SKOLAMED

WORKSHOP
Zielgruppenspezifische Konzepte der betrieblichen Gesundheitsförderung

28. März 09:30 – 13:00 Uhr

Zielgruppenspezifische Konzepte der betrieblichen Gesundheitsförderung SKOLAMED 28. März 2007

09:30 Begrüßung / Vorstellung

Aus der Praxis:

- Möglichkeiten der Festlegung von Zielgruppen im Rahmen eines Betrieblichen Gesundheitsmanagements
- TOP-DOWN Strategie zur Etablierung eines Betrieblichen Gesundheitsmanagements
- Beispiele von zielgruppenspezifischen Maßnahmen

kurze Pause

10:30 Planung einer Gesundheitsförderungsmaßnahme

- „Projekt Gesundheitstag“

dazwischen Erfrischungspause/Diskussion

12:15 Macht sich betriebliche Gesundheitsförderung bezahlt ?

- Ein Modell zur Kosten-Nutzen-Analyse von Gesundheitsförderungsmaßnahmen

Gesundheitsförderung - Gesundheitsmanagement

- Sportmediziner
- Arbeitsmediziner
- Sportwissenschaftler
- Ernährungswissenschaftler
- Psychologen
- Soziologen
- Pädagogen
- Kommunikationsexperten
- Gesundheitswissenschaftler

Gesundheitssteuerung

⇩

Betriebliche Gesundheitsförderung

⇩

Betriebliches Gesundheitsmanagement

Betriebliches Gesundheitsmanagement
Warum ?

Win-Win-Situation

Unternehmen

- Kostensenkung durch weniger Krankheitstage,
- Abbau Personalfluktuation und -zusatzkosten,
- steigende Wettbewerbsfähigkeit, Steigerung Produktivität
- Wettbewerbsvorteile bei der Suche nach qualifizierten Mitarbeitern, Imagepflege

Steigerung von

- Leistungsfähigkeit und -bereitschaft
- Arbeitszufriedenheit / Betriebsklima
- Motivation
- Stressresistenz

Individuum

- Förderung eines gesunden Lebensstils
- erhöhte Lebensqualität
- Ausgleich und Entspannung
- Freude und Spaß
- aktive Freizeitgestaltung

These:

Betriebliches Gesundheitsmanagement kann nur dann zielführend sein, wenn Maßnahmen zielgruppenspezifisch eingesetzt werden.

Betriebliches Gesundheitsmanagement Zielgruppendefinition

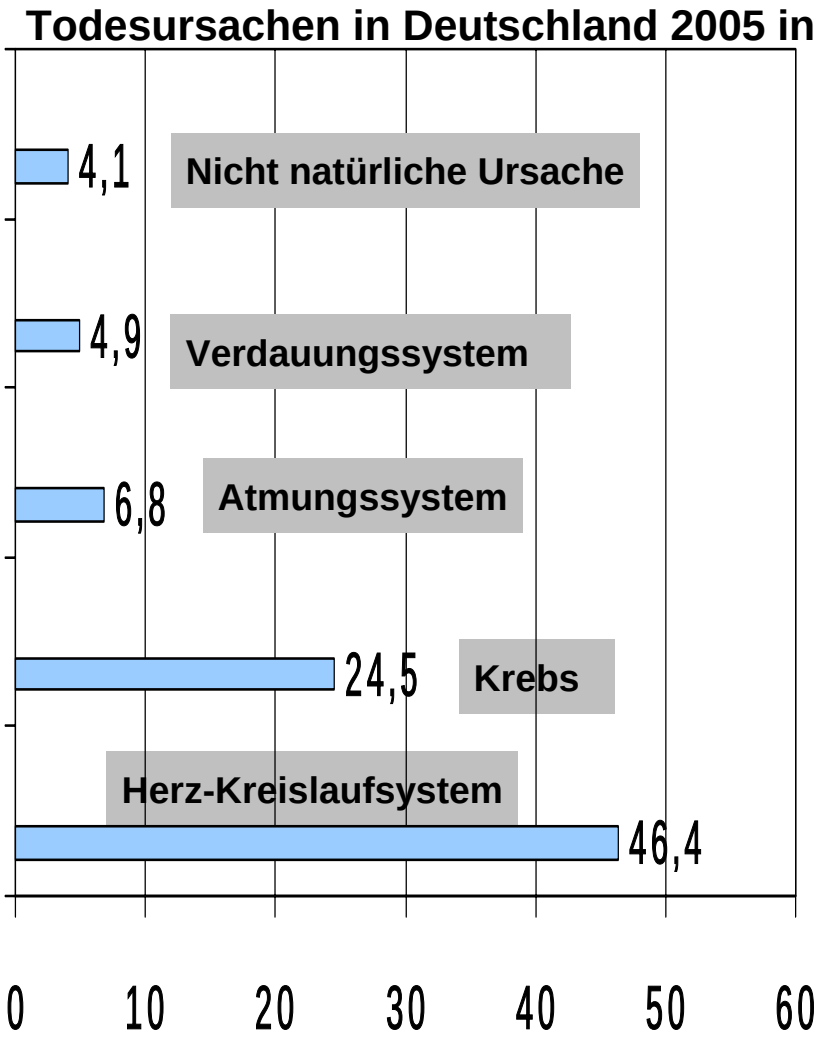
Übliche Festlegung von Zielgruppen für Gesundheitsförderungs-maßnahmen:

- **Abteilung, Schicht, Organisation**
- **Unternehmensführung**
- **Führungskräfte, Meister, Teamleiter**
- **Nachwuchsführungskräfte**
- **Betriebsrat**
- **Vertriebsmitarbeiter**
- **Mitarbeiter**
- **Projektgruppen**

Berücksichtigung von Daten zur Zielgruppendefinition:

- **Arbeitsunfälle - UV**
- **Berufskrankheiten – UV**
- **Frühberentung – RV**
- **Fehlzeitenanalyse (GKV/Betrieb)**
- **Befragungsdaten**
- **Biometrische Datendaten**

