebens- und Arbeitswelt mit Unterstützung von Gesundheitsexperten aktiv mitgestalten. Zentrale Themen sind gesundes Führen, Kommunikation, Work-Life-Balance, Bewegung und Ernährung. Alle Krankenversicherungsträger unterstützen bereits erfolgreich Projekte in diesem Bereich, der auch weiterhin einen Schwerpunkt bilden soll.



© Robert Kneschke - Fotolia.com

### SCHULISCHE GESUNDHEITSFÖRDERUNG

Unter Bedachtnahme auf die spezifischen Rahmenbedingungen im schulischen Umfeld wurden bei den Krankenversicherungsträgern regionale Anlaufstellen für interessierte Lehrer und Schüler geschaffen, die ihre Angebote zur Gesundheitsförderung systematisch an die Schulen herantragen. Die „Service Stellen Schule“ der sozialen Krankenversicherung haben primär einen unterstützenden Charakter. Sie betrachten sich als Dienstleister aller im Setting Schule tätigen Akteure. Die Angebote der „Service Stellen Schule“ sowie die entsprechenden Kontakte können unter [www.sozialversicherung.at/schule](http://www.sozialversicherung.at/schule) abgerufen werden. In der Unterstützungspraxis der Service Stellen Schule“ haben sich dabei sowohl thematische Schwerpunkte zur Verhaltensprävention (Ernährung, Bewegung, Sucht und dergleichen), als auch umfassende verhältnisbezogene Projekte, mit denen Einflüsse und Bedingungen in der Schule systematisch verändert werden, bewährt. Die „Service Stellen Schule“ der sozialen Krankenversicherung haben eine Reihe von Angeboten entwickelt, die Hilfe für jene Lehrer und Schüler bieten, die sich im Lebensraum Schule mit dem Thema Gesundheit auseinandersetzen möchten. Die Unterstützungsleistungen umfassen dabei:

- Information und Beratung zu aktuellen gesundheitsbezogenen Themen und statistischen Gesundheitsdaten sowie einen Newsletter, der zweimal jährlich erscheint.
- Unterstützung bei der Initiierung und Planung von Projekten.
- Vernetzung und Vermittlung von Kontakten zu Experten, Vortragenden und Sponsoren.
- Bundesländerspezifische Hilfestellung bei der Verwirklichung ganzheitlicher Gesundheitsförderungsprojekte sowie Entwicklung von Tools, die einzelne Themenkomplexe von Gesundheit behandeln.

- Unterstützung der Schulen im Rahmen von Projekten zum Thema Gesundheit.

### VORSORGEUNTERSUCHUNG

Die Vorsorgeuntersuchung ist ein wichtiger Bestandteil der Prävention und stellt einen wichtigen Aspekt im Bereich Früherkennung von Krankheiten dar. Die Vorsorgeuntersuchung ist kostenlos und richtet sich als Angebot an alle in Österreich wohnhaften Personen ab 18 Jahren, sie steht also auch Nichtversicherten zur Verfügung. Als die Vorsorgeuntersuchung 1974 in Österreich eingeführt wurde, lag die durchschnittliche Lebenserwartung der Frauen bei knapp 75 Jahren, jene der Männer bei 67 Jahren.

Heute leben Frauen um acht, Männer sogar um zehn Jahre länger. Doch noch immer sterben zu viele Menschen vorzeitig oder haben auf Grund von chronischen Krankheiten im Alter eine niedrigere Lebensqualität. Nur ein Viertel der 60-jährigen Männer und Frauen kommt ganz ohne Dauermedikamente aus.

#### Hauptziele der Vorsorgeuntersuchung sind:

- Reduktion jener Risikofaktoren, die durch geeignete Änderungen im Lebensstil beeinflussbar sind.
- Bessere Heilungschancen durch die Früherkennung von Krankheiten.
- Rechtzeitige Verhinderung von chronischen Krankheiten.

#### Das medizinische Programm der Vorsorgeuntersuchung umfasst folgende Komponenten:

- Prävention kardiovaskulärer Erkrankungen und Stoffwechselerkrankungen.
- Prävention von Krebserkrankungen (Zervixkarzinom, Kolorektales Karzinom, Prostatakarzinom).
- Prävention weiterer wesentlicher Erkrankungen und von Erkrankungen des höheren Alters (Parodontalerkrankungen, Glaukom, Hörminderung, Hörverlust, altersbedingte Sehschwäche).
- Es fließen Erkenntnisse der modernen Lebensstil-Medizin in die Vorsorgeuntersuchung ein. Dabei geht es verstärkt um Aufklärung und Unterstützung bei gesundheitsfördernden Veränderungen des Lebensstils (Bewegung, Ernährung, Rauchen, Alkohol, usw.).

Durch ein zielgerichtetes Einladungsmanagement für bestimmte Risikogruppen sollen Personen zur Teilnahme an der Vorsorgeuntersuchung animiert werden. Weiters bildet die elektronische Abwicklung der Vorsorgeuntersuchung die Voraussetzung dafür, dass das Programm laufend hinsichtlich Effizienz und Effektivität evaluiert werden kann.

