

Betriebs
Kranken
Kassen

Magazin für Politik, Recht und
Gesundheit im Unternehmen

NOTFALL GESUNDHEITSSYSTEM

■ **PFLEGEFALL PFLEGE**

Die Gesundheit der Pflegefachkräfte wird schlechter. Dringende Aufgabe: Bessere Arbeitsbedingungen.

■ **NOTFALLVERSORGUNG**

Die Krise im Rettungsdienst löst eine Kettenreaktion aus. Das System gerät massiv unter Druck.

GESUNDHEIT

GLEICHE CHANCEN FÜR ALLE?

Von Siegfried Gänsler, Vorsitzender des Vorstandes der vivida bkk

Unsere Welt verändert sich immer schneller und wir stehen zahlreichen Herausforderungen gegenüber: Die Corona-Pandemie, Konflikte in der Welt, soziale Ungerechtigkeit, die Finanzierungslücke im Gesundheitssystem und die spürbaren Auswirkungen des Klimawandels sind nur einige davon. All das hat Auswirkungen auf unseren Alltag – und unsere Gesundheit.



© vivida bkk

Gerade in diesen unsicheren, fordernden Zeiten ist es umso entscheidender, dass wir auf unser physisches und psychisches Gleichgewicht achten. Doch zu viele vernachlässigen Körper und Psyche und damit ihre Gesundheit – häufig ohne es selbst zu merken. Das hat nicht nur Auswirkungen auf das eigene körperliche Wohlbefinden und die psychische Ausgeglichenheit, auch wir als Gesellschaft bekommen das zu spüren: Als die Krankmeldungen durch die Corona-Pandemie in den Betrieben übermäßig anstiegen, wurde mehr als deutlich, dass wir wirtschaftlich und gesellschaftlich zunehmend an Grenzen stoßen. Nicht zuletzt deshalb sollte es eine gesamtgesellschaftliche Aufgabe werden, Menschen dabei zu unterstützen, eine gesunde Lebensführung mühelos in ihren Alltag zu integrieren. Am nachhaltigsten ist das, wenn wir bei den Kleinsten anfangen. Denn was in jungen Jahren idealerweise spielerisch gelernt wird, ist prägend, bleibt im Gedächtnis und zahlt sich in Form eines gesunden Lebens langfristig aus.

Die gesellschaftliche Verpflichtung ist sogar gesetzlich festgelegt: Bereits vor 30 Jahren hat der Deutsche Bundestag die Kinderrechtskonvention der Vereinten Nationen ratifiziert. Dazu gehört auch das in Artikel 24 der UN-Kinderrechtskonvention verbriefte Recht des Kindes auf das „erreichbare Höchstmaß an Gesundheit“.

LEBENSUMSTÄNDE PRÄGEN DIE GESUNDHEIT JUNGER MENSCHEN

Die Realität sieht jedoch anders aus. Der im September 2022 veröffentlichte Bericht der Stiftung Kindergesundheit, den wir als vivida bkk und unsere Stiftung „Die Gesundheitsarbeiter – Zukunftsverantwortung Gesundheit“ unterstützt haben, vermittelt ein umfangreiches Bild zur Kindergesundheit in Deutschland. Darin kommen erschreckende Ungleichheiten zutage!

Kinder mit niedrigem sozioökonomischen Status haben demnach deutlich schlechtere Startchancen ins Leben: Ihre Mütter rauchen viel häufiger in der Schwangerschaft und sie leiden öfter an chronischen Erkrankungen, Entwicklungsstörungen und psychischen Auffälligkeiten. Das ist besonders fatal, weil Gesundheitsbeeinträchtigungen und -risiken, die bereits in frühen Jahren auftreten, häufig langfristige Auswirkungen bis ins Erwachsenenalter haben. Auch gesundheitsschädliche Verhaltensmuster und Lebensstile, die in der Kindheit erlernt werden, verfestigen sich oft im Jugend- und Erwachsenenalter – mit Auswirkungen auf die kognitive und körperliche Leistungsfähigkeit in Schule, Ausbildung, Studium und Beruf.

Gerade die entscheidenden Bausteine „Ernährung“ und „Bewegung“ werden bei Heranwachsenden je nach Sozialstatus ganz unterschiedlich gelegt: Laut KiGGS-Studie des RKI (2014–2017) essen Kinder und Jugendliche aus Haushalten mit geringerem Einkommen seltener frisches Obst und trinken öfter zuckerhaltige Erfrischungsgetränke. Ebenfalls sind junge Menschen aus Haushalten mit geringem sozioökonomischen Status seltener

sportlich aktiv: 28,2 Prozent von ihnen treiben keinen Sport. Bei Kindern mit hohem sozioökonomischen Status sind es hingegen nur 11,1 Prozent. Mit diesen Voraussetzungen ist es nicht verwunderlich, dass Jungen aus sozial benachteiligten Familien eine 4,1-fach höhere Adipositas-Häufigkeit aufweisen und Mädchen eine 4,4-fach höhere Wahrscheinlichkeit, an Adipositas zu leiden als Jungen und Mädchen mit höherem sozioökonomischen Status.

