



Gesundheitskompetenz – ein Thema auch für die Weiterbildung

THERESE STUTZ STEIGER

Dr. med. MSc. Nach jahrelanger Tätigkeit im Bundesamt für Gesundheit BAG in verschiedenen Funktionen ist die Autorin dieses Beitrages nun selbständig tätig im Bereich Public Health mit Fokus auf Gesundheitskompetenz und Patientenkompetenz
Kontakt: stutzsteiger@bluewin.ch

Die heutige Informations- und Wissensgesellschaft verlangt von allen Menschen immer mehr Kompetenzen wie z.B. Entscheidungskompetenz, Bewältigungskompetenz, Medienkompetenz und Computerkompetenz. Und eine davon ist die Gesundheitskompetenz. Die Autorin erläutert in ihrem einführenden Artikel, was darunter zu verstehen ist und welche Voraussetzungen es braucht, um die Gesundheitskompetenz bei der breiten Bevölkerung zu erhöhen. Ebenso zeigt sie auf, weshalb das Konzept «Gesundheitskompetenz» in Fachkreisen noch nicht die verdiente Akzeptanz hat und welche Aufgabe da der Weiterbildung zukommt.

Der Begriff «Gesundheitskompetenz» hat seinen Ursprung im englischen Begriff «health literacy». Der Begriff Health Literacy wurde primär aus der Sicht der Medizin geprägt. Die Ärzteschaft und Ausübende anderer Gesundheitsberufe wurden darauf aufmerksam, dass Patientinnen und Patienten mit Schwierigkeiten beim Lesen und Schreiben spezielle Instruktionen und spezielle Betreuung nötig haben.

Wenden wir uns dem Begriff «Gesundheit» im Alltagsleben zu, so lässt sich Folgendes festhalten: Es gibt keine allgemein gültigen Definitionen von Gesundheit und Krankheit. Sie sind historisch und kulturell geprägt.

Entsprechend gibt es auch zahlreiche Definitionen von Gesundheitskompetenz:

«Gesundheitskompetenz ist die Fähigkeit, so zu entscheiden und zu handeln, dass es für mich und meine Umwelt gesund ist.» (Abel)

Was bedeutet der Begriff «Gesundheitskompetenz»?

Eine neuere Definition beschreibt Gesundheitskompetenz im Einklang mit WHO und EU aus dem Blickwinkel von (New) Public Health. Iona Kickbusch und Daniela Maag haben Gesundheitskompetenz definiert als die Fähigkeit des Einzelnen, im täglichen Leben Entscheidungen zu treffen, die sich positiv auf die Gesundheit auswirken. Gesundheitskompetenz befähigt Personen zur Selbstbestimmung und zur Übernahme von Gestaltungs- und Entscheidungsfreiheit bezüglich ihrer Gesundheit. Sie verbessert die

Fähigkeit, Gesundheitsinformationen zu finden und zu verstehen sowie Verantwortung für die eigene Gesundheit zu übernehmen.

Die Definition von Kickbusch umfasst fünf Bereiche:

- persönliche Gesundheit: individuelle Gestaltung der Gesundheit; Wissen und Anwendung von entsprechendem Verhalten bei Selbst-Management und Betreuung der Familie
- Systemorientierung: die Fähigkeit, sich im Gesundheitssystem zurechtzufinden und gegenüber dem Fachpersonal als kompetente Partnerin aufzutreten
- Konsumverhalten: die Fähigkeit, Konsum- und Dienstleistungsentscheidungen unter gesundheitlichen Gesichtspunkten zu treffen
- Arbeitswelt: Unfälle und Berufskrankheiten vermeiden, Einsatz für die Sicherheit und für gesundheitsförderliche Arbeitsbedingungen; dazu eine angemessene Balance zwischen Beruf und Privatleben
- Gesundheitspolitik: informiertes gesundheitspolitisches Handeln (Eintreten für Gesundheitsrechte, Stellungnahmen zu Gesundheitsfragen, Mitgliedschaften in Patienten- und Gesundheitsorganisationen)

Die Organisationen Gesundheitsförderung Schweiz, Merck Sharp & Dohme-Chibret (MSD), Public Health Schweiz, die Careum-Stiftung und die Verbindung der Schweizer Ärztinnen und Ärzte FMH haben anfangs September 2010 eine gemeinsame Vereinbarung «Allianz Gesundheits-



«Eine erhöhte Gesundheitskompetenz der Bevölkerung in der Schweiz kann allerdings die Menschen gerade befähigen, ihre Gesundheitsdeterminanten positiv zu beeinflussen, Risiken einzuschätzen und sich im Gesundheitssystem autonomer zu bewegen.»

kompetenz» unterzeichnet. Die Plattform will Akteure aus Gesundheitswesen, Wissenschaft, Bildung, Politik, Wirtschaft und Medien zur Förderung der Gesundheitskompetenz in der Schweiz vernetzen.

