

Gesundheitliche Prävention - heute wichtiger denn je? Was lehrt uns die moderne Ökonomie?



Bad Tölz im Juli 2007

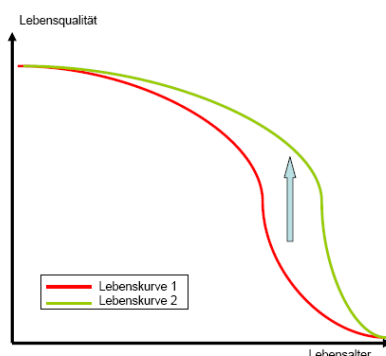
Liebe Gäste und Freunde des Kurhotel Eberl,

mit den folgenden Zeilen möchten wir, sozusagen mit einem Blick durch die „ökonomische Brille“, eine Antwort auf die Frage nach der Wichtigkeit und dem richtigen Maß von gesundheitlicher Prävention in der heutigen Zeit geben.

1.) Grundlegende Überlegung zu Lebensquantität und Lebensqualität

Fragt man Menschen nach ihren allgemeinen Vorstellungen zum Thema Gesundheit, so erhält man oft die Antwort: „Ich möchte möglichst alt werden.“ Meist wird dann wenige Sekunden später ergänzt: „Und ich möchte im Alter „gesund“ bleiben“.

Diese scheinbar triviale Antwort enthält bereits zwei ökonomisch entscheidende Dimensionen der Gesundheit: die Lebensquantität (das erreichte Lebensalter) und die Lebensqualität (das Wohlbefinden, der gesundheitliche Zustand). Der Wunsch der meisten Menschen ist das Erreichen eines hohen Alters bei möglichst optimaler Gesundheit.



In dem Schaubild werden zwei Lebenskurven abgebildet. Beide Lebenskurven enden im selben Lebensalter, beide Individuen werden also gleich alt. Die Lebenskurve 2 (grüne Linie) erreicht aber über große Lebensabschnitte eine deutlich höhere Lebensqualität. Da sich die grüne Lebenskurve einem Rechteck annähert, nennt man die Steigerung der Lebensqualität auch „Rectangulisierung“ der Lebenskurve. Durch Prävention / gesunden Lebenswandel kann eine solche Rectangulisierung (=Erhöhung der Lebensqualität) erreicht werden.

Den Verlauf der eigenen Lebenskurve kann man zu Teilen selbst bestimmen. Das Erreichen einer höheren Lebenskurve, als einer höheren Lebensqualität bedarf aber eines gesundheitsbewussten Verhaltens¹. Das Problem ist nun, dass es gesundheitsbewusstes Verhalten nicht umsonst gibt. Es entstehen hierbei immer Kosten, etwa in Form von direkten Kosten (bspw. die Mitgliedsgebühr im Sportverein), indirekten Kosten (bspw. Opportunitätskosten, man könnte ja am Freitag Abend auch länger arbeiten und in der Zeit Geld verdienen oder seine Karriere fördern anstatt schwimmen zu gehen), sowie intangible Kosten (es macht vielleicht wenig Spaß und es ist mühsam Sport zu treiben). Diesen enormen Kosten (direkte, indirekte und intangible Kosten) stehen aber auch Erträge gegenüber: eine höhere Gesundheit bzw. Lebensqualität zu einem späteren Zeitpunkt.

¹ Gesundheitsbewusstes Verhalten kann sein: fettärmere Ernährung, mehr Bewegung, Reduktion von Alkohol und Nikotin, Änderungen in der Lebenseinstellung etc. Meist hat Prävention gleichzeitig einen lebensverlängernden als auch Lebensqualität erhöhenden Effekt.

2.) Individuelle Nutzenabwägung

Ob und wie viel gesundheitliche Prävention eine einzelne Person betreibt ist eine individuelle Entscheidung. Ökonomisch betrachtet beruht diese individuelle Entscheidung auf einer profanen Nutzenabwägung. Bei dieser Abwägung werden die Nutzen der konkurrierenden Maßnahmen gegenüber gestellt. Beispiel:

Nutzen des Genusses von Eiscreme VS. Nutzen eines marginal schlankeren Körpers

Diese Nutzenabwägungen laufen fortwährend und millionenfach im Leben eines Menschen ab. Wie diese Abwägungsprozesse ablaufen und enden hängt zu einem großen Teil von dem individuellen Bildungsniveau ab. So zeigen Untersuchungen, dass das Bildungsniveau hoch mit der Lebenserwartung korreliert ist.