Ziel: Gesundheitsbewusstes Verhalten der Mitarbeiter



Statistisches Bundesamt, Wiesbaden 2005
Artikelnummer: 2120400037005

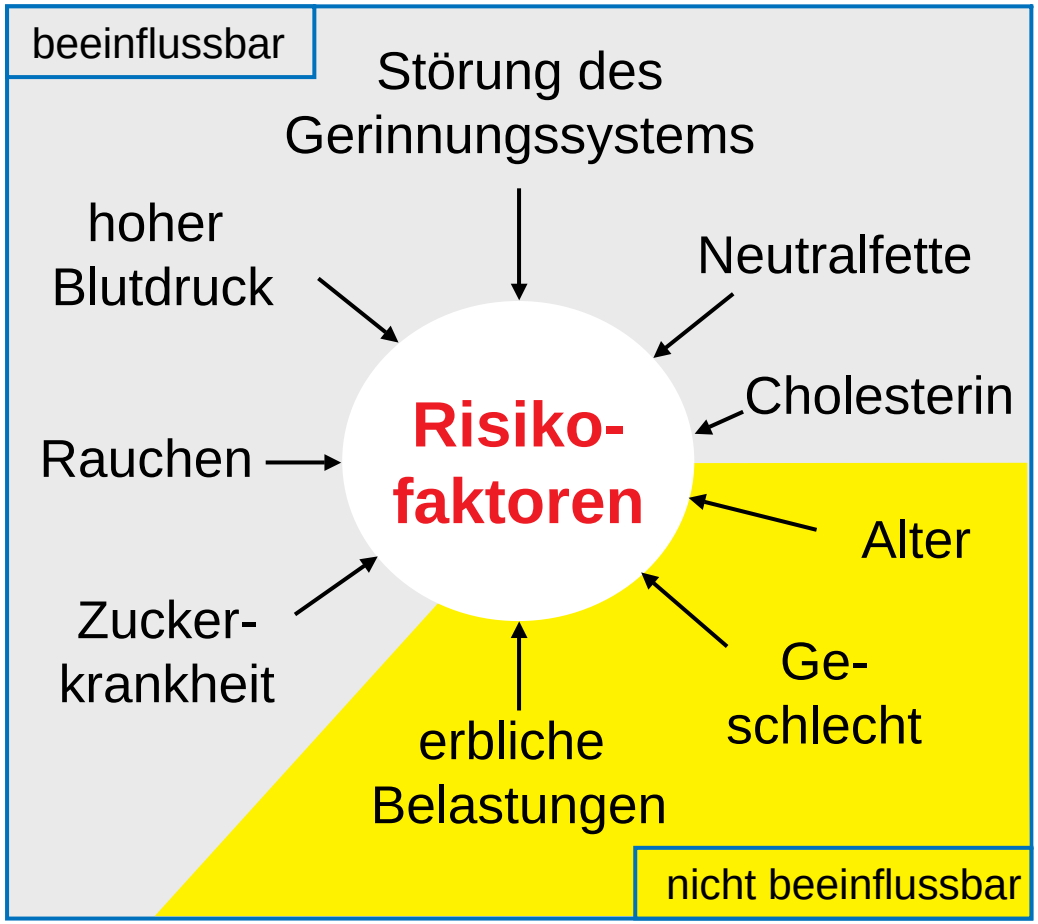
Ziele:

- **Bewusstmachung und Sensibilisierung hinsichtlich gesundheitsorientierter Fragestellungen**
- **Vermittlung von Wissen, Aufbau von Handlungskompetenz**
- **Systematische und nachhaltige Beeinflussung des individuellen Gesundheitsverhaltens**

- **Prävention von Zivilisationserkrankungen**
- **Senkung von Krankheitskosten durch AU**

Eine mögliche Zielgruppendefinition mittels der PROCAM-Studie (Münster)

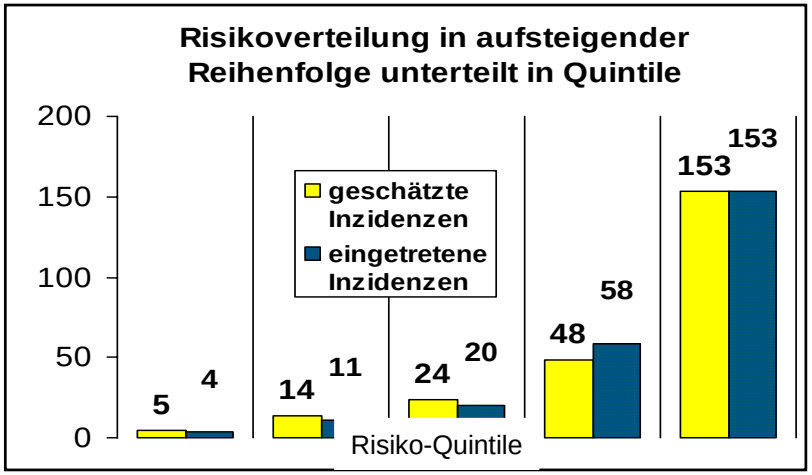
- Erfassung von Bio-parametern und Lebensgewohnheiten bei 30-60-jährigen (alle 2 Jahre)
- Registrierung von Infarkten
- Korrelation der Daten und Infarktereignisse
- Wissenschaftlich belegte **Risiko-faktoren**



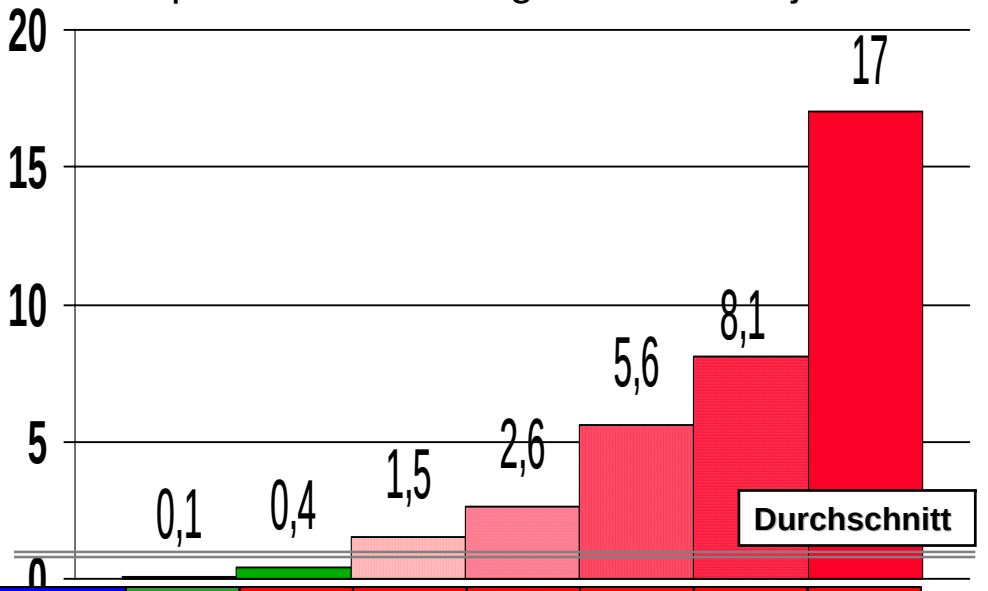
www.assmann-stiftung.de

Anstieg des Infarktrisikos nach Art & Häufigkeit der Risikofaktoren (Multiplikator nach PROCAM)

