

Pressemitteilung

## **Gesundheit fördern und Prävention stärken in der Hausarztpraxis** **Handlungsfeldanalyse der Stiftung Gesundheitswissen zu unterstützenden Maßnahmen**

Berlin, 04. Mai 2023 – In einer Gesellschaft des längeren Lebens sind gezielte Gesundheitsförderung und Prävention in jedem Lebensalter wichtig. Dabei haben die Hausarztpraxen eine besondere Bedeutung. Sie haben oft den Erstkontakt mit Patientinnen oder Patienten und in ihnen kommen Menschen verschiedenen Alters, mit unterschiedlichen sozialen Hintergründen und individuellen Einstellungen zusammen. Eine Untersuchung der Stiftung Gesundheitswissen und des Instituts für Allgemeinmedizin der Goethe Universität Frankfurt am Main ist deshalb der Frage nachgegangen, welche Möglichkeiten und Bedarfe in Hausarztpraxen für mehr Prävention und Gesundheitsförderung bestehen.

„Um eine gesunde Lebensweise zu stärken, sind präventive und gesundheitsfördernde Maßnahmen auch in den Lebenswelten wichtig“, sagt PD Dr. Ralf Suhr, Vorstandsvorsitzender der Stiftung Gesundheitswissen. Hausarztpraxen sind für die meisten Menschen die erste Anlaufstelle bei Gesundheitsfragen und sie sind ein Ort des Vertrauens. „In der Hausarztpraxis werden Menschen direkt erreicht und das ungeachtet von sozioökonomischen Unterschieden, wie zum Beispiel Alter oder Beruf“, so Suhr weiter. Hier setzt das gemeinsame Projekt „Gesundheitsförderung in der Hausarztpraxis“ mit dem Institut für Allgemeinmedizin der Goethe Universität Frankfurt am Main an: Neben einem Überblick zu vorliegender Forschung wurden konkrete Strukturen und Abläufe herausgearbeitet sowie Möglichkeiten und Bedarfe ermittelt, um entsprechende Ansatzpunkte für eine verbesserte Prävention und Gesundheitsförderung im Kontext der Hausarztpraxis zu finden. „Gemeinsam wollten wir herausfinden, welche Themen und Formate aus Sicht der Experten und Expertinnen in der Versorgungspraxis am besten geeignet sind, um das Wissen von Patienten und Patientinnen zur Prävention und Gesundheitsförderung zu verbessern“, erläutert Suhr.

### **Das Projekt „Gesundheitsförderung in der Hausarztpraxis“:**

Für die Handlungsfeldanalyse wurde in einem ersten Schritt Literatur zum Thema gesichtet, um einen Überblick zu bestehender Forschung zu bekommen, welche präventiven und gesundheitsfördernden Aktivitäten es in Hausarztpraxen gibt. In einem zweiten Schritt wurden 21 Telefoninterviews mit Hausärzten und Hausärztinnen sowie Medizinischen Fachangestellten geführt. Zudem wurden auch Patientinnen und Patienten einbezogen.

⇒ [Mehr zum Projekt und zu den Ergebnissen finden Sie hier.](#)

### **Ärzte sehen langfristige Verhaltensänderung als große Herausforderung**

Gesundheitsförderung ist ein wichtiges Thema in Hausarztpraxen. So gaben die befragten Ärzte an, dass Aspekte der Prävention oder Gesundheitsförderung in ihrem Praxisalltag fast täglich eine Rolle spielen. Häufig geht es dann um mögliche Check-ups, Vorsorgeuntersuchungen oder auch Möglichkeiten einen gesunden Lebensstil mit ausreichend Bewegung, weniger Stress oder guter Ernährung umzusetzen. Der Informationsaustausch beginnt dabei oft schon vor dem Gang ins Sprechzimmer: Medizinische Fachangestellte können Patientenbedarfe ermitteln und auf bestehende Angebote hinweisen. Trotzdem zeigt die Handlungsfeldanalyse, dass viele Hausärztinnen und Hausärzte es als herausfordernd empfinden, ihre Patienten zu nachhaltigen Verhaltensveränderungen zu motivieren. Aus Sicht der Ärzte fällt es vielen Menschen schwer, ihre Alltagsgewohnheiten langfristig zu ändern. Und das trotz gesundheitlicher Probleme. Zudem bleibt im Praxisalltag nicht immer ausreichend Zeit, um mit Patienten über ihre individuellen Probleme, Bedarfe und Möglichkeiten zu sprechen. Auch das sehen die befragten Ärzte als Problem, nicht zuletzt, weil längere Beratungsgespräche in der hausärztlichen Vergütung kaum vorgesehen sind.