## Österreichisches Brustkrebs-Früherkennungsprogramm

Ziel des Brustkrebs-Früherkennungsprogramms ist die frühzeitige Erkennung von Brustkrebs, um ihn mit bestmöglichem Erfolg behandeln zu können. Das Programm sieht hohe Qualitätsstandards vor. Diese betreffen unter anderem die Schulung und Fortbildung aller beteiligten Berufsgruppen sowie die Ausstattung der technischen Geräte. Nur Radiologinnen und Radiologen, die über das Qualitätszertifikat für Mammadiagnostik verfügen, dürfen die Untersuchungen durchführen. Im Rahmen dieses Programms können Frauen alle zwei Jahre zur Früherkennungsmammographie gehen. Um einen niederschweligen Zugang zu sichern, erhalten alle Frauen im Alter von 45 bis 69 Jahren per Post eine persönliche Einladung zur Früherkennungsmammographie. Frauen zwischen 40 und 44 Jahren und ab 70 Jahren können sich zum Programm anmelden (Selbsteinladung) und bekommen anschließend alle zwei Jahre ein Einladungsschreiben zugeschickt. Eine ärztliche Zuweisung zur Früherkennungsmammographie ist nicht erforderlich. Das Programm richtet sich an gesunde Frauen ohne Anzeichen einer Brustkrebserkrankung, für Frauen, die einen Verdacht haben oder zu einer definierten Risikogruppe gehören, sind die notwendigen Untersuchungen wie bisher möglich. Natürlich ist die Früherkennung freiwillig.

## JUGENDLICHENUNTERSUCHUNG

Die Krankenversicherungsträger laden die bei ihnen pflichtversicherten Jugendlichen (16. bis 18. Lebensjahr) einmal jährlich zu einer Vorsorgeuntersuchung ein. Im Rahmen einer Aktualisierung wurde das Untersuchungsprogramm an die neuesten wissenschaftlichen Erkenntnisse angepasst.

## MEDIZINISCHE REHABILITATION

Im Rahmen der Prävention spielt auch die medizinische Rehabilitation eine bedeutende Rolle. Sie schließt optimalerweise an die akutmedizinische Versorgung an und steht mit dieser in ursächlichem und zeitlichem Zusammenhang. Ihr generelles Ziel ist es, die Patientinnen und Patienten wieder in die Lage zu versetzen, möglichst ohne fremde Hilfe ein eigenständiges Leben zu führen, einen Beruf auszuüben oder eine Ausbildung zu absolvieren. Für jede Patientin und jeden Patienten ist die Festlegung eines individuellen „Rehabilitationsplanes“ erforderlich, der das angestrebte Ziel und die zu dessen Erreichung notwendigen Maßnahmen definiert. Die Rehabilitation umfasst außerdem die zur Erreichung und dauerhaften Absicherung des Rehabilitationszieles notwendigen Heil- und



© Picture-Factory - Fotolia.com

Hilfsmittel und anderen Behelfe, die für einen Behinderungsausgleich erforderlich sind. Für die Erbringung der medizinischen Rehabilitation kommen sowohl Unfallversicherungs-, als auch Pensionsversicherungs- und Krankenversicherungsträger in Betracht.

## PROJEKTE UND AKTIVITÄTEN – „PRÄVENTIONSPRODUKTE“

Zur Prävention führt die Sozialversicherung laufend Aktivitäten und Projekte durch, besonders aktuell sind die Themen „Rauchen“ und „Richtige Ernährung“. Viele Sozialversicherungsträger bieten bereits ambulante und stationäre Raucherentwöhnung sowie Raucherberatung an. Auch das Rauchfrei-Telefon ist ein wichtiges und bereits etabliertes Beratungsangebot, das gemeinsam von Sozialversicherung, Ländern und BMASGK finanziert wird. Zum Thema Ernährung gibt es ebenfalls eine breite Initiative der Sozialversicherung. Unter dem Motto „Richtig Essen von Anfang an!“ wird bundesweit und kostenlos eine Ernährungsberatung für Schwangere und Kleinkinder angeboten.

## LEBENSLANGES PRÄVENTIONSPROGRAMM

Neben der Aufklärungs- und Informationspflicht gibt es schon seit langem ein gesetzlich verankertes lebenslanges Präventionsprogramm, das bei der Vorsorge für Schwangere und Neugeborene im Rahmen der Mutter-Kind-Pass-Untersuchung beginnt. Mit den Ländern und dem Bund wird ein gemeinsames Kinderimpfkonzept finanziert. Abgerundet wird dieses Vorsorgepaket durch Kostenzuschüsse zu diversen Impfungen sowie die Möglichkeit der Durchführung von humangenetischen Untersuchungen, die vor allem genetische Familienberatung, pränatale Diagnose und zytogenetische Untersuchungen beinhalten.