GESUNDHEITSKOMPETENZ: MANGELHAFT!

Gesundheitskompetenz bedeutet die Motivation und die Fähigkeit, gesundheitsrelevante Informationen zu suchen, richtig zu verstehen, zu beurteilen und verwenden zu können, um ein angemessenes Gesundheitsverhalten zu entwickeln, sich bei Krankheiten die entsprechende Unterstützung zu sichern und die dazu nötigen Entscheidungen treffen zu können. Auch in diesem Bereich gibt es in Deutschland große Defizite: Die vom BMG geförderte, im Februar 2021 publizierte Studie der Universität Bielefeld „Gesundheitskompetenz der Bevölkerung in Deutschland vor und während der Corona Pandemie“ hat die Gesundheitskompetenz vor und während der Corona-Pandemie verglichen und die aktuelle Gesundheitskompetenz abgefragt. Demnach schätzen fast 60 Prozent ihre Gesundheitskompetenz derzeit nur als eingeschränkt oder unzureichend ein.

Diese mangelnde Gesundheitskompetenz wirkt sich problematisch auf das physische und psychische Wohlergehen der Betroffenen aus – bis hin zu einer erhöhten Mortalität. Hinzu kommt, dass Selbstmanagementfähigkeiten oftmals unzureichend ausgeprägt sind und Vorsorgeangebote kaum genutzt werden.

Dies hat nicht nur gesellschaftliche, sondern auch ökonomische Auswirkungen: Die Gesundheit beeinflusst schließlich, ob wir unsere Arbeit ausüben können oder ob wir zeitweise oder dauerhaft dazu nicht in der Lage sind.

- » Wenn Gesundheitsthemen verteilt über sämtliche Lehrpläne und Klassenstufen überwiegend freiwillig angeboten werden, fühlt sich am Ende keiner verantwortlich.«

GESUNDHEIT MUSS AUF DEN STUNDENPLAN

In den Lehrplänen der Schulen tauchen Gesundheitsthemen in der Regel dennoch nur sporadisch auf und beschränken sich meist auf allgemeine Fächer wie Biologie und Sport. Sie sind oft als Wahloption in bestimmten Klassenstufen vorgesehen und spielen im Unterricht keine wesentliche Rolle. Somit fehlt eine konsequente Beschäftigung mit dem Thema durch alle Jahrgangsstufen hindurch.

Diesen Zustand bemängeln auch die jungen Bundesbürger und -bürgerinnen selbst: Über 80 Prozent der Kinder und Jugendlichen in Deutschland wünschen sich ein eigenes Schulfach Gesundheit. Das zeigen Ergebnisse der repräsentativen Studie „Zukunft Gesundheit – Jungen Bundesbürgern auf den Puls gefühlt“ der vivida bkk und der Stiftung „Die Gesundarbeiter“ vom Juli 2022. Hierfür wurden mehr als 1.000 Jugendliche und junge Erwachsene in Deutschland zwischen 14 und 34 Jahren befragt.

Zwar hat die Bildungspolitik bereits im Jahr 2012 mit dem Beschluss der Kultusministerkonferenz „Empfehlungen zur Gesundheitsförderung und Prävention in der Schule“ die Bedeutung des Themas für den Schulunterricht erkannt. Allerdings blieben die Aussagen vage und bedürfen in den einzelnen Bundesländern der konkreten Umsetzung. Erste Ansätze gibt es: So ist das Thema „Prävention und Gesundheitsförderung“ beispielsweise in Baden-Württemberg seit dem Schuljahr 2016/17 Bestandteil der Bildungspläne. Im Rahmen einer von insgesamt sechs Leitperspektiven soll damit das Ziel einer gesundheitsfördernden Schule, die die Lebenskompetenzen und persönlichen Schutzfaktoren der Schülerinnen und Schüler festigt, umgesetzt werden. Der „Nationale Aktionsplan Gesundheitskompetenz“ fordert ebenfalls seit 2018 mehr Gesundheitsunterricht in den Schulen.

