

**Bundeskongress Kompetenz in Ernährung
28. und 29. April 2006, CongressPark Wolfsburg**

**ORGANISATIONS- UND KOOPERATIONSFORMEN
IN DER ERNÄHRUNGSMEDIZIN Teil 2**

Die Vernetzung von Prävention und Ernährungsmedizin

Friedeborg Seitz, Dr. med., R1.1, 68161 Mannheim

Prävention wird in der Medizin unterteilt in Primärprävention Sekundärprävention. Die Bedeutung der Prävention ist, angesichts der Situation unseres Gesundheitswesens, neben dem Aspekt des Wohlempfindens für das einzelne Individuum, ein bedeutender Wirtschaftsfaktor geworden. Da Ärzte täglich mit Krankheitszuständen konfrontiert werden, denen falsche Ernährung und schlechte Lebensführung zugrunde liegen, richtet sich der Fokus ärztlicher Bemühungen vorwiegend auf die Krankheit und die Wiederherstellung von Gesundheit. Die Sekundärprävention ist ins Interesse der Gesundheitspolitik gerückt, um notwendige Therapien und die damit verbundenen Kosten effizienter zu gestalten und die Teilnahme der Betroffenen am Arbeitsmarkt so lange wie möglich zu erhalten.

Disease-Management-Programme (DMP) sind standardisierte Modelle von Sekundärprävention und gehören zum Alltag eines jeden Hausarztes. Da ein Patient vorwiegend zum Arzt geht, wenn etwas nicht in Ordnung ist, finden sich wenig „Gesunde“ in der Praxis ein. Gesundheitsförderung nimmt in diesem Kontext eine sekundäre Rolle ein. Gesundheitsförderung und Vermeidung von Krankheiten sind Themen, die häufig über Medien wie Zeitschriften, Bücher, Rundfunk- und Fernsehbeiträgen, sowie regionale Initiativen wie z.B. Sportvereine, aber auch durch kommerzielle Institutionen, wie Gesundheitszentren und Wellness-Oasen angesprochen werden.

Argumente, warum Gesundheitsförderung in die Hand von Ärzten gehört

- Ärzte verfügen über umfassendes Fachwissen, was die Wege und Irrwege menschlicher Körperfunktionen betrifft. Sie können es zur Weitergabe sachlicher Informationen für den Patienten nutzen, z.B. für Informationsveranstaltungen und Vorträge.
- Das Know-how zur Gesundheitserhaltung wird in der Arztpraxis regelmäßig erfragt. Hier hilft es, entsprechende Merkblätter und Informationsbroschüren bereitzuhalten, die das Gespräch mit dem Patienten erleichtern.
- Patienten erwarten eher Lösungen statt Verordnungen und sind dankbar für gute Tipps anstelle eines Rezeptes.
Hier finden sich gute Ansätze der Patientenbindung über die fraktionierte Verteilung von Informationen, z.B. durch Kurse zur Gewichtsreduktion.
- Der Einfluss von Ärzten auf das Gesundheitsverhalten von Patienten ist nicht zu unterschätzen. Ärzte kennen die Gewohnheiten ihrer Patienten und erhalten Einblicke in ihren Lebenswandel über die Erhebung von Befunden. Durch ein Gespräch kann die Motivation zur Änderung des Lebensstils geweckt werden.
- Präventionsarbeit wird von der Gesundheitspolitik bereits über jedes DMP und das Hausarztmodell gefordert. Die Zeit ist reif für uns Ärzte, Forderungen an die Gesundheitspolitik zu stellen, flexiblere Rahmenbedingungen für den Sektor Primärprävention zu schaffen.

Voraussetzungen für ein erfolgreiches Präventionsmanagement

Jeder, der im Bereich der Prävention tätig sein will, benötigt vier Dinge:
Motivation, genügend Zeit, das entsprechende Erscheinungsbild und gute Kontakte.

Motivation: Wer Veränderungen bewirken möchte, kann den Wunsch nach einem gesunden Lebenswandel in seinem Gegenüber nur wecken, wenn er selbst genügend Motivation nach außen trägt.

Zeit ist in einer Arztpraxis kostbar. Ein gut organisiertes Zeitmanagement lohnt sich doppelt. Die Patienten fühlen sich gut beraten und der Arzt ist zufrieden, wenn er sein Wissen auf eine Weise weitergibt, die positive Veränderungen bewirken kann.

