

# Gesundheitskompetenz und Empowerment stärken



Prof. Dr. Marie-Luise Dierks, Patientenuniversität  
Medizinische Hochschule Hannover

# Empowerment - Ottawa Charta Gesundheitsförderung



Die **Anwaltschaft für Gesundheit** (*advocate*):  
Eintreten für Gesundheit durch Beeinflussung  
politischer, biologischer und sozialer Faktoren

**Befähigen und Ermöglichen** (*enable*):  
Kompetenzförderung mit dem Ziel, Unterschiede des  
Gesundheitszustands zu verringern und  
größtmögliches Gesundheitspotential zu verwirklichen,  
Gesundheitskompetenz stärken

**Vermitteln und Vernetzen** (*mediate*): Kooperation mit  
allen Akteuren innerhalb und außerhalb des  
Gesundheitswesens

# A Health Literate Person



...is a Self-directed Learner.



...is a Critical Thinker and Problem Solver.



...is an Effective Communicator.



...is a Responsible, Productive Citizen.

<http://www.healthliteracy.com/about.html>

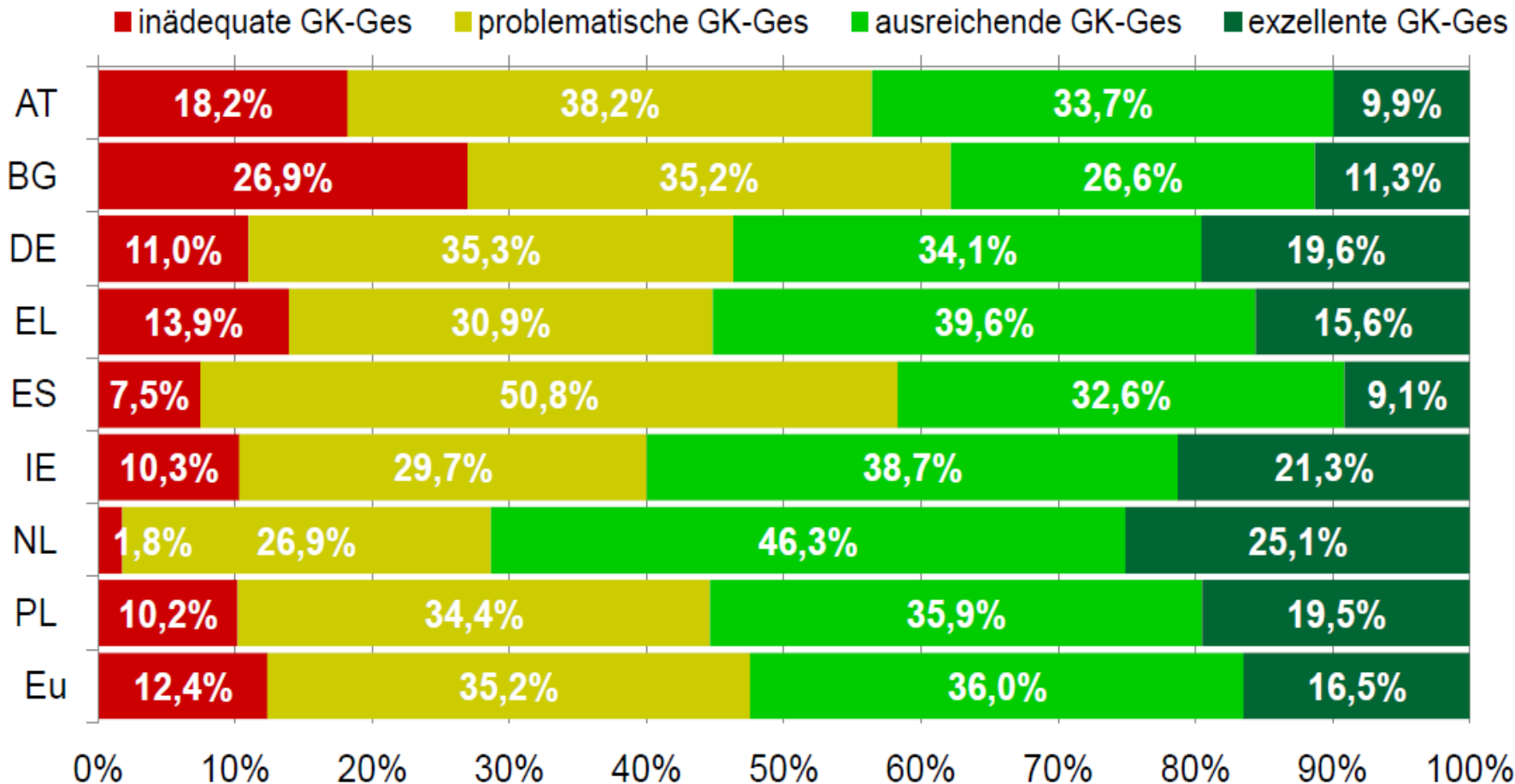
# Folgen niedriger Gesundheitskompetenz

- Medikationsfehler
- mangelndes Wissen über eigene Erkrankung
- mehr Notfallbehandlungen, Krankenhausaufenthalte und
- schlechtere Gesundheitsvorsorge, schlechterer Umgang mit chronischer Erkrankung
- höhere Sterblichkeit