Die Koinzidenz mehrerer Risikofaktoren zusammen führt zu einem exzessiven Risiko, eine Herzkreislauf-erkrankung zu bekommen.

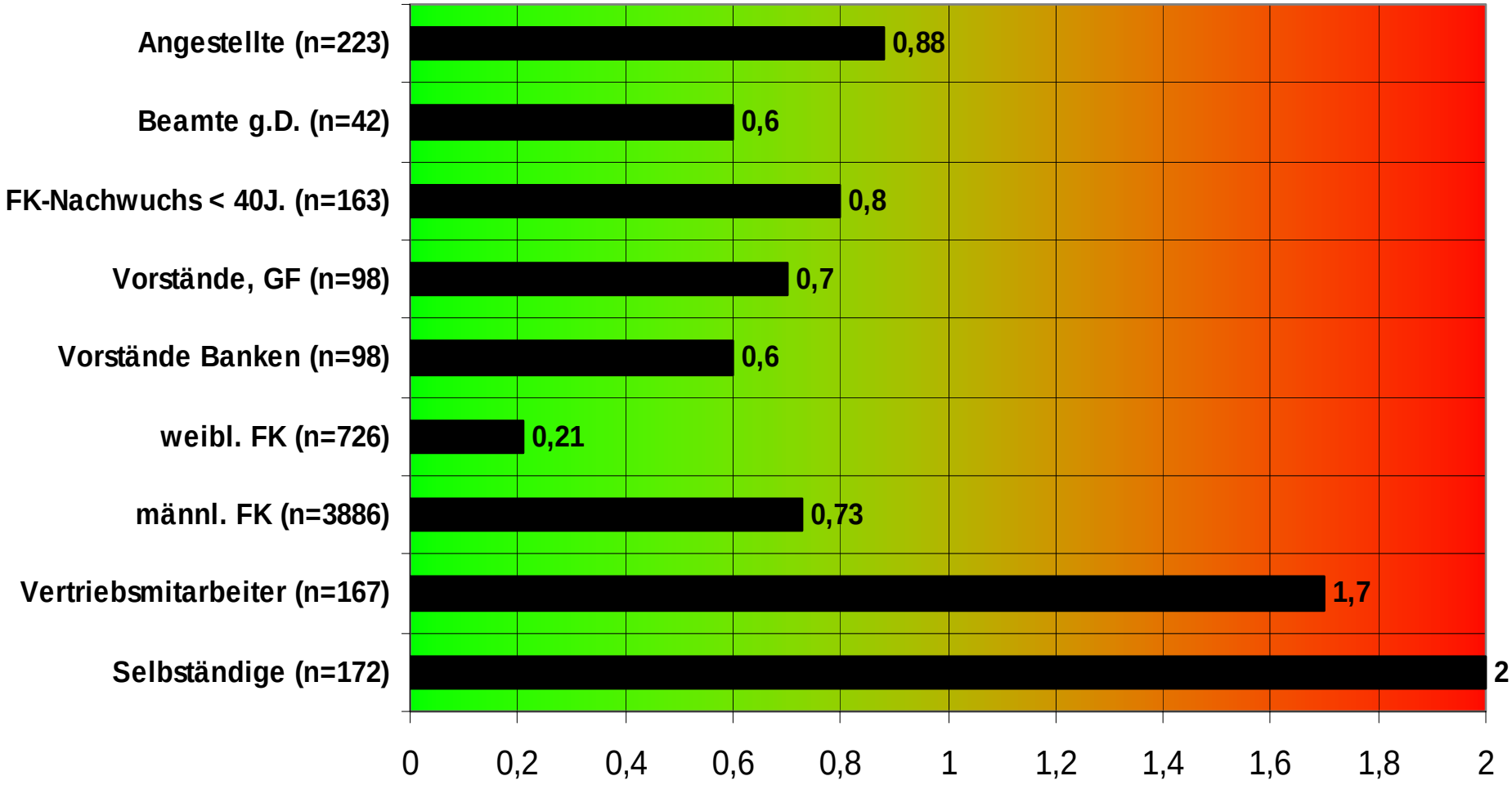


Multiplikatorberechnung bei einen 50-jähr. Mann



Chol	180	285	285	285	285	285	285
HDL	55	55	30	30	30	30	30
TG	100	100	250	250	250	250	250
RR	120/80	120/80	120/80	170/95	170/95	170/95	170/95
Rauch.	N	N	N	N	J	J	J
Diabet.	N	N	N	N	N	J	J
Famil.	N	N	N	N	N	N	J

Herzinfarktrisiko und Berufsgruppen



Multiplikatorempfehlung nach PROCAM: 0,1 - 0,3

Zielgruppen und Konzepte der betrieblichen Gesundheitsförderung

- Gesundheits-Check-ups
- Personal Coaching
- Seminare / Workshops
- Gesundheitstage
- Gesundheitswochen

Die Führungskraft als Gesundheitsmanager ?