Zudem gibt es aus medizinischer Sicht Zuspruch: Der Präsident der Bundesärztekammer, Dr. Klaus Reinhardt, möchte Kinder schon in der Schule systematisch für eine gesunde Lebensweise sensibilisieren und plädiert bereits in der Grundschule für ein Schulfach Gesundheitsförderung.

EIGENES SCHULFACH GESUNDHEIT UNUMGÄNGLICH

Diese bildungspolitische Neuausrichtung geht indes nicht weit genug: Wenn Gesundheitsthemen verteilt über sämtliche Lehrpläne und Klassenstufen überwiegend freiwillig angeboten werden, fühlt sich am Ende keiner verantwortlich. Wenn Gesundheit und Gesundheitsförderung als Bildungsziele wirklich ernst genommen werden sollen, müssen sie in einem eigenständigen Schulfach behandelt werden!

Gesundheit sollte sich wie ein roter Faden durch das Schulleben ziehen. Ein fächerübergreifender Ansatz, ein bloßer Verweis auf den Sport- und Biologieunterricht oder ein ausschließlich auf das Thema Ernährung abzielendes Schulfach greifen zu kurz. Nur durch ein eigenständiges Schulfach Gesundheit ist gewährleistet, dass Kinder und Jugendliche – beginnend von der ersten Klasse bis zu ihrem Schulabschluss – das Fachwissen und die Kompetenzen erwerben, die für eine nachhaltig gesunde Lebensführung wichtig sind.

Konzeptionell sollte das Schulfach Gesundheit breit aufgestellt sein: Neben Informationen über die Funktionen des Körpers und wichtige Erkrankungen sollten Lehrerinnen und Lehrer ebenfalls psychologische und soziologische Zusammenhänge vermitteln. Damit wären viele Themen, die Kinder und Jugendliche beim Aufwachsen betreffen, feste Bestandteile des Lehrplans. Auch eine gesunde Lebensweise mit ausreichend Bewegung, ausgewogener Ernährung, Entspannungsmöglichkeiten und Strategien zur Suchtvermeidung sollten wesentliche Inhalte des Schulfachs sein. Themen wie Unfallverhütung, Erste-Hilfe-Maßnahmen, Organspende oder Impfungen stellen sinnvolle medizinische wie gesellschaftlich wichtige Ergänzungen dar.

Seit langem setzen wir uns als vivida bkk nachhaltig für ein eigenständiges Schulfach Gesundheit ein und haben hierzu ein Positionspapier erarbeitet.

GESUNDE KINDER = GESUNDE ERWACHSENE

Wenn Kinder auf diese Weise früh ein Gefühl für den eigenen Körper entwickeln, sich Gesundheitskompetenz aneignen und ihre seelische Widerstandsfähigkeit (Resilienz) gefördert wird, wirkt sich das nicht nur positiv auf die Lebensqualität aus. Auf diese Weise kann der Entwicklung von modernen Zivilisationskrankheiten wie Adipositas, Diabetes mellitus Typ 2, Herz-Kreislauf-Erkrankungen sowie Depressionen, Burnout und Sucht vorgebeugt werden. Davon profitieren natürlich in erster Linie die Heranwachsenden selbst sowie ihre Familien. Darüber hinaus reduzieren sich die Kosten im Gesundheitswesen und wir alle profitieren – denn unsere Gesellschaft ebenso wie die Wirtschaft brauchen später ihre Ideen, ihr Engagement und ihre Potenziale.

Dass wir als vivida bkk hier ebenfalls aktiv sind und unsere Verantwortung für die Prävention bei Kindern und Jugendlichen ernst nehmen, zeigt nicht zuletzt die Tatsache, dass wir bereits 2012 – als erste und einzige gesetzliche Krankenkasse – eine Präventionsstiftung gegründet haben. Die Stiftung „Die Gesundarbeiter – Zukunftsverantwortung Gesundheit“ kümmert sich schwerpunktmäßig um Kinder und Jugendliche. In den Projekten der Stiftung lernen die jungen Menschen beispielsweise, was gesunde Ernährung bedeutet und wie sie diese umsetzen können, was Gesundheit am Arbeitsplatz ausmacht und wie sie sich gezielt entspannen können – wichtige Grundlagen für eine ausgeglichene, gesunde Lebensführung. Alle Projekte finden sich auf der Homepage www.Stiftung-Gesundarbeiter.de.