Die Allianz will dafür sorgen, dass die Menschen befähigt, gestärkt und ermutigt werden, in ihrem Alltag Entscheide zu treffen, welche ihre Gesundheit fördern und selbstbestimmtes Leben auch im Fall von Behinderungen, gesundheitlichen Einschränkungen oder einer eigentlichen Krankheit ermöglichen.

Soziale und gesundheitliche Ungleichheit: Einkommen und Bildung

Soziale Gesundheitsdeterminanten beeinflussen den Gesundheitszustand des Individuums oder von bestimmten Gruppen. Dabei lassen sich sechs Einflussbereiche unterscheiden:

- Soziale Sicherheit und Chancengleichheit
- Beschäftigung und Arbeitswelt
- Bildung und Befähigung
- Lebensraum und natürliche Umwelt
- Wohnen und Mobilität
- Lebensmittelproduktion und -konsum

Soll es gelingen, die Gesundheitskompetenz der Einwohner und Einwohnerinnen der Schweiz oder eines anderen Landes zu erhöhen, so müssen diese ihre Determinanten zum Teil positiv beeinflussen, ihre Risiken einschätzen und in ihrem Alltag Entscheide treffen können, welche sich auf ihre Gesundheit positiv auswirken. Wer von einer chronischen Krankheit betroffen ist, bleibt trotzdem im Rahmen des Möglichen gesundheitsbewusst und aktiv. Das ist für uns alle als Gesellschaft von Bedeutung, da die chronischen Krankheiten am Zunehmen sind und die Lebensqualität von Betroffenen und ihren Angehörigen stark beeinflussen können. Ausserdem wird der Gesundheitssektor (inkl. Gesundheitskosten!) bei mangelnder Gesundheitskompetenz u.U. stark belastet.

Um die Gesundheitskompetenz der Einzelnen zu fördern, müssen die Voraussetzungen dafür geschaffen werden:

Information: Nur informierte Menschen können zwischen den verschiedenen Angeboten im Gesundheitsmarkt oder im Gesundheitswesen wählen; das bedeutet aber auch, dass die Anbieter Informationen bereitstellen (können);

Befähigung: Bildung ist eine wichtige Voraussetzung für die Fähigkeit, verschiedene Informationen zu bewerten; gleichzeitig muss aber auch das Umfeld in der Lage und willens sein, verständliche Informationen aufzubereiten;

Kooperation und Kollaboration: Nur eine Kooperation der Anbieter kann eine Umgebung schaffen, die den Bürgern die Wahl erleichtert; bei der Ernährung reicht das von den Lebensmittelproduzenten – z.B. auch dem Landwirtschaftssektor bis hin zum Markt, auf dem die Produkte angeboten werden – bis zu den Konsumentinnen, die hoffentlich eine kritische Bildung und Weiterbildung genossen haben.

Gesetzliche Rahmenbedingungen: Sie bieten das notwendige Umfeld, dass Initiativen, die die Gesundheitskompetenz fördern, eine Legitimität haben und gefördert werden können.

Gesundheitskompetenz im medizinischen Bereich, im Alltag und als Thema für Fachpersonen

Im medizinischen Umfeld wird auch von Patientenkompetenz gesprochen. Damit wird die Fähigkeit beschrieben, die ein Patient/eine Patientin braucht, um Informationen zu lesen, zu verstehen, zu verarbeiten, zu gewichten und umzusetzen. Auch der partnerschaftliche Umgang mit Fachpersonen und die Fähigkeit zur kompetenten Nutzung des Gesundheitssystems gehören dazu.