These:

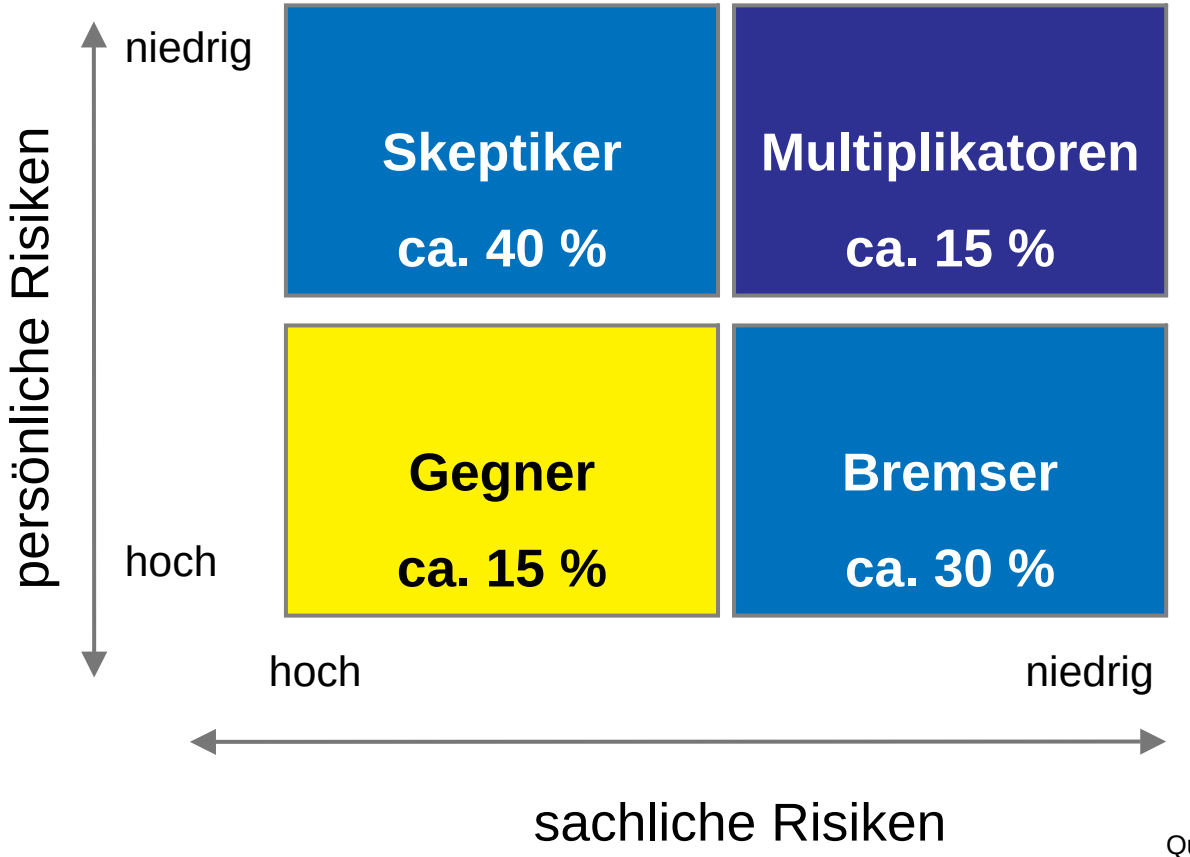
Ohne ein „ Wollen“ der Führungskräfte ist ein erfolgreiches Betriebliches Gesundheitsmanagement nicht möglich.

TOP-Down Strategie zur Etablierung eines Betrieblichen Gesundheitsmanagements

Rollenverteilung der Führungskräfte beim Betrieblichen Gesundheitsmanagement

persönliche Nachteile sind z.B.

- schlechtere Arbeitszeiten,
- Teilnahme an Fortbildungen
- Verschlechterung von räumlichen Gegebenheiten
- Etc.



Quelle: Ilmarinen/Tempel 2003

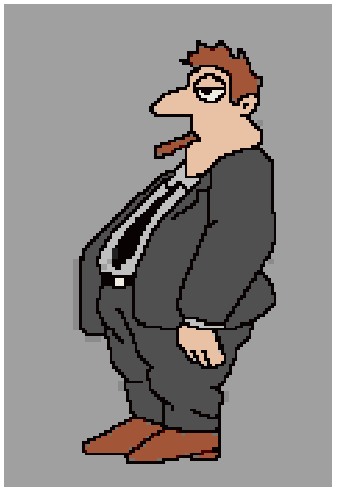
Die Führungskraft als Gesundheitsmanager ?

Nur wenn Führungskräfte die Bedeutung der Gesundheitsförderung für sich selber und ihre Mitarbeiter verinnerlicht haben, sind sie in der Lage diesbezüglich auch ihrer Führungsrolle gerecht zu werden.

Sie

- **prägen die Aktionsfelder eines Betrieblichen Gesundheitsmanagements (Unternehmenskultur, Betriebsklima, Arbeitsbelastung, Handlungsspielräume, Mitbestimmung)**
- **sind Multiplikatoren und Wegbereiter für gesundes Verhalten**
- **fungieren als aktive / passive Ansprechpartner für die Gesundheitsbelange ihrer Mitarbeiter**

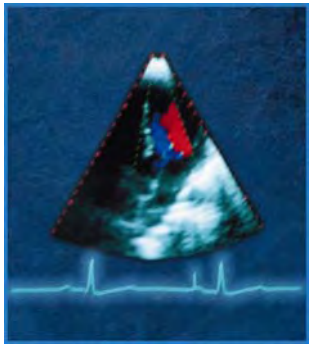
Die Führungskraft als Gesundheitsmanager ?



Führungskräfte sind in Ihrer Rolle im Bereich des Betrieblichen Gesundheitsmanagements mehrfach gefordert:

- **in Form des Gesundheitsmanagements als Selbstmanagement**
- **und in ihrer Führungsrolle sowie im gesunden Führungsverhalten**
- **Hinsichtlich ihrer Kenntnisse/Akzeptanz bezüglich der Prozesse eines Betrieblichen Gesundheitsmanagements**

Zielgruppe – Führungskräfte
Maßnahme: Check up/Training



Ziel:

- Vorsorge, Vorbeugung von Zivilisationserkrankungen
- Erkennen von Risikofaktoren
- Schulung und Förderung eines gesunden Lebensstils
- Erhalt und/oder Steigerung der Leistungsfähigkeit

Inhalt: Eingehende medizinische, ernährungs- und sportwissenschaftliche Untersuchungen, Anamnese / Gesundheitsfragebogen
Umfassende Analyse des aktuellen Gesundheitszustandes mit Gesundheitscoaching.

