

„GESUNDHEITSEINFLÜSSE ENDEN NICHT AM WERKSTOR“

Im Gespräch mit Prof. Dr. Mathias Bellinghausen, Professor für Prävention und Gesundheitskompetenz

Fachkräftemangel, der enorme Anstieg sogenannter Zivilisationskrankheiten u. a. haben zu einem erhöhten Interesse an gesundheitsförderlichen Rahmenbedingungen geführt. Prof. Dr. Mathias Bellinghausen, Professor für Prävention und Gesundheitskompetenz und Berater der Gesellschaft für Prävention e. V., empfiehlt daher, die Lebenswelten schlau miteinander zu vernetzen.

Herr Prof. Dr. Bellinghausen, wozu braucht eine Kommune, wozu brauchen die dort ansässigen Unternehmen kommunale Gesundheitsförderung?

Prof. Dr. Mathias Bellinghausen: Der Lebenswelt Kommune kommt eine ganz besondere Aufgabe zu, da sie nicht nur bspw. Schüler, Mitarbeiter oder Familien isoliert betrachtet, sondern alle Lebenswelten und Menschen berücksichtigt. Insofern profitieren alle davon.

„Die großen Herausforderungen für unsere alternde Gesellschaft kommen nicht von jetzt auf gleich.“

Bislang wurde meines Erachtens zu sehr auf einzelne Lebenswelten geschaut. Beispielsweise ist die betriebliche Gesundheitsförderung schon viel weiter als andere. Aber die Gesundheitseinflüsse auf einen Menschen enden ja nicht am Werkstor. Wir müssen die Lebenswelten

schlau miteinander vernetzen und beispielsweise auch das Ehrenamt neu denken: Die heutigen Ruheständler sind viel zu wertvoll für das gesunde Zusammenleben in einer Gemeinschaft. All dies kann die Kommune steuern und mitgestalten.

Haben wir in Deutschland die Prävention seit Einführung des Präventionsgesetzes in 2015 verstanden?

Prof. Dr. Mathias Bellinghausen: Um die Potenziale der Prävention und Gesundheitsförderung zu begreifen, muss man auch in die Zukunft schauen. Vorsorglich den Gurt im Auto anzulegen oder auf dem Motorrad einen Helm aufzusetzen, damit wir im Falle eines Falles besser geschützt sind, leuchtet schnell ein.

Doch die großen Herausforderungen für unsere alternde Gesellschaft kommen nicht von jetzt auf gleich wie ein Unfall. Sie kommen schleichend und entwickeln sich über einen längeren Zeitraum. Die Rede ist von Burnout, Diabetes, Rückenleiden oder Herz-Kreislauf-Erkrankungen bis hin zu Krebs. All diese sind durch ungünstige Lebensstile oder Verhältnisse begünstigt. Durch gesundheitsbewusste Gestaltung von Settings können wir heute für einen Erhalt der Gesundheit, Lebensqualität und nicht zuletzt Leistungsfähigkeit sorgen, bevor wir später reparieren müssen.

Erkennen Sie ein steigendes Interesse an Gesundheitsthemen?

Prof. Dr. Mathias Bellinghausen: Wenngleich zwischen Generationen oder Teilen der Gesellschaft unterschiedlich ausgestaltet, lässt sich insgesamt ein wachsendes Interesse an Gesundheit allgemein feststellen. Dafür gibt es viele Beispiele: Das Präventionsgesetz hat dazu beigetragen, aber auch das wachsende



Prof. Dr. Mathias Bellinghausen, Professor für Prävention und Gesundheitskompetenz an der Hochschule für angewandtes Management, und Berater der Gesellschaft für Prävention e. V.

Interesse an Gesundheit und Fitness der jüngeren Generationen. Zudem der Druck aus der Gesundheits- und Versicherungswirtschaft, der demografische Wandel, der Fachkräftemangel oder der enorme Anstieg unserer sogenannten Zivilisationskrankheiten.

Mittlerweile ist ein positives Gesundheitsimage auch ein enorm wichtiger Faktor für Arbeitgeber oder Städte.

