

Vorreiter für eine konsequente Gesundheitserziehung

Prävention ist ureigenste Aufgabe ärztlichen Handelns. Und das nicht erst, seit Politiker das Thema für sich entdeckt haben. Das machte Ärztekammerpräsident Professor Jörg-Dietrich Hoppe auf dem Kammersymposium „Gesund – ein Leben lang“ deutlich.

von **Bülent Erdogan-Griese**

Ärztepräsident Professor Dr. Jörg-Dietrich Hoppe hat sich für eine konsequente Gesundheitserziehung von Kindern in Deutschland ausgesprochen. Angesichts alarmierender Entwicklungen bei psychischen und körperlichen Auffälligkeiten und Erkrankungen gelte es, die Themen Bewegung, Ernährung oder Sucht bereits in den Grundschulen in den Unterricht zu integrieren. Ein eigenes Schulfach sei dabei gar nicht nötig, sagte der Präsident von Bundesärztekammer und Ärztekammer Nordrhein auf dem Kammersymposium „Gesund – ein Leben lang“ in Düsseldorf. Mit der Veranstaltung Ende Januar im Haus der Ärzteschaft ehrte die Kammer ihren langjährigen Vizepräsidenten Dr. Arnold Schüller für dessen Verdienste, auch um Prävention und Gesundheitsförderung. Von 1989 an gehörte Schüller dem Vorstand an, von 1993 bis 2009 war er Vizepräsident der Ärztekammer Nordrhein.

Neue Rekordmarke

Als bundesweites Vorbild für eine erfolgreiche Gesundheitserziehung im ganz normalen Schulbetrieb hob Ärztepräsident Hoppe das Programm „Gesund macht Schule“ hervor, das in Nordrhein-Westfalen in diesem Jahr mit knapp 35.000 Schülerinnen und Schülern eine neue Rekordmarke erreicht. 1995 hatte die Ärztekammer das Programm ins Leben gerufen, mittlerweile machen 256 von rund 1.700 Grundschulen mit 176 Patenärzten vermitteln den Schülerinnen und Schülern in Unterricht und Nachmittagsbetreuung Wissenswertes über ein gesundheitsförderndes Verhalten. Damit die Kinder auch nach der Schule Unterstützung erfahren, organisieren Lehrer und Ärzte



*Ebrung für 20 Jahre Kammerarbeit:
Dr. Arnold Schüller mit Ehefrau Anita, Professor Dr. Jörg-Dietrich Hoppe (li.), Präsident der Ärztekammer Nordrhein.*

Fotos: Till Erdmenger/ÄkNo

darüber hinaus Elternabende zum Thema. Programmpartner von „Gesund macht Schule“ ist die AOK Rheinland/Hamburg. In Hamburg und Sachsen-Anhalt läuft das Programm derzeit an.

Prävention sei keine „Erfindung der Politik, der Weltgesundheitsorganisation oder unserer Zeit“, sondern „originärer Bestandteil ärztlichen Handelns, und das seit den Anfängen der Medizin“, machte Hoppe deutlich. Schon Hippokrates habe nach folgendem Leitsatz gehandelt: „Wenn wir jedem Individuum das richtige Maß an Nahrung und Bewegung zukommen lassen könnten, hätten wir den sichersten Weg zur Gesundheit gefunden.“

Hoffnungen auf kurzfristige Kosteneinsparungen durch Prävention erteilte Hoppe dagegen vorsorglich einen Dämpfer: „Prävention zeigt selten schnelle Erfolge, spart auch nur manchmal Geld und hat es häufig schwer, eindeutige Effekte, die allein auf die Intervention zurückzuführen sind, nachzuweisen.“

Daran, dass die Ärztekammer in puncto Prävention am eingeschlagenen Kurs festhalten wird, ließ der Präsident in seinem Dank an Arnold Schüller keinen Zweifel.

„Du hast in den 16 Jahren Deiner Amtszeit einen langen Atem gehabt und vieles angestoßen, was wir als Kammer auch zukünftig fortsetzen und durch weitere Präventionsmaßnahmen ergänzen wollen“, sagte Hoppe.

