

Was Herzschlag und Wirtschaftswachstum verbindet

Gesundheitspolitik ist Lebensweisenpolitik. Die Integration bisher getrennter Bereiche wie Demokratisierung, Gender-Politik, Sicherheitspolitik oder Menschenrechte als neue soziale Herausforderung erkennt gute Gesundheit als wesentliche Voraussetzung für ein nachhaltiges Wirtschaftswachstum.

► Gesundheit wird damit in jedem Lebensbereich angesprochen, mit dem Ziel, für alle das volle gesundheitliche Potenzial zu erreichen, „die Gesundheit der Bevölkerung während der gesamten Lebensspanne zu fördern und zu schützen sowie das Auftreten der wichtigsten Krankheiten und Verletzungen zu reduzieren und die auf Krankheiten durch Verletzungen zurückzuführenden Leiden zu mindern“. So postulierte die WHO 1998 und definierte vier grundlegende Schritte zur Umsetzung

- Chancengleichheit, vor allem im sozialen Bereich
- Risikoreduktion – in erster Linie Vermeidung von Faktoren wie Rauchen, ungesunde Ernährung, Bewegungsmangel, hoher Alkoholkonsum und Stress
- ganzheitliche Perspektive mit aufgeklärter Wirtschaftspolitik, sozialer Unterstützung und guten zwischenmenschlichen Beziehungen
- gesundheitsförderndes Setting im Wohnbereich, Arbeit, Schule, gesunde Städte und Gemeinden, gesundheitsfördernde Spitäler

Was Vorsorge bringt

Ein heute 40-Jähriger hat statistisch noch 42 Jahre vor sich, 1970 waren es nur 24 Jahre. Dabei wird die Spanne zwischen dem Eintreten ernster chronischer Krankheiten und dem Sterbealter kaum größer. Bei einer jährlich steigenden Lebenserwartung um 10 Wochen muss es das Ziel sein, dass Vorsorge in erster Linie als Bestätigung für Gesundheit betrieben wird. Ein Paradigmenwechsel ist bereits bei der Vorsorgeuntersuchung NEU eingetreten, soll

es doch hier nicht um einzelne Parameter, sondern um eine ganzheitliche Perspektive gehen: „Anhand eines individuellen Risikoprofils kann der einzelne Vorsorgeuntersuchungs-Teilnehmer beraten werden, welche belastenden Elemente – mangelnde Bewegung, Ernährung, Rauchen – sein Risiko erhöhen, und ob er Gefahr läuft, seine Lebenszeit in Gesundheit zu verkürzen, wenn er so weiterlebt.“

Evidenzbasierte Parameter, Optimierung von Blutuntersuchungen, Altersgrenzen und unterschiedliche Intervalle, Erfassung von Risikopatienten und deren besondere Betreuung, EDV-unterstütztes Einladesystem und Evaluation sind großteils umgesetzt. Bei konsequenter Einhaltung der zugesagten ständigen Evaluation und Weiterentwicklung der gewonnenen Erkenntnisse wird die Vorsorgeuntersuchung NEU als risikoorientierte Maßnahme zur Vermeidung von gesundheitlichen Beeinträchtigungen und Erschwernissen im Leben bereits im Vorfeld beitragen. So kann ein vor Augen geführter, abnormer Blutwert den Willen zu einer Veränderung im Lebensstil bewirken.

Offen bleibt, ob alleine die jahrzehntelange angstgesteuerte Beschäftigung mit potenziellen Risikofaktoren beste Verhältnisse und Verhaltensweisen für möglichst lange Gesundheit zu bilden vermag? Nach Ansicht der Salutogenese bewegen wir uns zeitlebens auf einem Kontinuum zwischen vollkommener Gesundheit und absoluter Krankheit (Tod). Leben ist ein andauerndes Zusammenspiel von pathogenetischen und salutogenetischen Ereignissen. Es geht also folglich um beides: sich mit den po-



tenziellen Risiken zu beschäftigen, aber auch sich jenen eigenen Ressourcen zu widmen, die Gesundheit generieren bzw. fördern.

Neugierde für Gesundheit schaffen

Einen barrierefreien Zugang zum Thema Vorsorge zu schaffen gelang beispielsweise AUTONOM HEALTH® über die Analyse der Herzfrequenzvariabilität, einem bio-psycho-sozialen Feedback über 24 Stunden. Das Bild, welches das eigene Herz gezeichnet hat, und der dazugehörige Lebensstilstatus sind als komplementäre Methode zum „Krankheitsstatus“ der bisherigen Vorsorgeuntersuchungen zu sehen. Wer seinen Risikostatus kennt, weiß, wie er sich weiter in Richtung Krankheit bewegen würde. Wer den eigenen Gesundheitsstatus kennt, weiß, wie er sich weiter in Richtung Gesundheit bewegen kann. Nur wenn wir auch unsere „guten Seiten“ (Gesundheitsressourcen) erkennen, muten wir es uns auch zu, die Risikofaktoren in Angriff zu nehmen. Und hier zeigt sich auch, dass die natürliche Neugierde der Menschen sehr leicht eine nachhaltige Veränderungsbereitschaft auslöst. Und sich nicht von Krankheit weg, sondern in Richtung Gesundheit bewegen kann. ■

Info & Kontakt: Dr. Alfred Lohninger
Internet: www.autonomhealth.com