Teilnehmer: Definierte Gruppe eines Unternehmens

Zeitrahmen: 1-1,5 Tage nach Vereinbarung

Betreuung: Expertenteam aus Fachärzten und Trainern

Grundsatz: Diagnostik als Grundlage für individuelle Coachingmaßnahmen

Zielgruppe – Führungskräfte
Maßnahme: Check up/Training

www.bertelsmann-stiftung.de

Mögliche Inhalte

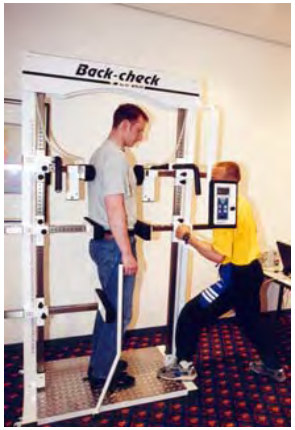
- Anamnese (ganzheitliche Orientierung)
- Ultraschalldiagnostik der inneren Organe
- Farbcodierte Echocardiographie des Herzens
- EKG in Ruhe und unter Belastung
- Spiroergometrie
- Überprüfung der Leistungsfähigkeit
- Seh-und Hörtest
- Blutuntersuchungen
- Harn- und Stuhluntersuchung
- Berechnung des Herzinfarktrisikos (PROCAM)
- Bioelektrische Impedanzanalyse
- Back-Check (Maximalkraft und Kraftverhältnis)
- Ernährungsanalyse und -beratung
- Ausführliches Arztgespräch & detaillierter Abschlussbericht

Zielgruppe – Führungskräfte
Maßnahme: Check up/Training

COACHING / BERATUNG PHASE I - Fitnesscoaching
Bewegung und Gesundheit

COACHING / BERATUNG PHASE II - Stresscoaching
Stress und Gesundheit
Herzinfarktrisikoanalyse nach Procam

COACHING / BERATUNG PHASE III - Ernährungscoaching
Aktuelle Themen: Gewichtsmanagement, Nahrungsergänzung



COACHING / BERATUNG PHASE IV - Rückencoaching
Rückentraining, Bürogymnastik

3 Schritte der Gesundheitssteuerung

2.Vorträge

1. Gesundheits-screening

3.Praxis

Zielgruppe – Führungskräftenachwuchs
Maßnahme: Schulung/Seminar

Ziel:

- Sensibilisierung der Teilnehmer hinsichtlich eines gesundheitsorientierten Selbstmanagements
- Führung und Gesundheit

Teilnehmer: Definierte Gruppe eines Unternehmens

Zeitrahmen: **2 mal** 1,5 - 2 Tage im Abstand von 10 Monaten

Betreuung: Expertenteam aus Gesundheitswissenschaftlern

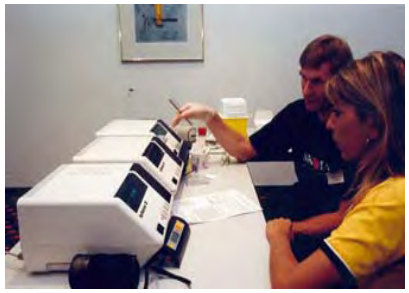
Grundsatz: Diagnostik als Grundlage für individuelle Coachingmaßnahmen

Zielgruppe – Führungskräftenachwuchs
Maßnahme: Schulung/Seminar

Führung und Gesundheit

Diagnostik

Bestimmung des individuellen Gesundheitsprofils
(ggf. auch werksärztlichen Dienst/Betriebsarzt),
Gesundheitsprofiltest - Fragebogen



medienunterstützte Vorträge

- Fit und gesund im Beruf
- Risikofaktoren
- Fit statt fertig
- Stressmanagement
- Lebensstilplanung
- Ernährung und Gesundheit
- Rückengesundheit
- **Gesundheitsmanagement als Führungsaufgabe**
  - **Gesund Führen**
  - **Betriebliches Gesundheitsmanagement**

Praxis

- Intensitätsgesteuertes Ausdauertraining
- Ausgleichsgymnastik
- Rückentraining
- Entspannungstraining (PME)
- exemplarische Vollwerternährung
- „Lebensplan“ zur Umsetzung
- Workshop Führung und Gesundheit

Zielgruppe – Führungskräftenachwuchs Maßnahme: Schulung/Seminar

Führung und Gesundheit 1

1.Tag

16.00 Anreise

17.00 **Begrüßung**
- Vorstellung des SKOLAMED-Teams
- Inhaltliche und organisatorische Einführung in das Seminar
- Schweigepflicht
- **Ausgabe der Pedometer**

18.15 **PRAXIS I : Mobilisation, Gymnastik, Stretching**

19.00 **Abendessen**

2. Tag

07.00 **Messung der Körperzusammensetzung (BIA)**
Bestimmung von Risikofaktoren

09.15 **HERZ-KREISLAUF-ERKRANKUNGEN UND PRÄVENTION**
Individuelle Herzinfarktrisikoberechnung für die nächsten 10 Jahre nac
PROCAM

10.30 Erfrischungspause

11.00 **PRAXIS II : Mobilisation, Gymnastik, Stretching**

11.30 **ERNÄHRUNG UND RISIKOFAKTOREN**
- Ungleichgewicht von Energiezufuhr und Energieverbrauch
- Fette in der Nahrung
- **Verteilung der individuellen Ernährungsanalyse**

13.00 Mittagessen

14.15 **PRAXIS III: Bürogymnastik**

15.00 **TRAININGSPRINZIPIEN FÜR DEN GESUNDHEITSSPORT (ENERG**

16.00 **PRAXIS IV: Erfahrungsfeld Ausdauertraining**
Intensitätssteuerung beim Joggen/Walking mit Hilfe des Laktatwertes (Milchsäurekonzentration im Blut) und Kontrolle der Herzfrequenz mit Hilfe des Pulsfrequenzmessers

anschließend Stretching

17.30 **PRAXIS V: ENTSPANNUNGSTRAINING - PME:**
Progressive Muskelentspannung nach Jacobson

18.30 Abendessen

19.30 **Kamingespräche: Thema: Betriebliche/individuelle Gesundheitsförderung**

3. Tag

08.15 **ERNÄHRUNG UND LEISTUNGSFÄHIGKEIT**
- Kohlenhydrate als Voraussetzung für motorische und geistige Leistungsfähigkeit
- Vitamine
- Ein Ernährungstagesbeispiel
- Flüssigkeitshaushalt

