

Prävention – was hat das mit mir zu tun?

18. Internationales Seminar: «Onkologische Pflege - Fortgeschrittene Praxis»
04. September 2015

Anke Jähnke, Careum Forschung, Zürich und Robert-Bosch-Krankenhaus, Stuttgart

Careum Forschung
Forschungsinstitut Kalaidos Fachhochschule Gesundheit
Pestalozzistrasse 3, CH-8032 Zürich
T +41 43 222 50 50, forschung@careum.ch, www.careum.ch

Inhalte des Workshops

1. Was verstehen wir unter dem Begriff Prävention?
2. Welche Empfehlungen gibt der European Code against Cancer?
3. Welche Rolle spielen wir als Pflegefachpersonen in der Krebsprävention?
4. Welche Herausforderungen sind mit Prävention und Gesundheitsförderung verbunden?
5. Fazit und Ausblick

Gesundheit

Voraussetzungen und Rahmenbedingungen

«Gesundheit wird von Menschen in ihrer alltäglichen Umwelt geschaffen und gelebt: dort, wo sie spielen, lernen, arbeiten und lieben. Gesundheit entsteht dadurch, dass man sich um sich selbst und für andere sorgt, dass man in die Lage versetzt ist, selber Entscheidungen zu fällen und eine Kontrolle über die eigenen Lebensumstände auszuüben sowie dadurch, dass die Gesellschaft, in der man lebt, Bedingungen herstellt, die all ihren Bürgern Gesundheit ermöglichen.»

(WHO Ottawa Charter 1986)

Zum Begriff Prävention

Krankheitsprävention

Zielgruppen und Interventionszeitpunkte

(vgl.: Klotz, T. (2009). In: Hurrelmann, K. et al (Hg.). Lehrbuch Prävention und Gesundheitsförderung. Bern.)

	Gesundheitsförderung	Primärprävention	Sekundärprävention	Tertiärprävention
Zeitpunkt	lebenslang	vor einer Krankheit	Frühstadium	nach
Ziel	Ressourcen stärken	Senke A en		geschäden / Rückfälle verhindern, LQ verbessern
Adressaten	gesamte Bevölkerung	Gesunde (ohne Symptome)	Risikogruppen	Menschen mit chronischen Erkrankungen

Verwendung dieser Begrifflichkeiten wird kontrovers diskutiert!

«European Code against Cancer» 12 ways to reduce your cancer risk

Ziele des «European Code against Cancer»

Fragen & Antworten



-  Tobacco
-  Second-hand smoke
-  Healthy body weight
-  Physical activity
-  Diet
-  Alcohol
-  Sun/UV exposure
-  Pollutants
-  Radiation
-  Breastfeeding
-  Hormonal therapy
-  Vaccination and infections
-  Screening



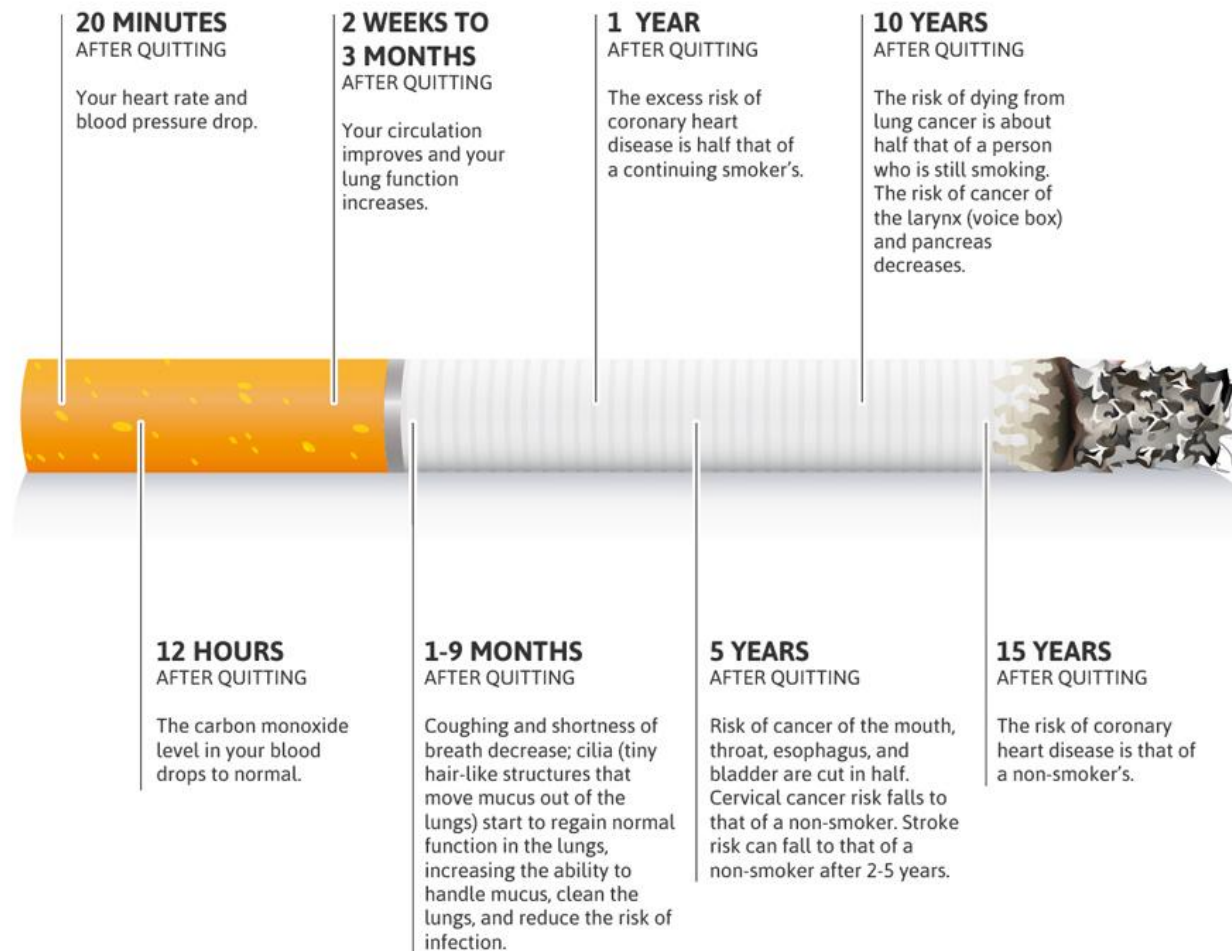
Beispiel Krebsliga Schweiz: «Parcours Prävention»

