



Landespressestelle Vorarlberg

informiert

Pressefoyer – Dienstag, 19. Jänner 2010

**"Gesund und aktiv durch Vorsorge –
Schwerpunkte 2010
der aks Gesundheitsvorsorge"**

mit

Landesstatthalter Mag. Markus Wallner

(Gesundheitsreferent der Vorarlberger Landesregierung)

Dr. Günter Diem

(Geschäftsführer aks Gesundheitsvorsorge GmbH)

Gesund und aktiv durch Vorsorge – Schwerpunkte 2010 der aks Gesundheitsvorsorge

Pressefoyer, 19. Jänner 2010

Kindergärten und Schulen, Gemeinden sowie Frauengesundheit – das sind die Schwerpunkte des vielfältigen Präventionsprogrammes der aks Gesundheitsvorsorge im Jahr 2010. Im Vordergrund steht dabei die Kompetenz- und Bewusstseinsbildung für die eigene Gesundheit. Vor allem die Vorsorge zur Vermeidung von Volkskrankheiten wie Übergewicht sowie von Herz- und Kreislauferkrankungen, Krebs und Altersdiabetes soll weiter intensiviert werden.

"Der aks hat in den letzten viereinhalb Jahrzehnten mit vielen innovativen Programmen maßgeblich dazu beigetragen, dass Vorarlberg heute über ein Gesundheitssystem verfügt, das keinen nationalen oder internationalen Vergleich zu scheuen braucht", sagt Landesstatthalter Markus Wallner. Er erinnert insbesondere an die Gesundenuntersuchung, den Mutter-Kind-Pass bis hin zur Zahnprophylaxe – alles Leistungen, die unter Federführung des aks entstanden sind.

Finanziert werden die Aktionen und Maßnahmen der aks Gesundheitsvorsorge fast ausschließlich durch das Land Vorarlberg. Im Jahr 2010 sind das knapp 900.000 Euro. In einzelnen Projekten wird diese Finanzierung durch Beiträge der EU und des Fonds Gesundes Österreich/Fonds Gesundes Vorarlberg unterstützt.

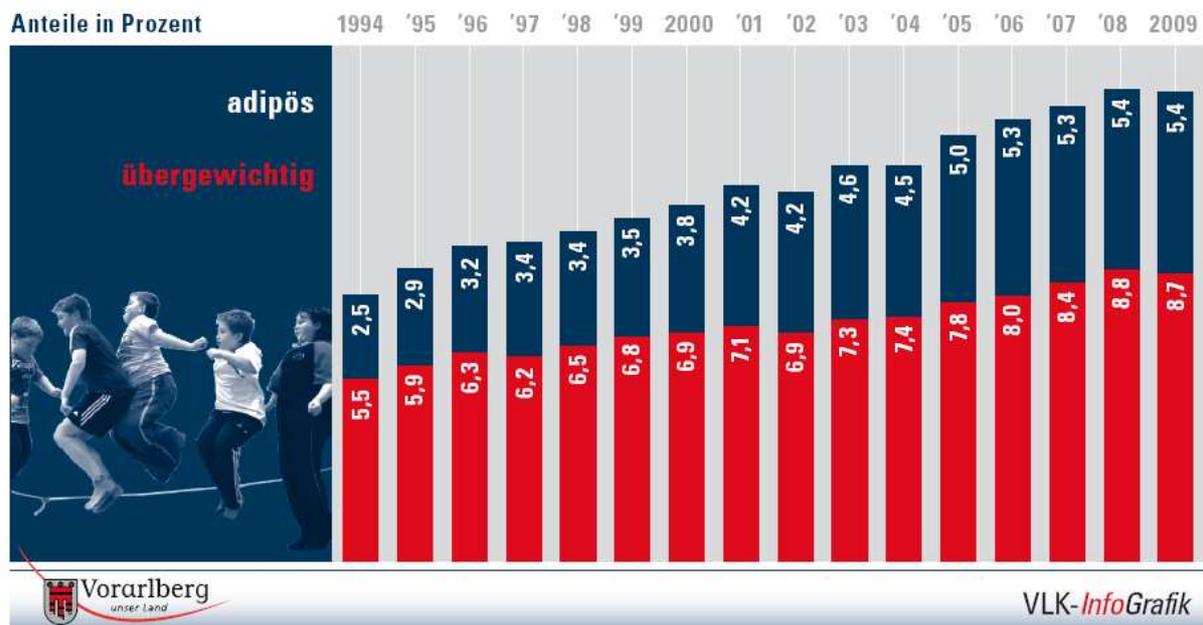
Gesundheitsvorsorge so früh wie möglich

Die Untersuchungen im Rahmen der **Kindergartenvorsorge neu** ermöglichen die Früherkennung von Entwicklungsauffälligkeiten, eventuellen schulischen Lernstörungen und körperlichen Erkrankungen. Das schafft die Basis für eine gezielte frühzeitige Förderung der Kinder. Zur Untersuchung gehören standardisiertes Beobachten und Fördern durch die Kindergartenpädagoginnen, ein Screening des organischen Zustands im Rahmen der Mutter-Kind-Pass-Untersuchung für Vier- und Fünfjährige, ein Sehtest sowie eine BMI (Body Mass Index)-Messung. Jährlich werden ca. 5.000 Kinder im Vorschulalter beobachtet.