## Einfluss der sozialen Lage



# Ergebnisse der HLS-EU Studie

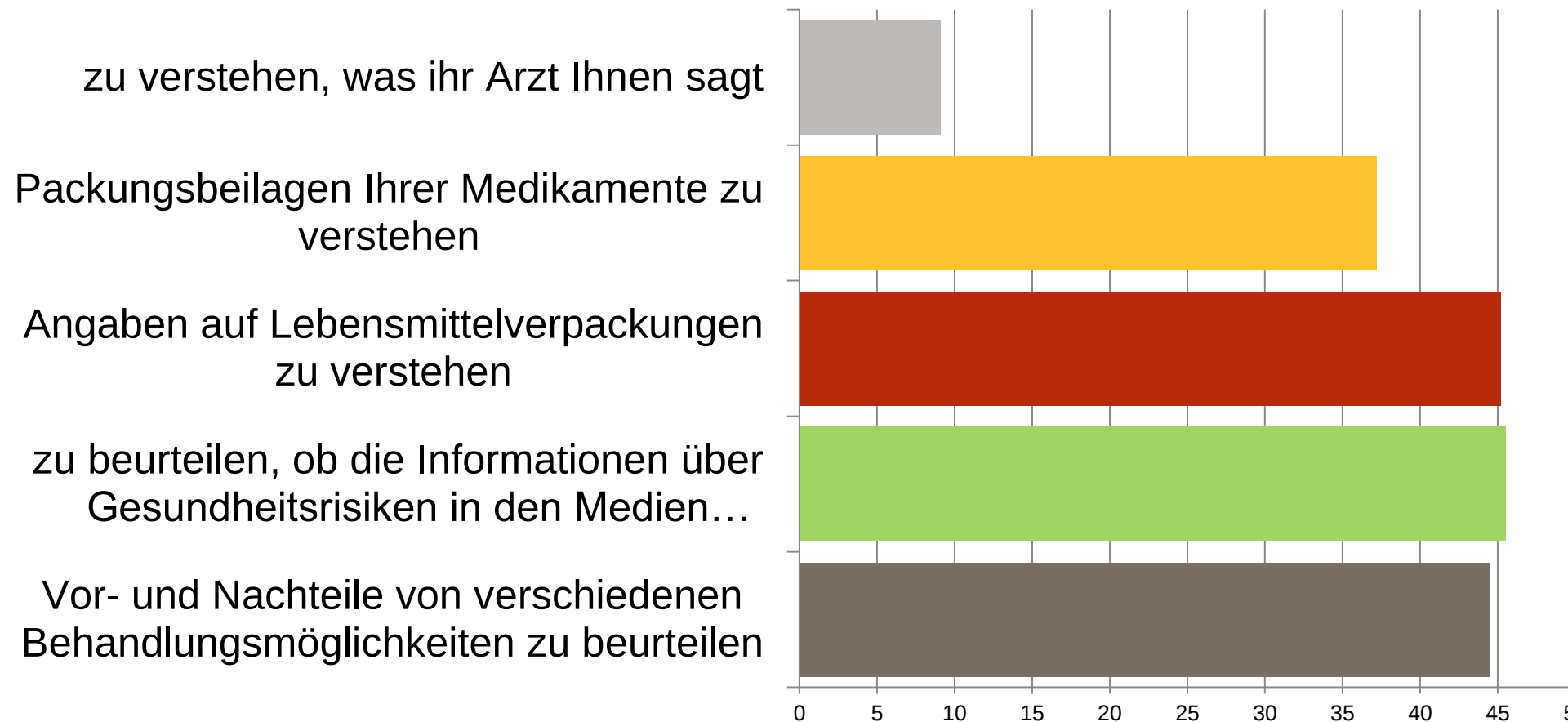


AT[N=979] BG[N=925] DE (NRW)[N=1045] EL[N=998] ES[N=974] IE[N=959] NL[N=993] PL[N=921] Euro [N=7795]

Prof. Pelikan, J.; Mag. Röthlin, F.; Bakk. Ganahl, K.; 2012, Gesundheitskompetenz in Österreich im internationalen Vergleich, Wien, 14. August

6

# Schwierig/sehr schwierig ....



Schaeffer et al 2016, Gesundheitskompetenz der Bevölkerung in Deutschland

# Allianz für Gesundheitskompetenz

## Handlungsfelder

- Verbesserung der Gesundheitsbildung
- gute Gesundheitsinformationen und Entscheidungshilfen, vor allem auch im Internet (Nationales Gesundheitsportal)
- mehr Verständlichkeit im Arzt-Patienten-Gespräch, aber auch in allen anderen Gesundheitsberufen (Masterpläne für Medizin und Pflege)



# Schwerpunkte des NAP

- **Die Gesundheitskompetenz in allen Lebenswelten fördern**
- Das Gesundheitssystem gesundheitskompetent und nutzerfreundlich gestalten
- Gesundheitskompetenz braucht Forschung
- **Leben mit chronischer Krankheit braucht Gesundheitskompetenz**