09.15 Kurze Pause

09.30 **DER GESUNDE RÜCKEN**

10.15 **PRAXIS V + VI: (Gruppe 1 und 2 im Wechsel)**
Gruppe 1: Rückengymnastik - ein schonendes Muskeltraining
Gruppe 2: Präzisierte Intensitätssteuerung beim Jogging/Nordic Walking oder Ergometertraining (falls im Angebot der Tagungsstätte)
anschließend duschen, umkleiden und Hotelzimmer räumen

13.00 Mittagessen

14.15 **PRAXIS VII: Kurzentspannung im Sitzen (PME)**

14.45 **SPORT ALS MEDIKAMENT**
- 10 SKOLAMED Regeln
- Fragen der Seminaristen an das SKOLAMED-Team zu den

m

16.00 **Abschlussbesprechung**
- Erstellung eines persönlichen Erinnerungsbriefes
- Feedback für das SKOLAMED-TEAM

16.30 **Verabschiedung**

Achtung! Alle unterstrichenen Programmteile erfordern spezifische Sportbekleidung!

Stand: 2006/2007

Zielgruppe – Führungskräftenachwuchs Maßnahme: Schulung/Seminar

Führung und Gesundheit II

1.Tag

17.00 **FITNESS UND FÜHRUNG**
- Vorstellung des SKOLAMED-Teams
- Inhaltliche und organisatorische Einführung in das Seminar
- Erfahrungsaustausch/Erwartungsformulierung
- Schweigepflicht

17.45 **PRAXIS I : Gymnastik, Mobilisation und Stretching**

18.00 **Abendessen**

19.00 **ERNÄHRUNG UND PRÄVENTION**
- Nahrungsergänzung – Sinn – Unsinn ?
- Vitamine
- Antioxidantien – Radikalfänger
- 5 a day Empfehlungen
- **Verteilung der individuellen Ernährungsanalyse**

2. Tag

ab
06.30 **Erstellung eines GESUNDHEITSPROFILS (nüchtern)**
- Stresstest
- Bestimmung Risikoprofil

anschließend Frühstück

09.15 **BIOMARKER DES ALTERNS**
- Signale des Alterns
- Anti-Aging durch Bewegung , Ernährung und Entspannung
- **Individuelle Herzinfarktrisikoberechnung für die nächsten 10 Jahre nach PROCAM**

10.45 **PRAXIS II/III: (Gruppe 1 und 2 im Wechsel)**

Gruppe 1: Rückentraining: Ein schonendes Training zur Gesunderhaltung des Haltungsapparates

Gruppe 2: Neueinstellung/Kontrolle der individuellen Trainingsherz-frequenz mittels laktatdiagnostischer Untersuchung

Nordic Walking – Die neue Form eines effektiven Ausdauertrainings

13.00 Mittagessen

14.00 **STRESS MIT DEM STRESS**
- Körperliche Reaktionen und Stress
- Konzept der Herzratenvariabilität als mögliche Grundlage eines Stressmanagements
- Interventionsmöglichkeiten zur Verbesserung der individuellen Stresstoleranz
- **Interpretation des individuellen Stressprofils**

15.00 **ENTSPANNUNGSTRAINING (Kurzentspannung im Sitzen)**

15.30 **SPORT ALS MEDIKAMENT**
- Zusammenfassung
-
-

Kurze Pause

16.30 **FÜHRUNG UND GESUNDHEIT I**
- Zusammenhänge zwischen Führung und Gesundheit
- Was ist krankmachendes Führungsverhalten ?
- Was macht einen gesundheitsgerechten Führungsstil aus ?

18.00 **Abendessen**

3. Tag

09.00 **WORKSHOP- Gesundheitsgerechte Mitarbeiterführung**
- Sensibilisierung für Zusammenhänge zwischen Führungsverhalten und Anwesenheit/ Gesundheit
  - bewusserer Umgang mit dem Thema „Fehlzeiten"

10.45 Uhr – Erfrischungspause mit Diskussion

- Gesund mit dem (auch belasteten!) Mitarbeiter/ Team umgehen
  - Belastungsreduzierung und Ressourcenaufbau für den Mitarbeiter

12.00 **Mittagessen**

13.30 **WORKSHOP – Selbstmanagement und gesundheitsgerechte Mitarbeiterführung**
- Gesund mit sich selbst umgehen
  Belastungsreduzierung und Ressourcenaufbau für die Führungskraft
- Selbstcheck – Führungsverhalten unter Stress

15.30 **Erfrischungspause/ Diskussion**

16.00 **FÜHRUNG UND GESUNDHEIT II**
- Handlungsimpulse zur Transfersicherung
  - letztendliches Ziel des ganzen Seminars: Fehlzeiten-Reduzierung

17.00 **Verabschiedung**

Achtung! Alle unterstrichenen Programmteile erfordern spezifische Sportbekleidung!

Stand:2006/2007

Zielgruppe -Mitarbeiter, Abteilungen
Maßnahme: Gesundheitswochen

Ziel:

- Sensibilisierung der Teilnehmer hinsichtlich eines gesundheitsorientierten Lebensstils
- Anbieten von Hilfestellungen zur Prävention von Zivilisationserkrankungen
- Pflege einer Unternehmenskultur
- Aufbau einer Dateninfrastruktur zur Optimierung eines BGM
- Senkung der AU-Tage

Teilnehmer: Alle Mitarbeiter eines Unternehmens

Durchführung: Teilnehmer bleiben grundsätzlich im Arbeitsprozess, Verteilung der Angebote auf bestimmte Zeitfenster

