

**Prävention und Gesundheitsförderung**

Die Covid 19-Krise hat gezeigt, welche Bedeutung aktive Gesundheitsförderung und Prävention für eine nachhaltige, patienten- und zugleich kostenorientierte Gesundheitsversorgung haben können. Die begrenzten finanziellen Ressourcen des Gesundheitssystems vor dem Hintergrund der demografischen Herausforderungen dürfte die Notwendigkeit nachhaltiger wirksamer Konzepte verstärken.

In den letzten Jahren ist der Wunsch von Bürgerinnen und Bürgern nach ergänzenden gesundheitsfördernden Angeboten gestiegen. Auch die Bereitschaft, diese selbst zu finanzieren hat sich erhöht: 25 Prozent der Gesundheitsleistungen in Deutschland stammen von privaten Zahlern. 2016 wurden ca. 111 Milliarden Euro im sogenannten zweiten Gesundheitsmarkt von Privatpersonen bezahlt. <sup>1</sup>

Die Integrative Medizin (IM) unterstützt mit ihrem ganzheitlichen Ansatz, ihrer verbundenen ärztlichen Kompetenz und insbesondere mit ihrer Ausrichtung auf Prävention und Gesundheitsförderung die Bürger\*innen bei der Suche nach passgenauen Angeboten. Hier werden zudem die spezifischen Erfahrungen und Präferenzen der Bürgerinnen und Bürger einbezogen. Bereits in der Aufnahme der Krankengeschichte werden konkret Fragen des Lebensstils (Ernährung, Bewegung, Schlafqualität, Lebensumstände) angesprochen. Ein wesentlicher Anknüpfungspunkt ist die Motivation der Patient\*innen, die eigene Situation mitgestalten zu wollen und zu können. So wird gemeinsam mit den Patient\*innen mit konkreten und passgenauen, die Selbstregulation anregenden Maßnahmen frühzeitig und gezielt gegen eine mögliche Chronifizierung vorgegangen.

Menschen, die gut für sich sorgen, sind gesünder und erleben eine höhere Lebensqualität. Verstärkte Gesundheitsförderung und Primärprävention tragen dazu bei, die Kosten zu begrenzen, indem Versorgungsnotwendigkeiten im Idealfall gar nicht erst entstehen. Sie erhöhen die Wahrscheinlichkeit, dass Menschen seltener krank werden und Belastungen generell besser bewältigen können. Die Stärkung integrativmedizinischer Versorgung im Gesundheitssystem kann damit einen wichtigen Beitrag zur Verminderung der Krankheitslast durch chronische Erkrankungen leisten. Damit ergänzt sie im Versorgungskontext den ‚Health in all Policies‘ Ansatz, der die Veränderung der Lebensbedingungen in der Gesellschaft im Blick hat (Verkehr, Wohnen, Landwirtschaft, Luft...) und damit am Regierungshandeln ansetzt.

Nicht zuletzt mit dem 2015 in Kraft getretenen Präventionsgesetz haben Gesundheitsförderung und Prävention in den letzten Jahren eine Aufwertung erfahren. Dennoch nach wie vor einen viel zu geringen Stellenwert ein: die Krankenkassenausgaben für Gesundheitsförderung und nichtmedizinische Primärprävention beliefen sich im Jahr 2019 auf 0,63 Milliarden Euro, das entsprach 0,25 Prozent der Gesamt<sup>2</sup>

---

<sup>1</sup> Andreas Mihm: Deutsche geben 100 Mrd. für Wellness & Co aus; FAZ vom 10.03.2017

<sup>2</sup> Thomas Gerlinger: Vom versäulten zum integrierten Versorgungssystem: Reformbedarf und Handlungsempfehlungen, Düsseldorf 2021, Seite 18.

Die Fragmentierung der Gesundheitsversorgung und Heterogenität der Akteure mit ihren eigenen Interessen erschweren jedoch eine notwendige Handlungskoordination. Mit der Etablierung der Krankenkassen als wichtigen Akteuren der Gesundheitsförderung und der nichtmedizinischen Primärprävention (neben den traditionell zuständigen Ländern und Kommunen) wurde ein Dualismus geschaffen, der dieses Problem zusätzlich verschärft.

Prävention muss selbstverständlicher Teil der Gesundheitsversorgung werden. Dazu gehört ein enger Austausch von Patient\*innen mit Ärzt\*innen, Therapeut\*innen und weiteren Gesundheitsberufen. In diesem Sinne ist der Ausbau des öffentlichen Gesundheitsdienstes eine wichtige Aufgabe. Darüber hinaus ist es Aufgabe der Politik für ein gesundheitsförderliches Lebensumfeld Sorge zu tragen.<sup>3</sup>

01.11.21

---

<sup>3</sup> Siehe Helmut Hildebrandt und Oliver Gröne: Integrative Versorgung im Quartier erfordert die Verknüpfung von individueller Gesundheitsversorgung mit einem Public-Health-Ansatz; in: Benno Brinkhaus, Tobias Esch (Hrsg.): Integrative Medizin und Gesundheit, Berlin 2021