[http://www.nap-gesundheitskompetenz.de/media/com\\_form2content/documents/c10/a1151/f41/Tischvorlage%20Beratung%20des%20Nationalen%20Aktionsplans%20Gesundheitskompetenz.pdf](http://www.nap-gesundheitskompetenz.de/media/com_form2content/documents/c10/a1151/f41/Tischvorlage%20Beratung%20des%20Nationalen%20Aktionsplans%20Gesundheitskompetenz.pdf)

«Mündige Bürger und Patienten»

## WISSEN DER MEDIZIN VERSTÄNDLICH VERMITTELT

Bürgerinnen und Bürger benötigen zur Förderung und Erhaltung ihrer Gesundheit qualitativ hochwertige, aktuelle und verständliche Informationen. Dies bieten wir auf hohem Niveau.

MEHR >



BILDUNGSANGEBOTE





# Charakteristika

- Gegründet 2006 an der MHH am Institut für Epidemiologie, Sozialmedizin und Gesundheitssystemforschung
- Unabhängig und offen für alle Interessierten
- Finanziert durch Eigenmittel der MHH, geringe Teilnehmerbeiträge und Spenden
- Unterstützt durch alle Abteilungen und Institute der MHH
- Begleitet von einem Teilnehmerbeirat



# Ziele der Patientenuniversität

- Wissen der Medizin vermitteln und über körperliche und seelische Abläufe im menschlichen Körper aufklären
- Kenntnisse über das Gesundheitswesen, Patientenrechte oder Möglichkeiten der Prävention von Erkrankungen verständlich machen.
- Universitäre Forschungsergebnisse der Bevölkerung zur Verfügung zu stellen.