JUNGE MENSCHEN IN IHRER LEBENSWELT ABHOLEN

Unser Ziel ist es, junge Menschen in ihrer Lebenswelt zu erreichen und sie dabei zu unterstützen, eine gesunde Lebensführung dauerhaft in ihren Alltag zu integrieren. Besonders beim Thema Bewegung ist das dringend notwendig: Die Weltgesundheitsorganisation empfiehlt für Schülerinnen und Schüler eine tägliche körperliche Aktivität von mindestens

60 Minuten, um gesund und fit zu bleiben. Wie das „Bewegungs-Zeugnis“ der Technischen Universität München aus dem Jahr 2022 konstatiert, das die vivida bkk und ihre Stiftung „Die Gesundarbeiter“ unterstützt haben, erreichen das in Deutschland kaum ein Drittel aller Kinder und Jugendlichen!

Dabei geben 77 Prozent der jungen Bundesbürger laut der Studie „Zukunft Gesundheit“ aus dem Jahr 2022 an, dass sie gerne mehr Sport treiben würden – auf dem Weg dahin brauchen sie mehr Unterstützung.

Vereine vor Ort spielen dabei eine wichtige Rolle, um junge Menschen übergreifend zu erreichen und zu fördern. Wir als vivida bkk bewerkstelligen dies beispielsweise über unseren „Gesundheitsbaukasten“ für Vereine. Um alle Mitglieder eines Vereins zu unterstützen, bieten wir acht Module an, aus denen jeder Verein die für sich passenden auswählen kann. Diese enthalten ein umfangreiches Angebot von geistiger Fitness und Konzentration mit „Train your brain“ über Verletzungsprophylaxe bis hin zu Gewaltprävention und Entspannungstechniken.

Auch unsere breit aufgestellte Gesundheitspartnerschaft mit dem Deutschen Basketball Bund (DBB) zielt darauf ab, Kinder und Jugendliche direkt in ihrer Lebenswelt abzuholen: Unter anderem durch kindgerechte Veranstaltungen, sogenannte „Minifestivals“, werden Kinder zu sportlicher Betätigung motiviert und gleichzeitig soziale Kompetenzen gestärkt. Seit Projektstart im Juli 2022 konnten so bisher rund 400 Kinder zwischen sieben und elf Jahren neben der Freude an Bewegung ihre Kenntnisse und Fähigkeiten rund um ausgewogene Ernährung, mentale Gesundheit, Medienkompetenz und körperliche Entspannung erweitern.

MENTALE GESUNDHEIT NICHT VERGESSEN

Inflation, Mobbing, Leistungsdruck – natürlich hat auch die mentale und soziale Gesundheit Einfluss auf das körperliche Wohlbefinden von Kindern und Jugendlichen. Und auch hier gibt es Handlungsbedarf: So fühlen sich nach der aktuellen Studie „Zukunft Gesundheit“ 68 Prozent junger Heranwachsender in Deutschland häufig gestresst.

Bis es bundesweit ein eigenständiges Schulfach Gesundheit gibt, brauchen junge Menschen daher in diesem Bereich Unterstützung. „Smog. Nicht mit mir“ – ein Projekt der SMOG e. V. gemeinsam mit der vivida bkk – setzt hier schon bei Grundschulen an. Über Verhaltenstrainings und Selbstverteidigung unterstützen wir die Resilienz und das Selbstbewusstsein der Jüngsten.

Das Projekt „Digitale Helden“, das wir als vivida bkk in der 7. und 8. Klasse gemeinsam mit Eltern und Lehrkräften umgesetzt haben, legt den Fokus auf Cybermobbing, Medienkonsum und Gefahren im Internet – ein weiterer Aspekt auf dem Weg zu einer resilienten Generation. Denn vor allem Heranwachsende brauchen Unterstützung auf dem Weg zu einem bewussten, gesunden Umgang mit sozialen Netzwerken, dem Internet und anderen digitalen Medien.

Kindergesundheitsbericht 2022

Am Weltkindertag, dem 20. September 2022, hat die Stiftung Kindergesundheit in Berlin einen umfassenden Bericht zur Kindergesundheit vorgelegt. Dieser zeigt detailliert auf, an welchen Stellen Kinder und Jugendliche Unterstützung benötigen, damit sie von Anfang an ein gesundes und ausgeglichenes Leben führen können.

THEMEN

- Mentale Gesundheit
- Impfungen
- Vorsorgeuntersuchungen
- Chronische Erkrankungen
- Klimawandel
- Sozioökonomischer Status
- Ernährung und Bewegung
- und mehr

PROJEKTPARTNER

- Stiftung Kindergesundheit
- Stiftung „Die Gesundarbeiter – Zukunftsverantwortung Gesundheit“
- vivida bkk
- MSD Sharp & Dohme GmbH
- Novartis Pharma GmbH

AUTOREN

Dr. Carolin Ruther, Prof. Dr. Christoph Klein, Dr. Franziska Reiß, Dr. Ester Orban, Ann-Kathrin Napp, Prof. Dr. Ulrike Ravens-Sieberer, Franziska Beck, Isabel Marzi, Clara Tristram, Prof. Dr. Yolanda Demetriou, Prof. Dr. Anne Kerstin Reimers, Dr. Christian Roeßler, Dr. Julia Schoierer, Prof. Dr. Stephan Böse-O'Reilly, Prof. Dr. Berthold Koletzko, Alicia Steffel, Anna Philippi sowie das Team der Stiftung Kindergesundheit.