Zwischenbilanz nach 20 Jahren

Der Ehrengast des Symposiums, der Düsseldorfer Allgemeinmediziner Dr. Arnold Schüller, forderte die Gesellschaft zu stärkeren Präventionsanstrengungen bei Menschen im Alter zwischen 30 und 50 Jahren auf. Ziel müsse sein, neben Kindern und älteren Menschen auch Bürger mittleren Alters für Prävention zu interessieren, sagte er. Noch immer herrsche in der Bevölkerung die Ansicht vor, dass Frauen und Männer im sogenannten produktivsten Lebensalter keiner besonderen Aufmerksamkeit bedürften, sagte Schüller. Erfolg in Beziehung, Familie und Karriere werde in dieser Altersgruppe wie selbstverständlich vorausgesetzt, ebenso wie eine unerschütterliche Gesundheit. „Dass dem aber nicht so ist, weiß jeder Arzt aus seiner Praxis“, mahnte der frühere Kammer-Vizepräsident.



*Forderte die Kollegen auf, mit ihren Patienten über Prävention zu sprechen:
Dr. Arnold Schüller bei seiner Rede vor über 100 Gästen im Haus der Ärzteschaft in Düsseldorf.*



Moderierte das Symposium und stellte das musikalische Programm zusammen: **Bernd Zimmer**, seit Juni 2009 Vizepräsident der Ärztekammer Nordrhein.

Insgesamt zog Schüller eine positive Bilanz von 20 Jahren Präventionsarbeit durch die Ärztekammer Nordrhein. Früher habe sich die Ärzteschaft auf die Behandlung von Kranken konzentriert. „Inzwischen sind wir so weit, dass Arztsein auch mit Gesundheit zu tun hat, nicht nur mit deren Wiedererlangung, sondern bereits mit deren Erhaltung.“ Schon bald sei der Gedanke gereift, Prävention mit Bildung zu verknüpfen. Weitere Programme, wie etwa die Bündnisse gegen Depression in Düsseldorf und Duisburg oder das Qualitätssiegel Sport pro Gesundheit, seien inzwischen fest etabliert, so Schüller weiter. Prävention lohne sich. „Schnappt Euch Eure Patientinnen und Patienten, spricht mit ihnen“, warb Schüller um das Engagement der Kollegen.

Realistische Ziele setzen

Schüllers Nachfolger im Amt des Vizepräsidenten, der Wuppertaler Allgemeinmediziner und Geriater Bernd Zimmer, sprach sich dafür aus, das Thema Prävention mit erreichbaren Zielen zu verknüpfen. Ein Leben lang kerngesund zu bleiben, sei eben nicht realistisch. Mit Zielen, die den körperlichen Möglichkeiten angepasst würden, werde so manche Krankheit leichter erträglich, sagte Zimmer. Wer sich bewusst die Frage stelle, wie der morgige Tag aussehen solle, gebe seinem Leben trotz Krankheit oder Behinderung Perspektive und Struktur, sagte er gerade mit Blick auf die älteren Generationen. „Ich denke, wir müssen uns verabschieden vom Gedanken, dass Gesundheit im Alter ein Recht ist“, betonte Zimmer, der das von Akiko Inagawa (Flügel) und Melanie Wiegmann (Gesang) musikalisch begleitete Symposium vorbereitet hatte und moderierte. Ein Anspruch auf Gesundheit sei ohnehin nicht erfüllbar.

Professor Dr. Klaus Völker, Leiter des Instituts für Sportmedizin der Universität Münster, hob die positiven Effekte hervor, die sich bereits mit moderater Anstrengung für Körper und Wohlbefinden erzielen lassen: So hätten schon 30 Minuten Be-

wegung an fünf Tagen in der Woche – oder 20 Minuten intensiveres aerobes Training an drei Tagen – einen signifikanten Effekt auf die Gesundheit. Zudem fühlten sich körperlich aktive Menschen gesünder als inaktive. Körperliche Aktivität, die eingebettet werde in einen gesunden Lebensstil, brauche sich vor etablierten medikamentösen Interventionen nicht zu verstecken.

Leider sei aber die Bereitschaft, körperlich aktiv zu sein, in Teilen der Bevölkerung offenbar nur spärlich ausgeprägt, sagte Völker. So habe die „Deutsche Nichtbeweger-Studie“ 2008 ermittelt, dass sich 17,6 Prozent der Männer und sogar 19,3 Prozent der Frauen im Alter von 16 bis 29 Jahren so gut wie gar nicht bewegen. Bei den über 65-jährigen Frauen waren es gar 40,6 Prozent.