Viele Lebenswelten oder einzelne Institutionen merken, dass sie die Aufgaben nicht alleine lösen können. Das hat nicht immer nur wirtschaftliche Gründe. Hier kommt nun vermehrt der Ruf nach einer in diesen Fragen aktiven Kommune.

Die Erstellung einer detaillierten Gesundheitsmatrix für die Stadt Papenburg gleicht einer Herkules-Aufgabe. Wie gehen Sie vor, um allen Dimensionen und Akteuren gerecht zu werden?

Prof. Dr. Mathias Bellinghausen: In der Tat ist die Kommune eine sehr komplexe Aufgabe und kann nur in Etappen gemeistert werden. Im ersten Schritt laden wir alle interessierten Akteure zu einem Kick-off-Meeting ein. Dabei werden nicht nur einige Hintergründe erläutert, sondern die Akteure sollen sich untereinander kennenlernen. Dazu erfassen wir allgemeine Daten wie Parameter aus Demografie, Infrastruktur etc., woraus sich erste Prioritäten oder Handlungsempfehlungen ableiten.

Im zweiten Schritt werden einzelne Projekte und Programme danach analysiert, wie sie die Zielgruppen, Themen und Settings miteinander verbinden. Dies wird regelmäßig wiederholt und wissenschaftlich begleitet, um auch im Längsschnitt neue Erkenntnisse über positive wie negative Entwicklungen zu gewinnen.

Gibt es bereits erste Zwischenergebnisse?

Prof. Dr. Mathias Bellinghausen: Wir stehen in Papenburg eigentlich noch am Anfang. Aber das Commitment der Politik und verschiedener Verantwortlicher ist meist der wichtigste Schritt.

Wagen wir einen Blick über den Tellerrand. Wie ist Papenburg im Vergleich zu ähnlichen Standorten aufgestellt?

„Das Commitment der Politik und verschiedener Verantwortlicher ist der meist wichtigste Schritt“

Prof. Dr. Mathias Bellinghausen: Um belastbare Aussagen zu tätigen ist es noch zu früh. Aber natürlich liegen ein paar Unterschiede schon auf der Hand. Zuletzt habe ich mich intensiv mit Berlin-Tempelhof/Schöneberg beschäftigt. Die Bevölkerungsdichte und heterogene Gesellschaft dort hat natürlich ganz andere Implikationen als in einer Region wie dem Emsland. Auch ist in Großstädten beispielsweise der Dienstleistungssektor oder die Gastronomie ganz anders ausgeprägt.

Zum Abschluss eine persönliche Frage: Was hat Sie dazu bewogen, sich mit Gesundheit und Prävention zu beschäftigen?

Prof. Dr. Mathias Bellinghausen: Zunächst einmal ist für mich Prävention und Gesundheitsförderung im Sinne

Kurz erklärt: Was sind Lebenswelten?

Bereiche, in denen Menschen große Teile ihrer Zeit verbringen, werden „Lebenswelten“ oder „Settings“ genannt. Das können z. B. Kindertagesstätten, Schulen oder Betriebe sein. Aber auch Kommunen – also Gemeinden, Märkte, Städte, Landkreise – sind solche Lebenswelten. Sie üben einen großen Einfluss auf die gesundheitliche Entwicklung der Menschen aus und tragen zu gesundheitsbezogenen Werten, Einstellungen und Verhaltensweisen ihrer Bürger bei.

Quelle: www.aok.de/pk/bayern/inhalt/gesunde-kommune-foerdern/

eines aktiven Lebensstils kein Verzicht oder Zwang. Im Gegenteil: Es bedeutet für mich spannende Herausforderung und pure Lebensfreude zugleich. Auch der gemeinschaftliche Kampf gegen Krankheiten und deren Implikationen ist für mich eine sinnstiftende Tätigkeit. Ich habe das Vergnügen, seit über 15 Jahren Programme zur Förderung von Kinder- und Jugendgesundheit durchzuführen. Der Blick auf den Spaß an Bewegung und Spiel ist immer wieder Motivation, insbesondere seit der Geburt meiner Tochter.