STUDIE „ZUKUNFT GESUNDHEIT“

Seit 2012 führt die vivida bkk – ehemals Schwenninger Krankenkasse – die repräsentative Studie „Zukunft Gesundheit – Jungen Bundesbürgern auf den Puls gefühlt“ durch. Dafür werden jährlich etwa 1.000 junge Bundesbürger zwischen 14 und 34 Jahren unter anderem zu den Themen Prävention, Ernährung, Bewegung, Entspannung befragt.



ALLE UMFRAGEERGEBNISSE VON 2012 BIS 2022
www.vividabkk.de/studie

GESUNDHEIT FÜR ALLE: VIELFÄLTIGE HERAUSFORDERUNG, GROSSE CHANCEN

Wir wissen: Um Kinder und Jugendliche auf den Weg zu einer gesunden Lebensführung zu bringen, der die mentale, soziale und körperliche Gesundheit umfasst, gibt es viel zu tun.

Die Diskrepanz der Gesundheitschancen heranwachsender Generationen muss stärker in den Fokus der Sozial- und Gesundheitspolitik rücken. Denn die Gesundheit von Kindern und Jugendlichen ist nicht nur für die jungen Menschen und ihre Familien enorm wichtig, sondern auch gesamtgesellschaftlich und nicht zuletzt für den Arbeitsmarkt mit dem sich in Deutschland zuspitzenden Fachkräftemangel. Wir können es uns schlichtweg nicht leisten, einen so großen Teil nachfolgender Generationen zurückzulassen.

Es gibt zahlreiche Ansatzmöglichkeiten, dem entgegenzuwirken. Am effektivsten sicherlich über ein entsprechend gestaltetes Schulfach, das sich von der 1. Klasse bis zum Schulabschluss durchzieht. So könnten wir der sozialen Ungerechtigkeit gerade beim Thema Gesundheit begegnen: Durch ein Schulfach Gesundheit würden wir tatsächlich alle Kinder von klein auf altersgerecht erreichen – unabhängig von Geschlecht, Herkunft, familiärem und sozialem Hintergrund. Durch die Festlegung als Pflichtfach, unabhängig von Schulart und Jahrgangsstufe, wäre die Nachhaltigkeit der Inhalte garantiert.

Gelingt es uns, Gesundheitsbildung in Schulen oder sogar noch früher – in Kitas und Kindergärten – zu verankern, können davon ebenfalls gesamtgesellschaftliche Impulse ausgehen. Kinder beeinflussen ihre Eltern, Geschwister, vielleicht auch die Großeltern, Freunde oder andere Verwandte. Nicht zuletzt profitiert unsere Gesellschaft wirtschaftlich durch weniger krankheitsbedingte Ausfälle und eine gesteigerte Produktivität – gesundheitsbewusste Kinder werden motivierte, fitte Auszubildende oder Studierende und später Beschäftigte. Davon profitiert schließlich unsere ganze Gesellschaft und dies nicht nur wirtschaftlich. ■

IMPRESSUM | BETRIEBSKRANKENKASSEN 1 | 2023

Betriebskrankenkassen
Magazin des BKK Dachverbandes

Herausgeber/Verlag:
BKK Dachverband e.V.
Franz Knieps | Vorstandsvorsitzender

Mauerstraße 85 | 10117 Berlin

Redaktion: Stefan B. Lummer

TEL 030 2700 406 303 | redaktion@bkk-dv.de

Redaktionsschluss: 31. Januar 2023
Erscheinungsweise: 6 Ausgaben jährlich
Auflage: 3.000 Exemplare

Gestaltung/Satz:
THE BRETTINGHAMS GmbH | 10999 Berlin
www.brettingham.de

Druck:
KÖNIGSDRUCK, Printmedien und digitale Dienste GmbH | 13407 Berlin
www.koenigsdruck.de

Bildnachweis:
Titelbild: © Martin Barraud/OJO Images/Getty Images,
S. 7, 16, 48, 67, 73: Getty Images (www.gettyimages.com),
S. 26: © Sebastian Gabsch, S. 31: © vivida bkk S. 41: © Siemens AG, S. 59, 60: © JuniorCampus TH Lübeck