Bei diesem Abwägungsprozess (ob bewusst oder unbewusst ablaufend) kommt man als Mensch dennoch sehr häufig zu dem Ergebnis, ein eher gesundheitsschädigendes Verhalten auszuwählen. Man kann feststellen, dass der Genuss des gesundheitsschädigenden Verhaltens unmittelbar greifbar und voraussehbar (wir wissen wie gut uns das Eis schmecken wird) ist, während die Auswirkungen des gesundheitspräventiven Verhaltens eher unklar sind. So ist unklar wie die Auswirkungen dieser Einzelmaßnahme ausfallen (ein Eis wird sich doch nicht bemerkbar machen!?) bzw. wann diese Maßnahme ernstere Auswirkungen entfaltet (von etwas Übergewicht zu orthopädischen Schädigungen des Bewegungsapparates ist es ein weiter Weg?!).

Wir können also festhalten, dass ein zentrales Problem bei der Entscheidung für gesundheitsbewusstes Verhalten, die Höhe des Nutzens dieses Verhaltens ist. Um bei unserem eben gewählten Beispiel zu bleiben, verlängert der Verzicht auf eine einzige Portion Eiscreme wohl kaum messbar das eigene Leben. Dies ist nun der zentrale Punkt des Gutes Gesundheit: ***Gesundheit ist nur in kleinen Schritten erreichbar!*** Es gibt leider keine Einzelmaßnahmen, keine Wunderpille oder Wunderspritze mit der wir auf einen Schlag jahrelanges Fehlverhalten korrigieren könnten. Um eine höhere Lebensqualität zu erreichen, müssen wir dafür sorgen, dass der oben beschriebene Abwägungsprozess bewusster abläuft. Speziell in der heutigen Zeit ist dies umso wichtiger, da sich unsere Lebensumstände stark verändert haben.

3.) Auswirkungen der modernen Gesellschaft

Die Welt in der wir heute leben stellt uns vor neue Herausforderungen. So habe sich unsere beruflichen Belastungen weg von den Belastungen eines manuell tätigen Arbeiters hin zu den Belastungen eines modernen Wissensarbeiter verlagert. Dabei leben wir in einer vernetzten und beschleunigten Welt in der wir über Handy und „Blackberry“ immer erreichbar und ansprechbar sein sollen. In einem Teufelskreis aus psychischer Überbelastung und körperlicher Unterbelastung führt dies zu den Krankheiten einer modernen Gesellschaft: Burn-Out, psychische Erschöpfung, Wohlstandskrankheiten etc.

4.) Was kann das Kursanatorium Eberl für Sie tun?

Wir bieten mit unserem Fachbereich **Salutogenese / Burn-Out / Psychosomatische Medizin** (Dr. med. Vogt) jene Unterstützung für Wissensarbeiter (Lehrer, Manager, Selbständige) um den entscheidenden Schritt in Richtung eines gesünderen Lebens zu gehen. Wir begleiten Sie auf Ihren Weg zurück in die Balance mit individuellen ärztlichen Gesprächen und konkreten Konzepten zu Stress- und Konfliktbewältigung. Unser Fachbereiche **Innere- und Allgemeine Medizin** (Dr. med. Zwierzina) sowie **Orthopädie** (Dr. med. Meichsner) sind bei ebenso für Sie da, wie unsere Therapeuten (Krankengymnasten, Masseur, Bademeister).

Hinweis: In der Regel beteiligt sich Ihre private Krankenversicherung / Beihilfe in erheblichen Umfang an den Aufenthalten in unserem Haus. Für Rückfragen stehen wir gerne zur Verfügung unter: Tel. 0 80 41 - 7 87 20 oder E-Mail: info@kurhotel-eberl.de .

Ihr Thomas Eberl
Diplom-Gesundheitsökonom (Univ.)

Telefon: 08041.78 72-0
Fax: 08041.78 72-78

info@kurhotel-eberl.de
www.kurhotel-eberl.de

Geschäftsführer:
Georg Eberl, Thomas Eberl

Amtsgericht München
HRB 85269