# Ziele der Patientenuniversität

- Selbstmanagement von chronisch kranken Menschen und ihren Angehörigen fördern
- Das Thema Patientenorientierung in neuer Form in die Patientenversorgung integrieren (Tutorenkonzept)

# Formate

- Reihe „Gesundheitsbildung für Alle“
- Diverse Seminarreihen
- Rollende Patientenuniversität in Schulen
- Rollende Patientenuniversität in Betrieben
- Ethik-Universität zu Regenerativer Medizin
- Bildungsreihe „Kunst und Krankheiten“

# Didaktik

- An Bedürfnissen der Teilnehmenden ansetzen
- Anschaulich
- Austausch fördern
- Anregend
- Aktivierend

# Gesundheitsbildung für Jedermann



Expertenvortrag und  
Fragen an den Experten



Lernstationen  
Tutorensystem

# Themen an den Lernstationen



Mikroskopie

Makroskopie



Modelle

Physiologie

Diagnostische Verfahren – wie sieht es im Körper aus

Häufige Erkrankungen

Experimente

Medikamente

Prävention (Bewegung, Ernährung, Entspannung, Früherkennung)

Empowerment (Patientenrechte, Informationen finden, Fragen stellen)













# Erfahrungen

Seit 2007 **230** Gesundheitsbildungsveranstaltungen mit  
ungefähr **3.200** Lernstationen und Informationsständen

**50.000** Teilnehmende, im Schnitt an jedem Termin ca.  
200 Personen im Alter zwischen **16 – 92** Jahren

Mittleres Alter: **59 Jahre**

# Befragungsergebnisse - Wirkungen der Teilnahme an der Patientenuni

Gesundheitswissen erhöht sich

Wissen über eigene Krankheiten und den Umgang mit den Krankheiten erhöht sich

Eigene Verantwortung für die Gesundheit wird deutlicher

Bessere Navigation im Gesundheitswesen

Wissen über Patientenrechte,  
Beratungsstellen und andere Hilfsangebote  
erhöht sich



# Mehr Mut ...

Bin selbstbewusster, verstehe das System besser.

Bin aufmerksamer und mutiger geworden.

Bin in der Lage, fundierter und nachdrücklicher zu argumentieren.

Ich lasse mir nicht mehr so schnell etwas einreden, was sich unlogisch anhört.

Ich sehe mit offenen Augen Mängel der Hygiene und spreche das an.



«10 Jahre Patientenuniversität - die Jubiläumsreihe»

## WIE ALLES BEGANN - WO STEHEN WIR HEUTE?

In unserer Jubiläumsreihe "Gesundheitsbildung für Jedermann" berichten viele engagierte Professoren/-innen der MHH über die Entwicklungen in ihren Fachgebieten und zeigen vor allem, was die Medizin heute für die Menschen tun kann.