### **Vermittlungsansätze für präventive Themen im Praxisalltag**

Um ihre Patienten und Patientinnen auch über das Gespräch hinaus zu informieren, nutzen die Hausarztpraxen unterstützend gedruckte Flyer oder Broschüren. So zeigt etwa die Befragung im Rahmen der Handlungsfeldanalyse, dass nach den persönlichen Gesprächen gedruckte Informationsmaterialien für Patienten und Patientinnen genutzt werden, um Präventionsthemen in der Hausarztpraxis zu

vermitteln. Digitale Angebote, zum Beispiel Gesundheitsapps, werden von den Hausärztinnen und Hausärzten noch nicht in größerem Umfang genutzt oder empfohlen.

### **Prävention und Gesundheitsförderung stärken: Mögliche Ansatzpunkte**

Doch wie könnte nun die Gesundheit der Patienten gefördert und Erkrankungen insgesamt besser vorgebeugt werden? Die Stiftung Gesundheitswissen und das Institut für Allgemeinmedizin der Goethe Universität Frankfurt am Main sehen hier sowohl Anknüpfungspunkte in der Verhältnisprävention als auch bei der Veränderung des individuellen Verhaltens der Patienten: Da Informationsmaterialien in den Praxen viel genutzt werden, müssen diese alltagspraktische Hilfestellungen enthalten und zugleich möglichst modern gestaltet, kompakt und werbefrei sein. Zudem sollten sie konkrete und umsetzbare Möglichkeiten und Vorschläge enthalten, wie z. B. mehr Bewegung oder eine gesunde Ernährung leichter umzusetzen ist. Sich zu motivieren und Veränderungen auch langfristig umzusetzen, fällt vielen Menschen schwer. Strukturierte Programme und Gruppenangebote zu Prävention und Gesundheitsförderung können hier helfen – denn gemeinsam geht es oft leichter.

Besonders auch im Hinblick auf digitale Angebote, sollten Überblickinformationen besser gestaltet und Zugänge verbessert werden. So können passende Informationen leichter gefunden und mit wenig Zeitaufwand besser weitergegeben werden. Auch Schulungen von Praxisteams in Gesprächsführung zum Thema Lebensstiländerung könnten helfen, auf Möglichkeiten, aber auch Grenzen der Patienten und Patientinnen besser einzugehen.

Dass eine bessere Verankerung von Gesundheitsförderung und Prävention nötig ist, zeigte zuletzt auch der Gesundheitsbericht „Statussymbol Gesundheit“ der Stiftung Gesundheitswissen. Im Rahmen einer repräsentativen Befragung war deutlich geworden, dass für die meisten Menschen Gesundheit zwar einen hohen Stellenwert hat, sie es aber nicht immer schaffen, die guten Vorsätze für eine gesündere Lebensweise auch umzusetzen. Unzureichendes Wissen kann ein Grund dafür sein. So zeigte der Bericht, dass viele Menschen Schwierigkeiten haben, Gesundheitsinformationen zu finden, die ihnen weiterhelfen. Das gilt insbesondere für niedrigere soziale Schichten. Aber nicht nur das: Selbst, wenn das Wissen um gesundheitliche Vorteile bestimmter Verhaltensweisen da ist, liegen zwischen Anspruch und Wirklichkeit beim Thema Prävention mitunter Welten. So halten 69 Prozent der Befragten sportliche Bewegung für wichtig – im Alltag setzen aber nur 45 Prozent diese auch um. „Vermittlungsansätze in der Hausarztpraxen haben deshalb eine besondere Bedeutung bei Fragen der Präventions- und Gesundheitsförderung“, so Suhr.

### **Kontakt für Presseanfragen:**

Una Großmann  
Leiterin Kommunikation  
[una.grossmann@stiftung-gesundheitswissen.de](mailto:una.grossmann@stiftung-gesundheitswissen.de)  
T +49 30 4195492-20  
F +49 30 4195492-99

Katharina Calhoun  
Referentin PR und Marketing  
[katharina.calhoun@stiftung-gesundheitswissen.de](mailto:katharina.calhoun@stiftung-gesundheitswissen.de)  
T +49 30 4195492-22  
F +49 30 4195492-99

**Über die Stiftung Gesundheitswissen:** Die gemeinnützige, operative Stiftung Gesundheitswissen mit Sitz in Berlin will die Kompetenz von Menschen in Deutschland im Hinblick auf Gesundheit und Prävention stärken und die Informationsasymmetrien zwischen Arzt und Patient abbauen. Dazu erstellt sie u.a. laienverständliche Gesundheitsinformationen auf Grundlage aktueller wissenschaftlicher Erkenntnisse, zeigt Präventionsmöglichkeiten sowie Behandlungsalternativen auf und fördert das Gesundheitswissen im Allgemeinen. Stifter ist der Verband der Privaten Krankenversicherung.