

Gesundheitsförderung & individuelle Prävention stärken

Gute Prävention und Gesundheitsförderung sind zentrale Voraussetzungen für ein leistungsfähiges, zukunftsfestes Gesundheitssystem. Die Gesundheitsausgaben in Deutschland liegen auf einem hohen Niveau. Es bestehen jedoch erhebliche Unterschiede in Gesundheitschancen und Lebenserwartung. Damit Prävention wirksam werden kann, muss sie dort ansetzen, wo Menschen leben, lernen und arbeiten – in ihren Lebenswelten. Gleichzeitig braucht es moderne Strukturen, die individuelle Bedarfe besser berücksichtigen und wissenschaftliche Erkenntnisse in politisches Handeln überführen. Wir fordern, dass die Gesundheitsförderung in den Lebenswelten gestärkt, individuelle Prävention datengestützt weiterentwickelt und gesundheitsschädliche Einflüsse durch gezielte Regulierung wirksam begrenzt werden. Ziel ist ein Gesundheitssystem, das Prävention als Grundprinzip versteht – gerecht finanziert und digital unterstützt. Gerade die Digitalisierung bietet die Möglichkeit, Präventionsangebote passgenau für jede und jeden Versicherten anzubieten.

Gesundheitsförderung und Prävention in den Lebenswelten

Um die Gesundheit der Bevölkerung zu stärken, muss Prävention systematisch und lebensweltbezogen ausgebaut werden. Gerade in sensiblen Lebensbereichen wie Kindertagesstätten und Schulen, ist es besonders wichtig, die körperliche und seelische Gesundheit von Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen zu fördern. Ziel muss sein, dass die Gesundheitsförderung in Lebenswelten gestärkt wird.

Prävention ist mehr als ein individueller Wunsch nach einem langen, gesunden Leben. Sie ist zuerst eine Herausforderung an jeden Einzelnen aber auch eine gesamtgesellschaftliche Aufgabe die - im Sinne eines „Health-in-All-Policies“-Ansatzes – konsequent in allen Politikbereichen verankert und steuerfinanziert erbracht werden muss. Hier sind Bund, Länder, Kommunen, Rentenversicherung, Unfallkasse und Krankenkassen in der Pflicht. Insbesondere die Förderung einer gesunden Umwelt ist vor allem Aufgabe von Ländern und Kommunen. Denn gut gemachte Prävention ist ein Gewinn für die Menschen, für den Staat und für die Sozialkassen.

Mit unseren qualitätsgeprüften Präventionsangeboten in Bildungseinrichtungen, Betrieben und Kommunen tragen wir als Krankenkasse bereits dazu bei, Belastungen zu verringern, Ressourcen zu stärken und Gesundheitskompetenz aufzubauen. Unsere Ansätze befähigen Menschen, sich aktiv an der Gestaltung gesundheitsfördernder Umgebungen zu beteiligen. Damit diese Angebote ihre Wirkung entfalten können, müssen Einrichtungen die Möglichkeit haben, sie nachhaltig umzusetzen. Der Gesetzgeber muss hierfür bessere Vorgaben schaffen – etwa durch verbesserte Arbeitsbedingungen und eine gerechtere Finanzierung. Die Verantwortung für gesundheitsfördernde Lebenswelten sollte gesamtgesellschaftlich getragen werden und nicht allein über die Beitragsmittel der Krankenkassen finanziert sein. Es ist richtig, dass Krankenkassen verpflichtet sind, Mittel für Prävention auszugeben.

Zukünftig muss es durch eine gemeinsame Finanzierung besser gelingen, gerade jene Gruppen zu erreichen, die bislang kaum Präventionsangebote nutzen, bei denen aber der Nutzen besonders groß wäre. Auch brauchen wir insgesamt ein Umsteuern: Durch gute Prävention lassen sich Leistungsausgaben vermeiden. Es ist besser, Gesunderhaltung zu finanzieren als Krankheit.