Erscheinungsbild: Wer gesunde Lebensführung propagiert, sollte als gutes Beispiel vorangehen.

Kontakte: Kooperationen z.B. in Form eines regionalen Netzwerkes verschiedener Gesundheitsberufe und Institutionen sind nützlich, um qualifizierte Beratung und Unterstützung in Gesundheitsfragen gewährleisten zu können.

Ein Beispiel wäre ein strukturiertes Programm zur Prävention bei Kindern, bei dem der Kinderarzt und Ernährungsmediziner, Ernährungsfachkräfte, Sporttherapeuten, sowie Psychologen im Verband mit Schulen und Krankenkassen ein Konzept erstellen, um die Entstehung von Übergewicht und Essstörungen bei Kindern zu verhindern.

Auch Kontakte zu öffentlichen Einrichtungen und Firmen sind wichtig. Im Bereich Ernährungsmedizin kann die Zusammenarbeit von Ärzten, Ernährungsfachkräften und Catering-Unternehmen eine gute Qualität der Speiserversorgung durch Großküchen (auch in Krankenhäusern) sichern.

Interessant ist auch die Nutzung von Medien, wie Zeitungen, Internet und lokale Rundfunkanstalten. Berichte über Gesundheitstage und Workshops zur Sportlerernährung begleitend zu großen Sportveranstaltungen können so ein breites Publikum finden.

Präventionsarbeit des Ernährungsmediziners

Am leichtesten erscheint der Zugang zum Patienten in Ihrer Praxis. Die Tatsache, dass er kommt, lässt die Bereitschaft vermuten, Informationen zum Thema Gesundheitspflege aufnehmen zu wollen. Wie kommt man aber an diejenigen heran, die nicht in der Arztpraxis erscheinen.

Hier spielt die Vernetzung mit den Kollegen in unserem Umfeld, sowie mit Vertretern anderer Gesundheitsberufe, aber auch der Kontakt zu öffentlichen Einrichtungen wie Schulen, Sportvereinen und Senioreneinrichtungen die entscheidende Rolle. Jedem Arzt steht die Möglichkeit offen, in Eigenregie Initiativen ins Leben zu rufen, wenn er sich zeitliche Freiräume schafft. Interessierte Kooperationspartner finden sich auf breiter Ebene. Eine weitere Möglichkeit für Präventionsarbeit an der Basis ist die Öffentlichkeitsarbeit (z.B. Vorträge, Gesundheitsprojekte). Sehr aufgeschlossen sowie gute Kooperationspartner und Multiplikatoren sind in der Regel auch Krankenkassen.

Regelmäßige Treffen unter Kollegen in einem Netzwerk „Gesundheitsförderung“ können als Qualitätsnetz fungieren, das auf die Optimierung der Maßnahmen bei der Verfolgung der gemeinsamen Ziele ausgerichtet ist. Netzwerke sind bereits bundesweit etabliert. Interessant für uns Ernährungsmediziner ist die Plattform Ernährung und Bewegung, die sich im Jahr 2005 auf Initiative des damaligen Ministeriums für Verbraucherschutz, Ernährung und Landwirtschaft gebildet hat. Diese Plattform vereint die Ideen verschiedener Organisationen und Verbände zur Umsetzung von Ernährung und Bewegung und sammelt die Erfahrungen aller Initiativen und Qualitätsnetze mittels eines regelmäßigen Austausches untereinander. Eine solche Institution kann Anreize schaffen, aus einem gelegentlichen Austausch unter Kollegen ein solides Qualitätsnetz zu formen.

Bei der Etablierung eines Qualitätsnetzes sind folgende Fragen zu beantworten:

1. Wer sind die Teilnehmer?
2. Welche Ziele soll es verfolgen?
3. Wer bringt welche Initiative ein?
4. Wie werden die Kompetenzen aufgeteilt?
5. Welche Zielgruppen werden angesprochen?
6. Wie sollen die Zielgruppen erreicht werden?
7. Wie lassen sich die Zielgruppen motivieren?
8. Welche Medien werden genutzt?
9. Welche Mittel stehen zur Verfügung?
10. Wer finanziert das Vorhaben?

Gesundheit ist ein lebendiger Prozess, der wie eine Zimmerpflanze ständig guter Pflege bedarf. Wir Ärzte müssen uns daher täglich fragen, wie sich Gesundheitsförderung möglichst effektiv gestalten lässt.