http://www.krebsliga.ch/de/parcours_pravention.cfm



Prävention lohnt sich immer!

Bildquelle: American Cancer Society Inc. from www.cancer.org



Fazit und Ausblick

Zur Diskussion von Gesundheitsförderung und Prävention

- Verhaltensprävention ↔ Verhältnisprävention
- Individuelle ↔ strukturelle Präventionsmassnahmen
- Beeinflussbare Risikofaktoren ↔ nicht beeinflussbare Risikofaktoren
- Handlungsfeld Prävention: gesunde Lebensbedingungen schaffen
(Oncosuisse. Projekte «Nationale Strategie gegen Krebs 2014-2017». Bern 2015.)
 - ✓ Koordination der Nationalen Programme Tabak, Alkohol, Ernährung und Bewegung
 - ✓ Stärkung der Gesundheitskompetenz
 - ✓ Reduzierung krebsverursachender Risiken (z.B. Radon)
- Gesundheitsförderung und Prävention sind inhärente Bestandteile der **Pflege** (vgl. Bartholomeyczik 2006)

Herausforderungen

"Die einzige Methode, gesund zu bleiben, besteht darin, zu essen, was man nicht mag, zu trinken, was man verabscheut, und zu tun, was man lieber nicht täte."

Mark Twain (1835-1910)

Wirklich?

Krebsprävention

Und was hat das jetzt mit mir zu tun?



Ausgewählte Literaturhinweise

- WHO Ottawa Charta 1986. Online verfügbar unter http://www.euro.who.int/_data/assets/pdf_file/0006/129534/Ottawa_Charter_G.pdf?ua=1 (zuletzt aufgerufen am 24.08.2015)
- Bartholomeyczik, Sabine (2006). Prävention und Gesundheitsförderung als Konzepte der Pflege. Pflege & Gesellschaft; 11 (3): S. 210-223. Online verfügbar unter <http://www.dg-pflegewissenschaft.de/pdf/PfleGe306Bartho.pdf> (zuletzt aufgerufen am 24.08.2015)
- European Code Against Cancer. 12 ways to reduce your cancer risk. Online verfügbar unter <http://cancer-code-europe.iarc.fr/index.php/en/> (zuletzt aufgerufen am 24.08.2015)
- «Prävention gehört ins Portfolio aller Gesundheitsfachpersonen». Interview von Judith Bögli mit Ursula Koch, Co-Leiterin der Abteilung Nationale Präventionsprogramme beim Bundesamt für Gesundheit. Frequenz, Juli 2013: S. 6-7. Online verfügbar unter http://www.alter.bfh.ch/fileadmin/wgs_upload/gesundheit/frequenz_ausgaben/FBG_Frequenz_Juli_MT_130624_w.pdf (zuletzt aufgerufen am 24.08.2015)
- Ulrich, C.M., Steindorf, K. (2012). Krebsprävention durch Lebensstil – was ist evidenzbasiert? Onkologe 2012 18: S. 192–197. DOI 10.1007/s00761-011-2087-8. Online verfügbar unter http://www.prio-dkg.de/wp-content/uploads/Praevention_Ulrich.pdf (zuletzt aufgerufen am 24.08.2015)

Weitere Informationen/Kontakt

Anke Jähne

Careum Forschung
Kalaidos FH Gesundheit
Pestalozzistrasse 3
CH-8032 Zürich
anke.jaehnke@careum.ch
www.careum.ch

Robert-Bosch-Krankenhaus
Hämatologische Überwachungsstation 4C
Auerbachstrasse 110
D-70376 Stuttgart
anke.jaehnke@rbk.de
www.rbk.de