Als jüngste Zielgruppe werden schon Kinder bzw. deren Familien von den Programmen der aks Gesundheitsvorsorge angesprochen. Dazu gehören beispielsweise "schoolwalker", "fit 4 kids", "Maxima", "Genussdetektive" oder "Kinder im Gleichgewicht". Das Augenmerk der

Gesundheitsvorsorge in Kindergärten und Volksschulen gilt insbesondere den Bereichen Ernährung, Bewegung und Psycho-Soziales aber auch der Fortbildung der Lehrerinnen und Lehrer. LStH. Wallner unterstreicht die Wichtigkeit dieser Bemühungen gerade in der heutigen Zeit, wo viele Kinder und Jugendliche an Übergewicht leiden, weil sie zugunsten des Computers auf Sport verzichten und sich hauptsächlich von Fastfood ernähren. "Diesem Trend müssen wir entgegenwirken. Die Weichen für ein gesundes Leben werden schon in jungen Jahren gestellt. Deshalb ist es wichtig, mit der Gesundheitsvorsorge so früh wie möglich zu beginnen", so Wallner.

Anteil der übergewichtigen und adipösen Schulkinder 1994 bis 2009



(Quelle: aks)

Im Bewegungsbereich ist das Programm **schoolwalker** sehr erfolgreich. Hier werden Kinder durch den Wettbewerb im Klassenverbund ermutigt, den Schulweg zu Fuß zurück zu legen anstatt sich von den Eltern chauffieren zu lassen. Das Projekt zeigt großen Erfolg. Im laufenden Schuljahr sind Kinder in 34 Schulen in 20 Gemeinden als schoolwalker unterwegs.

2009 hat die Volksschule Langenegg mit ihrem Engagement bei schoolwalker den österreichweiten Verkehrssicherheitspreis Aquila des Kuratoriums für Verkehrssicherheit gewonnen. Heute (19. Jänner) wird die Volksschule Feldkirch-Tisis für ihre Teilnahme bei schoolwalker als eine von drei österreichischen Schulen mit dem Kindermeilen-Preis des Klimabündnisses ausgezeichnet.

Mit **fit 4 kids** erleben Kinder, dass Haltungsschwächen und mangelnde Kondition reversibel sind. Durch fit 4 kids werden die Schülerinnen und Schüler motiviert, sich auch in ihrer Freizeit mehr zu bewegen. Das Programm richtet sich an Kinder im Alter von 6-11 Jahren, die in der Schuluntersuchung mit Defiziten in Motorik, Haltung, Herzkreislauf oder Gewicht auffällig wurden. Fit 4 kids motiviert zu mehr bewegungsorientiertem Spiel in der Freizeit und verbessert gleichzeitig Kraft, Beweglichkeit, Geschicklichkeit, Kondition, Entspannungsfähigkeit und Körperwahrnehmung. Die Aktion ist damit ein Beitrag zur Adipositasprävention bei Kindern und Jugendlichen.

In Sachen Ernährung steht die Bewusstseinsbildung für Geschmack, Genuss und Ernährung im Mittelpunkt. In fast allen Vorarlberger Kindergärten lernen die Kinder mit der Maus **Maxima** die gesunde Jause kennen. Mit dem praxisorientierten Ernährungserziehungsprogramm für die Vorarlberger Kindergärten werden Kinder zum gesunden Essen motiviert. Nach dem Motto "selbst zubereiten und lustvoll genießen" werden Eltern, Kindergärtnerinnen und besonders die Kinder mit einbezogen. Dabei wird im Sinne der Adipositasprophylaxe auf spielerische Art und Weise ein lustvoller Umgang mit natürlichen, gesunden Nahrungsmitteln erlernt. 140 Kindergärten mit ca. 300 Kindergartenpädagoginnen sowie ca. 5.500 Kinder und ihre Eltern beteiligen sich bei Maxima.