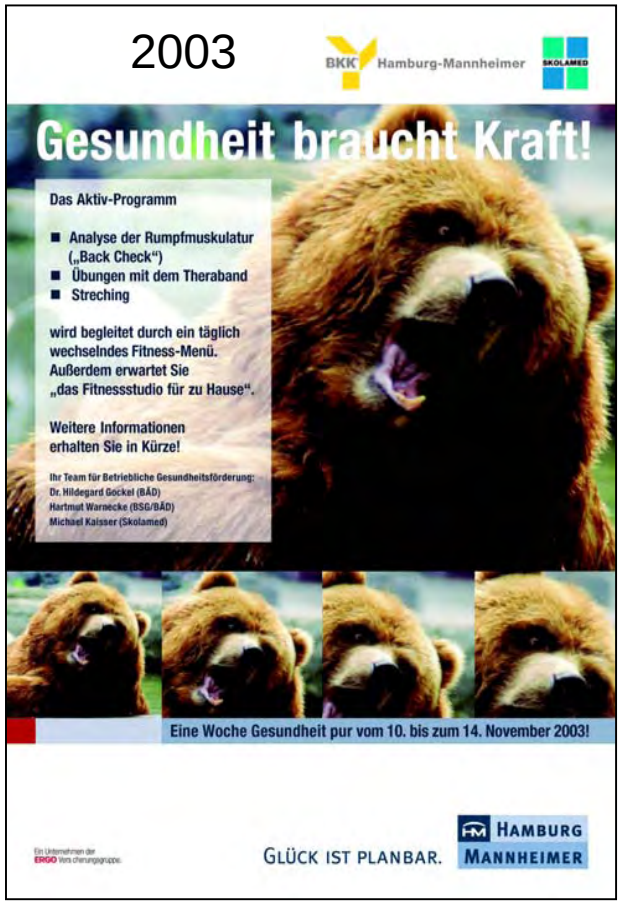
Zeitrahmen: 1 Woche

Ort: Im Unternehmen

Betreuung: Expertenteam aus Gesundheitswissenschaftlern
Betriebsärztlicher Dienst

Kontinuität bringt den Erfolg !!

Konzept: Gesundheitswochen Hamburg Mannheimer



Gesundheitswoche

Betriebliches Gesundheitsmanagement.....?

Dieses Jahr wollen wir mal etwas zum Thema Gesundheit machen.....

Wir wollen unseren Mitarbeitern mal etwas „Gutes“ tun, weil diese in der letzten Zeit viel Stress hatten.....

Wir wollen unseren Krankenstand senken und planen einen Gesundheitstag. Wir glauben, dass „Übergewicht“ ein wichtiges Thema ist.....

Programm

09:30 Begrüßung / Vorstellung

Aus der Praxis:

- Möglichkeiten der Festlegung von Zielgruppen im Rahmen eines Betrieblichen Gesundheitsmanagements
- TOP-DOWN Strategie zur Etablierung eines Betrieblichen Gesundheitsmanagements
- Beispiele von zielgruppenspezifischen Maßnahmen

kurze Pause

10:30 Planung einer Gesundheitsförderungsmaßnahme

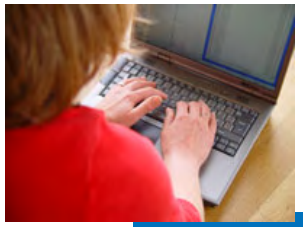
- „Projekt Gesundheitstag“

dazwischen Erfrischungspause/Diskussion

12:15 Macht sich Betriebliche Gesundheitsförderung bezahlt ?

- Ein Modell zur Kosten-Nutzen-Analyse von Gesundheitsförderungsmaßnahmen

Betriebliches Gesundheitsmanagement und Überlegungen zur Durchführung eines Gesundheitstages



Evaluation

Zieldefinition Voraussetzungen

Interventionsplanung

Intervention

Workshop

1. Gruppeneinteilung/Thema

- **Gruppe 1: Ernährung**
- **Gruppe 2: Rücken**
- **Gruppe 3: Stress**
- **Gruppe 4: Fitness/Herz-Kreislauf**

2. In den den Gruppen

Aufteilung (2/3 Teilnehmer) Zusammenstellung von Überlegungen zu

- **Zieldefinition/Voraussetzungen**
- **Interventionsplanung, vor dem Gesundheitstag**
- **Intervention, am Gesundheitstag**
- **Evaluation, Auswertung nach dem Gesundheitstag**

Sammeln der Ergebnisse an der „Gruppenmetaplan“

3. Plenum

- **Kurze Darstellung der Ergebnisse aus den einzelnen Gruppen - Diskussion**

Mögliche Projektphasen und Überlegungen zur Durchführung eines Gesundheitstages

Zieldefinition Voraussetzungen

- **Formulierung einer präzisen Zielsetzung für den Gesundheitstag**
  - Beteiligung Arbeitgeber/Arbeitnehmer an der Zielformulierung
  - Zielsetzung ist problemadäquat/problemorientiert
  - Ziele finden bei der Zielgruppe Akzeptanz
  - **Optimal: Ist-Zustandanalyse**/Messbare Interventionsziele liegen vor
- **Festlegung der Inhalte**
  - Intervention ist erprobt und hat die Zielerreichung im Focus
  - Intervention ist an betriebliche Situation/Zielgruppen angepasst
  - Intervention ist bestenfalls verknüpft mit Datenerfassung
- **Festlegung der Zielgruppe**
  - Abteilungen, alle Mitarbeiter, Produktion, Verwaltung, Risikogruppen Führungskräfte, Multiplikatoren

Für eine erfolgreiche Maßnahme der Betrieblichen Gesundheitsförderung sollte eine vorgeschaltete **„Bedarfsanalyse“** die Grundlage für die Zieldefinition sein

Mögliche Projektphasen und Überlegungen zur Durchführung eines Gesundheitstages

- Terminierung der Maßnahme nach Absprache mit allen Beteiligten
- Angepasste Konzepterstellung des Tages
- Festlegung des zeitlichen Rahmens für diesen Tag
- Möglicherweise Auswahl der Tagungsstätte/Inhouse Räumlichkeiten
- Personalplanung/Einsatz/Schulung/Vorbereitung/Festlegung von Zuständigkeiten
- Einbeziehen von Kooperationspartnern/Experten/Netzwerk-Bildung
- Datenerhebung/Datensicherung
    - Nutzung eines Testsystems zur Individualberatung
    - Schaffung der Voraussetzungen zur Evaluation !
- Erstellung eines Kostenplans

Interventionsplanung

<u>Marketing/Kommunikation</u>

Vor der Veranstaltung

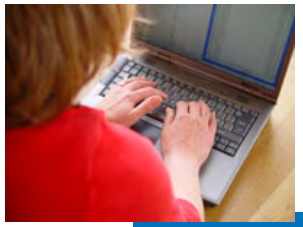
- Kommunikation des Unternehmensziels Gesundheit
- Begründungszusammenhang der geplanten Maßnahme
- Datensicherheit/Anonymität
- Multiplikatorengewinnung
- Programmbekanntgabe an die Mitarbeiter
- Evtl. Interessenabfrage zu Schwerpunkten des Tages
- Bewerben des Tages durch kontinuierliche „Erinnerung“
- Infos bezüglich des Gesundheitstages an Presse