Der Sportmediziner forderte einen Paradigmenwechsel: „Wir dürfen Krankheit nicht mehr nur als Materialfehler verstehen, sondern vielmehr auch als Bedienungsfehler.“ Es dürfe nicht mehr nur darum gehen, Krankheit zu vermeiden, son-



Sorgten an Flügel und Mikrophon für Kurzweil: Die Pianistin Akiko Inagawa und die Sängerin Melanie Wiegmann.

dern auch darum, Gesundheit zu stärken, sagte Völker. Ihm zufolge sind dabei auch die Bürger selbst gefordert. Diese müssten ihre Gesundheit selbst in die Hand nehmen, statt allein auf den Doktor zu setzen.

Wie viel Basisarbeit trotz erfolgreicher Programme wie „Gesund macht Schule“ noch zu leisten ist, zeigte der Pädiater Dr. Thomas Fischbach anhand der Daten des Kinder- und Jugendgesundheitsurveys (KiGGS) des Robert Koch-Instituts aus dem Jahr 2007. So sei der Anteil der übergewichtigen Minderjährigen (3 bis 17 Jahre) in den vergangenen Jahrzehnten um 50 Prozent auf 1,9 Millionen gestiegen. Jedes siebte Kind in Deutschland habe Übergewicht, 6,3 Prozent gälten als adipös. Dabei seien Kinder aus Elternhäusern mit niedrigem Sozialstatus häufiger betroffen. Notwendig

400 Euro für Erdbebenopfer auf Haiti

Außer über das gut besuchte Symposium freuten sich Kammerpräsident Hoppe und Vizepräsident Zimmer auch über die große Spendenbereitschaft der Kolleginnen und Kollegen für die Opfer der Erdbebenkatastrophe auf Haiti: Über 400 Euro kamen für die Hilfsorganisation Ärzte ohne Grenzen und ihre Arbeit zusammen.

Grund zur Freude hatten zudem die Schüler der Milos-Sovak-Schule aus Hürth. Die von ihnen entwickelten Kochbücher zum Preis von zehn Euro fanden unter den Gästen reißenden Absatz, am Ende klingelten über 600 Euro in der Kasse. Das Kochbuch enthält 71 kindgerechte Rezepte aus elf Ländern und Regionen.

Weitere Informationen unter:
www.aerzte-ohne-grenzen.de
www.gesund-macht-schule.de

ist für den Landesverbandsvorsitzenden des Berufsverbandes der Kinder- und Jugendärzte daher unter anderem ein flächendeckender Ausbau von Projekten zur Förderung der Gesundheit dieser Familien.

Eine positive Entwicklung beobachtet Fischbach indes bei der Säuglingssterblichkeit von nichtdeutschen Kindern. Von 2005 bis 2007 sank die Quote von 13,4 auf 6,8 je 1000 Lebendgeborene (deutsche Kinder: 4,7 auf 1000 Lebendgeborene).

Professor Dr. Wolfgang Gaebel, Ärztlicher Direktor des LVR-Klinikums Düsseldorf, stellte für psychische Erkrankungen einen alternativen Präventionsansatz vor. Statt des klassischen Modells der Primär-, Sekundär- und Tertiärprävention erscheine es sinnvoll, zwischen einer universalen (Allgemeinbevölkerung), einer selektiven (Risikopersonen) und einer indizierten (Menschen mit Symptomen, aber ohne diagnostizierbare Störung nach ICD- oder DSM-Kriterien) Präventionsstrategie zu unterscheiden. Bei der indizierten Prävention soll der gefährdete Einzelne demnach gezielt angesprochen und für erste Symptome einer sich entwickelnden Erkrankung sensibilisiert werden. Damit er bei vorhandenen Beschwerden selbstständig Hilfe in Anspruch nehmen kann, soll der Angesprochene über Angebote im Versorgungssystem informiert werden, so Gaebel.

Hinweis

Die Folienvorträge der einzelnen Referenten finden Sie auf unserer Internetseite: www.aekno.de/dokumentenarchiv/aekno. Die Festschrift können Sie per Mail an pressestelle@aekno.de bestellen.