Public-Health-orientierte Gesundheitskompetenz kann Menschen zusätzlich zu einer Sensibilität gegenüber ihrem Umfeld und gegenüber gesundheitsrelevanten politischen Entscheidungen befähigen.

Das Konzept Gesundheitskompetenz geniesst in den Fachkreisen noch nicht die verdiente Akzeptanz; teilweise wohl, weil die theoretische Abgrenzung zur Gesundheitsförderung durchaus noch besser aufgearbeitet werden kann und soll. Ein weiterer Grund zur Skepsis ist die Gefahr, dass mit diesem Konzept dem Ruf nach einer starken Betonung der «Eigenverantwortung» für die je eigene Gesundheit Vorschub geleistet wird – was

«Gesund bleiben bzw. gesund werden ist eine Herausforderung, für deren Bewältigung bekanntlich nicht alle Menschen die gleiche Ausgangslage und die gleichen Chancen haben.»

missbräuchlich ausgelegt werden könnte. Eine erhöhte Gesundheitskompetenz der Bevölkerung in der Schweiz kann allerdings die Menschen gerade befähigen, ihre Gesundheitsdeterminanten positiv zu beeinflussen, Risiken einzuschätzen und sich im Gesundheitssystem autonomer zu bewegen. Dabei geht es um die Bündelung von vielen Kompetenzen wie Lesen, Schreiben, Sich-Informieren, Kommunizieren, Entscheiden usw. Diese individuelle Ebene muss natürlich Hand in Hand gehen mit politischen Entscheiden, mit der Optimierung von Verhältnissen und Rahmenbedingungen. Ohne Kompetenz der Bevölkerung bzw. deren Empowerment passiert aber auf dem politischen Niveau zu wenig.

Schlussreflexionen

Gesund bleiben bzw. gesund werden ist eine Herausforderung, für deren Bewältigung bekanntlich nicht alle Menschen die gleiche Ausgangslage und die gleichen Chancen haben.

Vermag das Konzept Gesundheitskompetenz diese Ungleichheit wirklich zu beeinflussen?

Die Antwort ist: Ja – aber nur, wenn mit mehr Entschlossenheit darauf hingearbeitet wird als bis jetzt.

Wir wissen seit langem, dass Menschen mit höherer Bildung und höherem sozioökonomischem Status viel mehr Gesundheitschancen wahrnehmen können als ungebildete. Setzen wir also mehr auf Bildung, und zwar nicht nur auf die Bildung der Gebildeten!

Der Graben zwischen weniger Gebildeten und Gebildeten, zwischen Nichtgesunden und Gesunden, zwischen der ausländischen und der schweizerischen Bevölkerung droht noch breiter zu werden. Die Erarbeitung von geeigneten Instrumenten für die einen und die Sensibilisierung der anderen für die Mitverantwortung bedingen Kompetenzförderung, die den Zielgruppen angepasst ist. Es braucht weiterhin entschlossenes Eintreten für den Einbau von gesundheitsförderlichen Inhalten in den Schulen, in der Berufs- und in der Weiterbildung.

Es braucht Weiterbildung in individueller und öffentlicher Gesundheit für Fachleute, und es braucht Lern- und Diskussionsforen für interessierte Laien sowie für Patienten und Patientinnen. Es ist nicht ausgeschlossen, dass dabei die beiden Gruppen gegenseitig voneinander lernen können. ■

Literatur:

Alexander Rödiger und Therese Stutz Steiger, unter Mitarbeit von Ursel Broesskamp-Stone und Ursula Ulrich, «Gesundheitskompetenz: Hintergrund, Begriffsbestimmung und Auswirkungen»: Schweizerisches Rotes Kreuz (Hg.) (2009), Gesundheitskompetenz. Zwischen Anspruch und Umsetzung

Abel, Thomas (2008), Einführung anlässlich des Expertenforums Ökonomische Bedeutung von Gesundheitskompetenz am 12. Dezember 2008 in Bern

Kickbusch, Ilona; Daniela Maag (2008), Health Literacy, in: International Encyclopedia of Public Health, First Edition, Academic Press, vol. 3, pp. 204-211

Eidgenössisches Departement des Innern (EDI) (2007), Strategie «eHealth» Schweiz, Bern

Stutz Steiger Therese: Gesundheitskompetenz mit Fokus auf Bildung, Editorial Public Health News 1/2011