Ein weiterer zentraler Baustein lebensweltnaher Prävention ist die Stärkung der Resilienz. Insbesondere das seelische Wohlbefinden und die innere Widerstandsfähigkeit des Einzelnen sind maßgeblich, um gesundheitliche Folgen von psychischen Belastungen, sozialer Isolation und wachsenden gesellschaftlichen Herausforderungen wirksam vorzubeugen. So ist es erforderlich, Menschen zu befähigen, ihre psychischen Ressourcen zu stärken und Herausforderungen resilient zu bewältigen. Zudem müssen Strukturen ausgebaut werden, die psychische Belastungen frühzeitig auffangen. Personen in Schlüsselpositionen – beispielsweise in Bildungseinrichtungen und in der Pflege – sind gezielt zu schulen, um Belastungen zu erkennen und Betroffenen Hilfsangebote zu vermitteln. Die Arbeitgeber stehen hier in besonderer Verantwortung, da Arbeit ein wesentlicher Auslöser für Stress ist.

Notwendig sind öffentlich niedrigschwellige Beratungsangebote sowie Rahmenbedingungen, die soziale Teilhabe und Begegnungen ohne Hürden ermöglichen. Ebenso wichtig ist es, frühzeitig in der Gesellschaft ein Bewusstsein für einen gesunden Lebensstil zu fördern. So sollten bereits Kinder an eine ausgewogene und gesunde Ernährung herangeführt werden. Dies kann durch Ernährungsbildungsangebote in Kitas und bundesweit verbindliche Qualitätsstandards in der Schulverpflegung erreicht werden. Alle Kinder und Jugendlichen sollten – unabhängig von Einkommen und Wohnort – Zugang zu einer ausgewogenen und bezahlbaren Ernährung haben. So wird Gesundheitsförderung im Alltag der Jüngsten verankert und gesundheitliche Chancengleichheit nachhaltig gestärkt. Eine frühzeitige Implementierung in den Alltag kann dazu beitragen, eine gesunde Lebensweise bis ins hohe Alter zu fördern und zu erhalten. So können Pflegebedarfe vermieden oder herausgezögert werden, Gesundheitskosten reduziert und Lebensqualität gewonnen werden.

Passgenaue Prävention durch Datennutzung

Die Prävention in Lebenswelten ist am wirkungsvollsten - auch als Voraussetzung für individuelle Prävention. Nur wenn wir die tatsächlichen Lebenssituationen berücksichtigen, können wir wirksame Präventionsmaßnahmen entwickeln, die auch als Fundament für persönliche Gesundheitsvorsorge dienen. Da nicht alle Menschen denselben Risiken ausgesetzt sind, benötigt die Prävention einen Ansatz, der individuelle Faktoren systematisch einbezieht. Wir fordern daher einen Neustart in der individuellen Prävention, indem es den Kassen erlaubt wird, Präventionsangebote auf der Basis von individuellen Gesundheitsdaten passgenau anzubieten. Eine gezielte Zusammenführung vorhandener und bisher ungenutzter Gesundheitsdaten, kann die Passgenauigkeit von Prävention verbessern und zugleich das Versorgungssystem entlasten.

Um die Potenziale datengestützter Prävention voll auszuschöpfen, benötigt es einerseits mehr Befugnisse zur Datennutzung für die Krankenkassen und andererseits einen Abbau bürokratischer Hürden. Krankenkassen sollten die Möglichkeit erhalten, Routinedaten gezielt für individuelle Versorgungs- und Präventionsangebote einzusetzen.

Dafür ist jedoch entscheidend, dass relevante Gesundheitsdaten in Echtzeit zur Verfügung stehen, um unmittelbar auf die Bedarfe der Menschen reagieren zu können. Bisher liegen ambulante Abrechnungsdaten oft erst mit mehreren Monaten Verzögerung vor. Dadurch sind präzise und aktuelle Risikobewertungen sowie Versichertenansprachen nur eingeschränkt möglich.