Im Volksschulalter werden die Kinder mit dem aks Ernährungsprogramm zu "**Genussdetektiven**" und lernen so, was ihnen gut tut. Die Kinder erwerben spielerisch die Kompetenz, sich gesund und ausgewogen zu ernähren. Damit legt auch dieses Programm einen wichtigen Grundstein zur Vermeidung von Übergewicht und Adipositas.

Gleichzeitig setzt die aks Gesundheitsvorsorge bei der **Lehrerinnen- bzw. Lehrerfortbildung** an. Im Rahmen der Weiterbildungen Gesunde Ernährung an der Grundschule und Gesundheitsmanager für Schulen werden Pädagoginnen und Pädagogen ausgebildet, um einerseits gesunde Ernährung in den Unterricht einbringen zu können und andererseits, um sich als Gesundheitskoordinatoren an ihrer Schule für eine gesündere Schulverpflegung einsetzen zu können.

Auch das Thema **Schulverpflegung** hat sich zu einem Schwerpunkt entwickelt. Dabei sollen mit verschiedensten Aktivitäten folgende Ziele erreicht werden:

- Schülerinnen und Schüler sollen gesunde Speisen und Getränke kennen und mögen.

- Verbesserung von Ernährungskennntnissen bei Eltern, Lehrpersonen und Schulkindern
- Erarbeitung von Leitlinien für die Schulverpflegung und Vernetzung mit Verpflegungsanbietern und Getränkeproduzenten
- Verbesserung der Schulverpflegung (Automaten, Kiosk, Pausengetränke usw.)
- Trennung von Ess- und Bewegungspausen in Volksschulen
- Landesweite Etablierung der Gesunden Ernährung an der Grundschule
- Erhebung und Einschätzung der Ist-Situation im Bereich Gesundheitsförderung und insbesondere Verpflegung an Schulen

Die aks Gesundheitsvorsorge engagiert sich in der Strategieguppe Schulverpflegung in Kooperation mit Landesschulrat, VGKK, Schulen, Elternvereinen, Getränkeproduzenten, Landwirtschaftskammer und Fonds Gesundes Vorarlberg. Ein wichtiges Ziel ist die Verbesserung des Getränkeangebotes an den Schulen.

Als interdisziplinäres Gesundheitsförderungsprojekt für Volksschulen ist die **Ausarbeitung eines Schulkalenders** geplant, der bis zum Schuljahr 2011/2012 an alle Volksschulklassen des Landes verteilt werden soll. Damit können kurze Sequenzen aus den Bereichen Ernährung, Bewegung und psychosoziale Gesundheit in den täglichen Unterricht eingebaut werden. So können jährlich rund 16.000 Kinder im Alter von 6 bis 10 Jahren erreicht werden. Dieses Projekt ist eine begleitende Maßnahme zur Einführung des von der EU geförderten Schulobsts und dient zudem der Motivation und Befähigung der Kinder, Eltern und Lehrpersonen zu gesundheitsbewusstem Verhalten im Schulalltag.

Kampf dem Übergewicht

Als weiterer Beitrag zur Prävention von Übergewicht und Adipositas im Kindes- und Jugendalter und zur besseren internationalen Vernetzung ist die aks Gesundheitsvorsorge als einziger österreichischer Vertreter im EU-Projekt "Kinder im Gleichgewicht" (KIG) vertreten, das im Herbst in die zweite Projektphase ging. Gemeinsam mit den Landkreisen Lindau, Ravensburg, Konstanz und Bodenseekreis sowie dem Kanton St. Gallen werden die Aktivitäten gegen Übergewicht bei Kindern verstärkt und vernetzt. Gestärkte grenzübergreifende Vernetzung aller Präventionsebenen soll den Aufbau nachhaltiger Strukturen erleichtern, um der Epidemie Adipositas entgegenwirken. Ziel ist dabei die Entwicklung eines Kompetenzraumes durch Förderung der grenzüberschreitenden Zusammenarbeit in der Gesundheitsförderung, Prävention und Reha von übergewichtigen und adipösen Kindern und Jugendlichen. In Vorarlberg fördert die EU aks-

Projekte gegen Übergewicht und Adipositas bis zum Jahr 2013 mit 250.000 Euro.

Gesundheitsmanager in den Gemeinden

Die Gemeinden haben eine Schlüsselfunktion für die Förderung der Gesundheit der Bevölkerung. Deshalb haben die aks Gesundheitsvorsorge und der Sportservice Vorarlberg im letzten Jahr erstmals die Ausbildung zum kommunalen Gesundheitsmanager angeboten. Die Ziele dieses Angebotes:

- Kapazitätsaufbau im Bereich der Gesundheitsförderung in Städten und Gemeinden
- Unterstützung von Städten und Gemeinden, die im Bereich Gesundheitsförderung aktiv werden möchten

Nach Abschluss der Ausbildung arbeiten die frisch gebackenen Gesundheitsmanagerinnen bzw. -manager nun gemeinsam mit der aks Gesundheitsvorsorge an Konzepten für die Gesundheitsförderung in ihren Gemeinden, die ab 2010 umgesetzt werden sollen.