MEHR >



### BILDUNGSANGEBOTE



**DIE NEUE FILMREIHE: ORGANE**



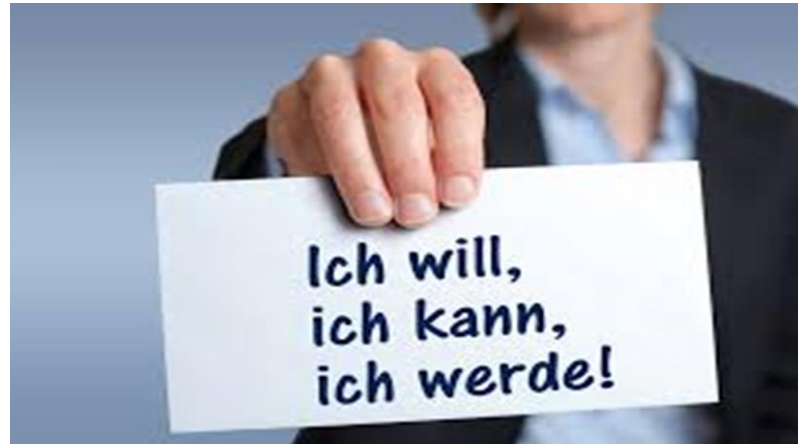
**PFAD-FINDER GESUNDHEIT**



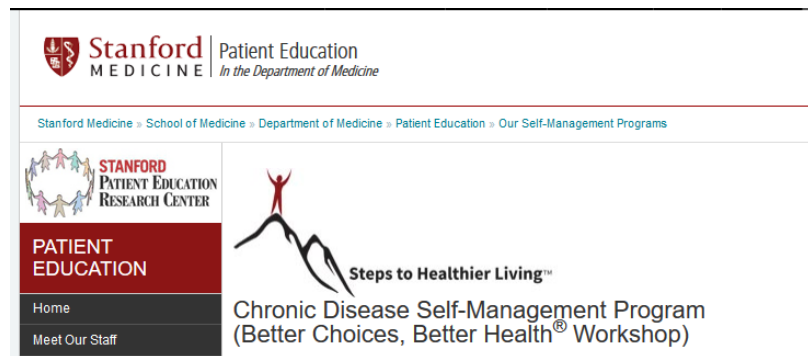
**INSEA SELBSTMANAGEMENT**

patienten-universitaet.de

# Selbstmanagement



Alles was Menschen, die mit chronischer Krankheit oder Behinderung leben, selbst tun (können).



CDSMP

# INitiative für SElbstmanagement und AKtives Leben

- Gruppentreffen für Personen, die direkt oder indirekt von chronischer Krankheit betroffen sind
- Krankheitsübergreifend
- auf Basis eines Kursmanuals
- Geleitet von 2 geschulten Kursleitern, mindestens eine Person ist selbst von chronischer Erkrankung betroffen



**BARMER**  
Robert Bosch **Stiftung**

# Methode

- Kurze thematische Inputs
- Gezielter Erfahrungsaustausch
- Brainstorming, gemeinsames Lösen von Problemen
- Erstellen von Handlungsplänen mit individuellen und v. a. erreichbaren Zielen



