

Gesundheit lange erhalten

Gesundheitsnetzwerk Leben: Fachtagung für ein gesundes Berufsleben

■ **Ingolstadt (e)** Die 5. Fachtagung für ein gesundes Berufsleben der Partner aus dem Gesundheitsnetzwerk Leben in der Katholischen Universität Eichstätt-Ingolstadt am Campus Ingolstadt ist beendet. Experten aus Wissenschaft und Praxis vermittelten die Inhalte von moderner berufsgruppenbezogener Prävention, die Unterstützung durch eine Präventions- und Rehabilitationsprechstunde sowie eines Ü45-Gesundheitschecks, um den Präventions- und Rehabilitationsbedarf zeitnah zu erkennen und die zielgerichtete bedarfsorientierte Gesundheitsversorgung durch die elektronische Antragstellung zügig einzuleiten. Die Inhalte des Ü45-Gesundheitschecks zur Ermittlung des Gesundheitspotenzials sowie die im Bedarfsfall, im Rahmen einer anschließenden Präventionsleistung zur Unterstützung der Gesundheit durch Bewegung, bewusste Ernährung und eine geschärfte Aufmerksamkeit für die Balance zwischen Freizeit und Beruf wurden vorge-

stellt. Zeitgleich wurde aufgezeigt, dass der Wiedereinstieg in den Arbeitsprozess nachhaltig unterstützt und die Resilienz im Betrieb gefördert werden kann. Qualifiziertes Coaching ist dabei eine wertvolle Ressource, die sowohl in der Gesundheitsversorgung, bei der beruflichen Rehabilitation, beim Ausstieg aus der Sucht, nach Suchtbehandlungen und beim Wiedereinstieg in das Arbeitsleben erfolgreich erprobt wurde.

Alle Akteure waren sich darin einig, dass die rechtzeitige Einleitung und Durchführung von Präventionsmaßnahmen die Gesundheit erhalten kann. Es ist wichtig, dass Berufstätige diese Angebote kennen und noch mehr als bisher in Anspruch nehmen. Hier sind auch die Arbeitgeber gefordert, ihre Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter zu motivieren und dabei zu unterstützen, notwendige Gesundheitsmaßnahmen zeitnahe zu nutzen. Durch die elektronische Antragstellung ist der Antrag sofort im elektronischen Posteingang beim zu-

ständigen Sachbearbeiter bei der Deutschen Rentenversicherung. Zeitliche Verzögerungen durch mögliche Fehler bei der Antragstellung werden komplett ausgeschlossen. Das Antragverfahren wurde erheblich vereinfacht. Bei Bedarf unterstützen die Partner im Gesundheitsnetzwerk Leben bei der elektronischen Antragstellung. Coaching wird in vielen Bereichen in der Wirtschaft und auch in der Gesundheitsversorgung erfolgreich eingesetzt. Wissenschaftliche Studien belegen, dass in der beruflichen Wiedereingliederung, beim Ausstieg aus der Sucht, nach erfolgreicher Suchtbehandlung, um den Wiedereinstieg nachhaltig zu sichern, ein qualifiziertes Coaching der Betroffenen sehr gezielt helfen kann. Erkenntnisse aus der Praxis zeigen, dass in akuten beruflichen Belastungssituationen das zeitnahe Coaching eine wertvolle Ressource ist, um Krankheiten und Arbeitsunfähigkeiten zu vermeiden. Nicht außer Acht zu lassen ist dabei, dass nicht alle Beratungsan-

gebote seriös sind und auf jeden Fall auf die Qualifikation der Coaches geachtet werden sollte. Ein Einblick in die umfassenden Arbeitsbereiche, bis hin zur gezielten Einzelberatung, wurde an den Informationsständen der Partner im Gesundheitsnetzwerk Leben ermöglicht.

Für Helga Friehe, Projektleitung im Gesundheitsnetzwerk Leben, wurden auch bei der fünften Fachtagung die Erwartungen erfüllt. „Sieben Jahre Gesundheitsnetzwerk Leben zeigen uns, dass wir gemeinsam mit allen beteiligten Akteuren die richtige Entscheidung getroffen haben. Mit der sektoreneinwandernde Gesundheitsstrategie für ein gesundes Berufsleben und Bürokratieabbau können wir Berufstätigen schnelle Hilfe zur Verfügung stellen. Gemeinsam ist es uns gelungen, Bürokratie abzubauen, die Versorgung zu verbessern sowie Prozessabläufe zu vereinfachen“. „Wir haben damit für Arbeitserleichterung bei den Anbietern und auch Kosten-

trägern weit über die Region hinaus gesorgt. Seit Bestehen unseres Netzwerkes gab es keinen Stillstand in der Entwicklung. Das unermüdete Engagement aller Akteure ist immer wieder beeindruckend und verdient großen Respekt“, ergänzte Prof. Dr. Siegfried Jedamzik, Vorsitzender des Ärztenetzes GOIN und der Bayerischen Telemedallianz.

Eine sektoreneinwandernde Gesundheitsversorgungskette bietet die Chance, Langzeiterkrankungen sowie das vorzeitige Ausscheiden aus dem Erwerbsleben, das häufig auch mit einer Einschränkung in der Lebensqualität einhergeht, zu reduzieren. Die bisherigen Studienergebnisse im Bereich Wiedereingliederung von berufstätigen Patienten lassen erwarten, dass durch ein qualifiziertes Coaching die Nachhaltigkeit von Maßnahmen gesichert werden kann. Der „Schritt“ zum Coach fällt vielen etwas leichter als das Aufsuchen eines Mediziners oder Psychotherapeuten. Gesundheitscoa-

ching in der Praxis kann jedoch nur als eine Ergänzung zu den schon vorhandenen Gesundheitsdiensten verstanden werden. Gesundheitscoaching zielt auf Befähigung und Aktivierung der Ressourcen des Einzelnen, die ihm ermöglichen, das eigene Leben selbst in die Hand zu nehmen und das Verhalten zu ändern. „Eine selbstbestimmende, gesunde und motivierte Belegschaft wird immer wichtiger und bietet eine wertvolle Ressource im globalen Wettbewerb“, hoben die Eichstätter Professoren Janusz Surzykiewicz und Joachim Thomas von der Katholischen Universität Eichstätt-Ingolstadt hervor.

„Im nächsten Schritt möchten wir die wertvollen Studienergebnisse im Bereich Coaching gezielt für unser Netzwerk nutzen. Die Gespräche dazu laufen bereits. Alle Netzwerkpartner arbeiten Hand in Hand, um schnelle Hilfe zu gewährleisten und dafür zu sorgen, dass entsprechende Angebote in der gesamten Region 10 zur Verfügung stehen“, so Helga Friehe.