Zwölf regionale Gesundheitsmanagerinnen und -manager aus zwölf verschiedenen Gemeinden Vorarlbergs (Bregenz, Hohenems, Bludenz, Gaißau, Wolfurt, Höchst, Silbertal, Hard, Langen bei Bregenz, Klaus, Schwarzach, Kleinwalsertal) werden im Februar 2010 die zweijährige Ausbildung erfolgreich beenden.

Im Herbst 2010 ist ein zweiter Durchgang dieser Ausbildung geplant. Zudem ist für heuer die Entwicklung und Betreuung einer aktiven Plattform mit folgenden Zielen vorgesehen:

- Information zu weitergehenden Themenfeldern/Zielgruppen (Migration, ...)
- Lernen durch Erfahrung (Austausch unter den kommunalen Gesundheitsmanagern)
- Vernetzung von Gemeinde, Gesundheitsmanagern und Gesundheitsförderungs-Institutionen
- Konkreten Projektweiterentwicklungen in Form von Projektwerkstätten

Dieses Projekt wird in Kooperation mit dem Sportservice Vorarlberg durchgeführt.

Mobile Diabetesschulung

Alterdiabetes gehört zu den Zivilisationskrankheiten, die in Österreich sehr stark im Wachsen begriffen sind. Die Ursache der Erkrankung beruht fast ausschließlich auf einem ungünstigen Lebensstil. Rund 16 bis 17 Prozent der über 64-jährigen Vorarlbergerinnen und Vorarlberger sind laut Eigenangaben von Diabetes betroffen. Die mobilen Diabetesschulungen in Vorarlberg erläutern Ursachen und Hintergründe der Krankheit auf einfache Art und Weise:

- Die Motivation der Teilnehmerinnen und Teilnehmer, einen aktiven und gesundheitsfördernden Lebensstil anzunehmen, der an den Ursachen des Diabetes Typ 2 (Alterdiabetes) ansetzt.
- Die Krankheit als Teil der Persönlichkeit akzeptieren und mit ihr leben zu lernen.

Im vergangenen Jahr fanden zehn Kleingruppenschulungen mit insgesamt 85 sowie zwei Nachschulungen mit 19 Diabetikerinnen und Diabetikern statt. In diesem Jahr sind zwölf Kleingruppenschulungen sowie zwei Nachschulungen geplant.

Modellregion in Sachen Frauengesundheit

Vorarlberg, und hier der Bezirk Bludenz, ist Modellregion für das neue Mammographiescreening nach EU-Leitlinien, das österreichweit 2011 eingeführt werden soll. Mit dieser Form der Mammographie nach europaweit anerkannten Standards kann die Früherkennung und damit Brustkrebsvorsorge nachweislich entscheidend verbessert werden.

- Früherkennung kleiner Brusttumore,
- Schonendere Eingriffe und Therapieverfahren
- Bessere Heilungschancen und höhere Lebensqualität
- Senkung der Brustkrebsmortalität

Vorarlberg konnte auch bisher auf gute Zahlen zurückgreifen: 84 Prozent der über 40-jährigen Vorarlbergerinnen haben zumindest einmal in ihrem Leben eine Mammographie-Vorsorgeuntersuchung in Anspruch genommen.

Krebsregister und Gesundheitsdatenbank

Die aks Gesundheitsdatenbank ist mit ihrer Sammlung der Daten aus den Gesundenuntersuchungen bis 2005, des Vorarlberger Krebsregisters, der CINDI-Querschnittstudien, der Schuluntersuchungsdaten und des Impfreisters eine der weltweit größten epidemiologischen Datenbanken. Damit verfügt Vorarlberg über eine Quelle für Gesundheitsdaten von internationalem Standard,

die als Grundlage für die Beurteilung von Trends und Vorsorgemaßnahmen dient. Sie bildet eine wissenschaftliche Grundlage für gesundheitspolitische Entscheidungen und die Planung von Gesundheitsförderungsmaßnahmen.

Dieses Datenmaterial ist zudem die Grundlage für die Erstellung und Veröffentlichung von Studien, Berichten und Vorträgen bei Fachveranstaltungen, Konferenzen bzw. Kongressen. So wurden in den letzten zehn Jahren zahlreiche international beachtete Publikationen auf Basis der Vorarlberger Gesundheitsdaten veröffentlicht.

(aks2010.pku)