Die TK fordert, dass alle Daten der ambulanten und stationären Versorgung, einschließlich ärztlich attestierter Präventionsempfehlungen, tagesaktuell und strukturiert in der ePA bereitgestellt werden. Krankenkassen sollen mit Zustimmung der Versicherten Zugriff auf diese Datensätze erhalten. So können die Versicherten mit indiziertem Präventionsbedarf gezielt angesprochen und in qualitätsgesicherte Präventionsangebote geleitet werden.

Bislang beschränken sich die gesetzlichen Regelungen für eine individuelle Versichertenansprache nur auf bestimmte Zwecke, d.h. auf schwerwiegende Gesundheitsrisiken. Damit wird die Chance vertan, präventive Maßnahmen gezielter einzuleiten und Folgeerkrankungen frühzeitiger vorzubeugen. Eine bessere Nutzung des § 25b SGB V kann dazu beitragen, einen geeigneten rechtlichen Rahmen für individualisierte Präventionsangebote zu schaffen. Dazu müssen die gesetzlichen Regelungen so weiterentwickelt werden, dass datengestützte frühzeitige Risikoerkennungen nicht nur für schwerwiegende gesundheitliche Risiken möglich sind, sondern auch für Risiken häufiger chronischer Krankheiten.

Mit dem steigenden Grad der Digitalisierung von Gesundheitsdaten müssen andererseits auch die Patientenrechte und die digitale Gesundheitskompetenz mitwachsen. Hierzu gehören vor allem der Datenschutz und die Datenhoheit der Patientinnen und Patienten. So werden klare gesetzliche Regelungen für die Informationspflichten gegenüber den Versicherten benötigt. Die digitale Gesundheitskompetenz wird dabei zu einem Schlüsselfaktor für den Outcome von Versorgung werden.

Zucker, Alkohol und Tabak wirksam begrenzen

Gesundheitsförderung gelingt nur, wenn wissenschaftliche Erkenntnisse konsequent umgesetzt und gesundheitsschädliche Einflüsse wirksam begrenzt werden. Die Empfehlungen der Weltgesundheitsorganisation müssen in nationales Handeln überführt werden, um die Krankheitslast durch übermäßigen Zuckerkonsum, Alkohol und Tabak nachhaltig zu senken. Freiwillige Selbstverpflichtungen der Industrie haben sich in der Vergangenheit als wenig wirksam erwiesen und reichen nicht aus, um gesundheitliche Risiken spürbar zu reduzieren.

Wir fordern daher die Einführung wirksamer Lenkungsinstrumente, die gesundheitsgefährdenden Konsum reduzieren und gesunde Entscheidungen erleichtern. Dazu gehört die Einführung einer Steuer auf stark zuckerhaltige Produkte, die Produzenten zu gesünderen Rezepturen anreizt und den Konsum übermäßiger Zuckermengen verringert. Erfahrungen aus anderen Ländern zeigen, dass preisliche Lenkungsinstrumente effektiv sind, um das Konsumverhalten positiv zu beeinflussen und gesundheitliche Folgekosten zu vermeiden.

Ergänzend braucht es klare Werbebeschränkungen für Lebensmittel mit hohem Zucker-, Fett- oder Salzgehalt, insbesondere dort, wo Kinder und Jugendliche erreicht werden. Demnach sollte die Bewerbung und Verfügbarkeit von Tabak-/Nikotinprodukten und Alkohol stärker

einschränkt werden. Darüber hinaus sollte der Zugang zu diesen riskanten Produkten durch eine deutliche Erhöhung der Verbrauchssteuern erschwert werden. Eine Regulierung schützt junge Menschen besser vor Marketingeinflüssen und unterstützt eine gesunde Lebensweise.

Techniker Krankenkasse
Büro Berlin
Luisenstraße 46, 10117 Berlin
Tel. 030 - 28 88 47-10
berlin-gesundheitspolitik@tk.de