# Kurse und Teilnehmende bis heute

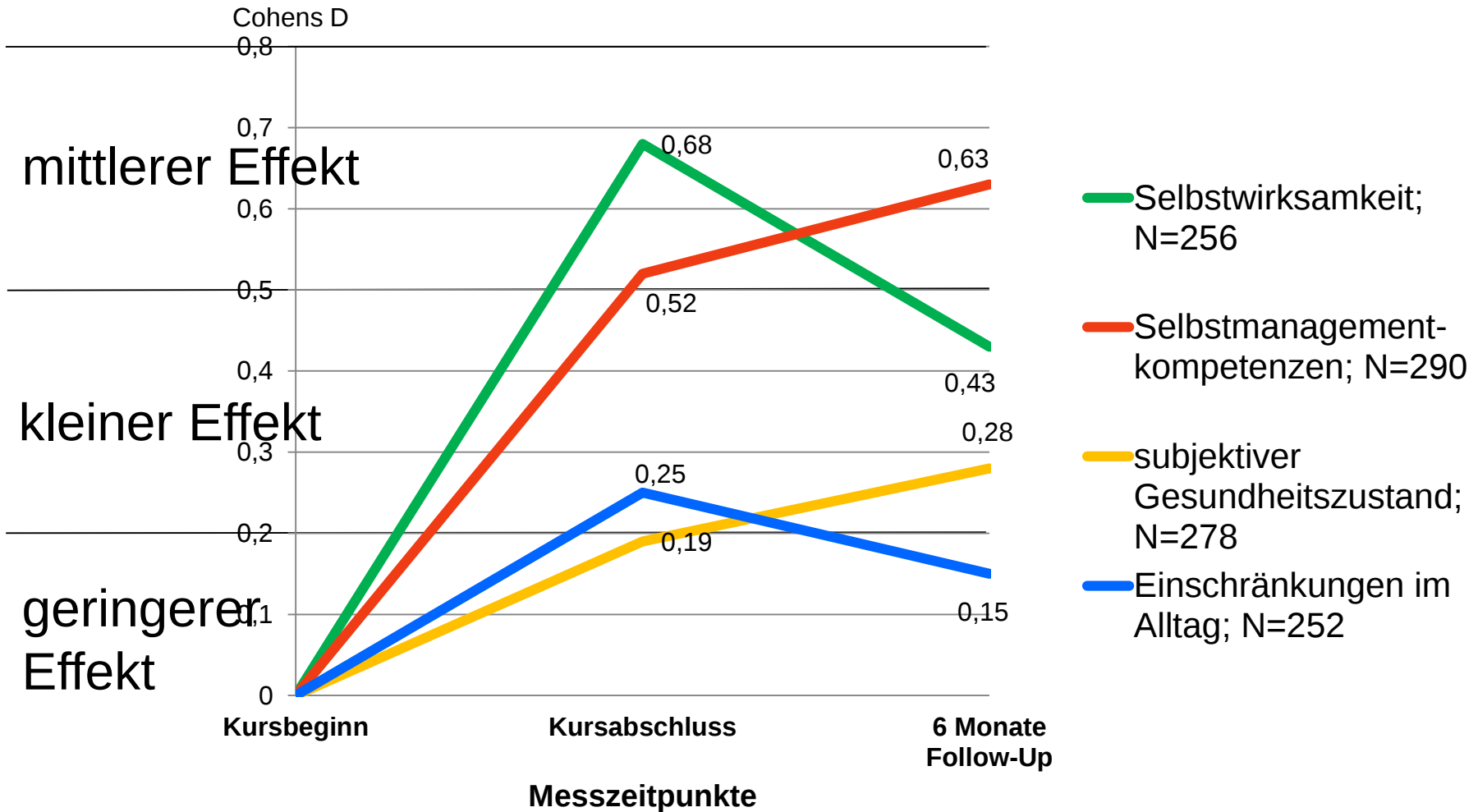
|                                      |              |
|--------------------------------------|--------------|
| <b>Kurse seit 2014</b>               | <b>120</b>   |
| Kursteilnehmerinnen und -teilnehmer  | <b>1.350</b> |
| Kurse für Migrantinnen und Migranten | <b>3</b>     |
| Kursteilnehmerinnen                  | <b>23</b>    |

Bis Jahresende werden weitere Kurse abgeschlossen.

## 376 Teilnehmende in Evaluation zu allen 3 Testzeitpunkten

- 81% weiblich, 19% männlich
- Altersdurchschnitt: 59 Jahre (Spannweite: 19-87 Jahre)
- Bildungsniveau: 38% hoch, 35% mittel, 27% niedrig
- häufigste Erkrankungen:
  - 56% Erkrankungen des Bewegungsapparates
  - 36% psychische Erkrankungen
  - 21% Herz-Kreislauf-Erkrankungen
- Multimorbid: 62%
- Migrationshintergrund: 6%
- In Selbsthilfegruppe: 41%

# Follow-Up-Ergebnisse – Cohens D



# Fazit

- Empowerment ist ein explizit politisches Konzept, das auf Beteiligung, Befähigung und Veränderung abzielt
- Gesundheitskompetenz ein relationales Konzept, das Bildung und Responsiveness des Systems verbindet
- Selbstmanagement ein individuenzentriertes Konzept, das auf die Bewältigung von Erkrankung abzielt

# Gemeinsame Vision

## Mehr Gesundheit

## Mehr Unterstützung

