



Standpunkt

Gesundheitsförderung und Prävention: Synergien und Abgrenzung

Gesundheitsförderung und Prävention ergänzen sich und wollen letztlich dasselbe: mehr Gesundheit und Lebensqualität, weniger Morbidität und weniger verfrühte Mortalität. Lediglich der Ansatzpunkt ist verschieden. Auf einem Gesundheits-Krankheits-Kontinuum, das von der idealen Gesundheit bis zum denkbar schlimmsten Kranksein reicht, ist Gesundheitsförderung eine Kraft, die hin zu mehr Gesundheit zieht, während Prävention dem Abrutschen in die Bereiche von Missbefinden und Krankheit entgegenwirkt. Prävention versucht etwas zu verhindern, zu verzögern oder zu vermindern: ein Problem, eine Sucht, einen Unfall oder eben Krankheiten. Hierfür werden Massnahmen wie Impfungen oder Anleitungen zu einem risikoarmen Lebensstil eingesetzt. Dagegen geht Gesundheitsförderung von den salutogenen Ressourcen aus: Die Quellen besserer Gesundheit sollen mobilisiert und entfaltet werden. Gesundheitsförderung zielt dabei auf die physischen und sozialen Lebensverhältnisse. Denn wenn die Umgebungsbedingungen günstig sind, wird gesundes Verhalten – auch das Befolgen präventiver Empfehlungen – leichter möglich. Jedes gesund geborene Kind hat das Lebenspotential in sich, um gesund ein hohes Alter zu erreichen. Gesundheitsförderung baut auf dieses Gesundheitskapital und sucht es lebenslang zu erhalten und zu stärken.

Vermeidbare Endemien (z.B. Herz-Kreislauf-Krankheiten) könnten und sollten weitgehend verschwinden. Statt Symptome (z.B. Bluthochdruck) müssten die eigentlichen Ursachen (Bewegungsarmut, Fehlernährung, Stress) „behandelt“ werden. Gesundheitsförderung richtet dabei ihr Augenmerk nicht auf Vermeidung, sondern bietet erweiterte Lösungsansätze an. Stichworte hierzu sind: Einwirken auf Verhalten und Verhältnisse, Gemeindebeteiligung, Empowerment und anwaltschaftliches – auch politisches – Eintreten für günstige Lebensbedingungen. Um solche ganzheitlichen Ansätze umsetzen zu können, ist intersektorische Zusammenarbeit gefragt: Bildung, Gesundheitswesen, Ökonomie, Politik und andere gesellschaftliche Bereiche müssen zusammenwirken.

Im weltweiten Vergleich hat eine mitteleuropäische Bevölkerung gute Voraussetzungen „empowered“ zu sein oder zu

werden. Die hierfür nötigen Grundbedingungen sind vorhanden: Freiheit und Demokratie, Bildung, dezentrale Entscheidungsmöglichkeiten und meist ein gewisser Wohlstand. Dies ermöglicht dem Einzelnen und der Gemeinschaft, Verantwortung für Gesundheit und Lebensqualität zu übernehmen. Die konzeptuelle Basis für Gesundheitsförderung liegt seit 1986 in der Ottawa Charta der WHO vor. Gesundheitsförderung ist als Berufsfeld im Rahmen der neuen Public-Health-Entwicklung anerkannt. Sie kann inzwischen auf 25 Jahre internationaler Forschung und Praxis zurückgreifen.

Literatur: *Kickbusch Ilona* (2003). Gesundheitsförderung. In: Schwartz Friedrich Wilhelm. Das Public Health Buch. München, Jena: Urban & Fischer.

Felix Küchler ist Arzt und hat ein Nachdiplomstudium „Health Promotion“ absolviert. Er leitet den Bereich Bildung von Gesundheitsförderung Schweiz.

Echo der Praxis

Suisse Balance

Im Herbst 2002 haben das Bundesamt für Gesundheit und Gesundheitsförderung Schweiz Suisse Balance lanciert. Die Ernährungsbewegung für mehr gesundgewichtige Menschen engagiert sich momentan in Projekten für Kinder und Jugendliche. Projektausschreibung und Ideen-Eingabebögen dazu können im Internet heruntergeladen werden. Gleichzeitig läuft die nächste Handlungsebene an, die ganze Gemeinwesen zu ausgewogener Ernährung und genügend Bewegung motivieren will (Start im Spätherbst 2003). Damit mehr Menschen zu einem gesunden Gewicht finden, sollen zudem Informationsanlässe für Personen aus der Politik die Schaffung günstiger Verhältnisse ermöglichen. Internet: www.suissebalance.ch

Auf dieser Seite erscheinen Informationen von und über Gesundheitsförderung Schweiz. Die Stiftung hat zum Ziel, die Gesundheitsressourcen aller in der Schweiz lebenden Menschen zu fördern. Im Auftrag von Bund, Kantonen und Krankenkassen unterstützt sie Projekte, welche die Gesundheit stärken und koordiniert solche Aktivitäten gemeinsam mit Partnern.

Dufourstr. 30, Postfach 311,
CH-3000 Bern 6
Tel. +41 (0) 31 350 04 04
Fax +41 (0) 31 368 17 00
office.bern@promotionsante.ch
www.gesundheitsfoerderung.ch

Avenue de la Gare 52, Case postale 670,
CH-1001 Lausanne
Tel. +41 (0) 21 345 15 15
Tel. +41 (0) 21 345 15 45
office@promotionsante.ch
www.promotionsante.ch