Mögliche Projektphasen und Überlegungen zur Durchführung eines Gesundheitstages

- Dokumentation des Ablaufs im Hinblick auf Soll-Ist Analyse
  - Zeitablauf/Organisation
  - Inhalte
  - Personaleinsatz
  - Kooperationspartner
  - Zuständigkeiten
- Ggf.Kontrolle der ordnungsgemäßen Datenerhebung
  - Persönliche Daten, Screenings
  - Mitarbeiterbefragung
  - Feedback

Intervention

Mögliche Projektphasen und Überlegungen zur Durchführung eines Gesundheitstages



Evaluation

- Soll-Ist Analyse
  - Zeitablauf
  - Inhalte
  - Personaleinsatz/Zuständigkeiten
  - Kooperationspartner
  - Kostenplan

- Analyse und Interpretation der Ergebnisse der Datenerhebung

<u>Marketing/Kommunikation</u>

Nach der Veranstaltung

- Ggf. Mitarbeiterabfrage/Feedback/Ausblick
- Berichterstattung über den Gesundheitstag (Mitarbeiter)
- Erstellung eines Reportings für die Unternehmensführung
  - Präsentation der Ergebnisse
  - Anonymisierte Darstellung von Ergebnissen der Datenerhebung/Analyse
  - Ausblick

Kurze Pause

Programm

09:30 Begrüßung / Vorstellung

Aus der Praxis:

- Möglichkeiten der Festlegung von Zielgruppen im Rahmen eines Betrieblichen Gesundheitsmanagements
- TOP-DOWN Strategie zur Etablierung eines Betrieblichen Gesundheitsmanagements
- Beispiele von zielgruppenspezifischen Maßnahmen

kurze Pause

10:30 Planung einer Gesundheitsförderungsmaßnahme

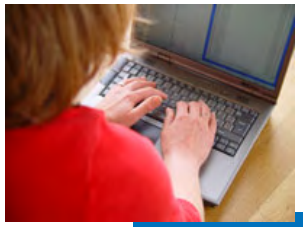
- „Projekt Gesundheitstag“

dazwischen Erfrischungspause/Diskussion

12:15 Macht sich Betriebliche Gesundheitsförderung bezahlt ?

- Ein Modell zur Kosten-Nutzen-Analyse von Gesundheitsförderungsmaßnahmen

Betriebliches Gesundheitsmanagement und Überlegungen zur Durchführung eines Gesundheitstages



Evaluation

Zieldefinition Voraussetzungen

Interventionsplanung

Intervention

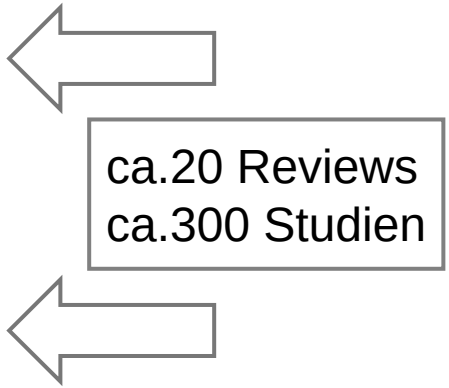
Gesundheitlicher und ökonomischer Nutzen betrieblicher Gesundheitsförderung

- **IGA-report 3 der Initiative Gesundheit und Arbeit, 2003 - Zusammenstellung der wissenschaftlichen Evidenz bezüglich des Nutzen Betrieblicher Gesundheitsförderung**
  - **<u>Grundlage:</u>**
  - **Nach Möglichkeit Auswertung Systematischer Reviews im Sinne der Cochrane-Leitlinien (Evidence – Based Medicine)**
  - **<u>Cochrane Zentrum (www.cochrane.de):</u>**
    Universitätsklinikum Freiburg
    Abteilung für Medizinische Biometrie und Statistik
    Zusammenstellung und Verbreitung wissenschaftlicher Reviews, die eine wissenschaftlich fundierte Informationsgrundlage bieten, um die Effektivität von Interventionen objektiv beurteilen zu können
  - **Ergebnisse beziehen sich primär auf den Ansatz der Verhaltensprävention**

SKOLAMED

Beispielprogramme der Betrieblichen Gesundheitsförderung

- **Programme zu körperlicher Aktivität**
- **Programme zur Ernährung**
- **Programme zur Gewichtskontrolle**
- **Raucherprogramme**
- **Alkoholprogramme**
- **Stressmanagement-Programme**
- **Rückenprogramme**
- **Mehrkomponentenprogramme**



Gesundheitlicher und ökonomischer Nutzen betrieblicher Gesundheitsförderung

Präventions-bereich	Autoren	Studien	Gesamtbewertung*	
Bewegung	*Shepard, 1996*	52 Studien (1972 bis 1994)	"suggestive"	+--
Ernährung/ Cholesterin	*Glanz et al., 1996*	a) Ernährung: 10 Studien b) Cholesterin: 16 Studien (1980 bis 1995)	„suggestive/ indicative" für beide Bereiche	++-
Gewichtskontrolle	*Hennrikus & Jeffery, 1996*	43 Studien (1968 bis 1994)	„indicative"	
Raucherentwöhnung	*Erikson & Gottlieb, 1998*	a) Raucherentwöhnungsprogramme: 50 Artikel über 52 Studien b) Regelungen zum Rauchen: 29 Artikel über 29 Studien (1968 bis 1994)	a) „suggestive" bis „acceptable" b) "weak"	++- ---
Alkohol	*Roman & Blum, 1995*	24 Artikel (1970 bis 1995)	„suggestive"	
Stress	*Murphy, 1996*	64 Artikel (1974 bis 1994)	„indicative"	++-
Krebsrisikofaktoren	*Janer et al., 2002*	45 Studien (1984 bis 2000)	bescheidene aber positive Effekte	
Mehrkomponenten-Programme	*Heaney & Goetzel, 1997*	47 Artikel zu 35 Studien (1978 bis 1996)	„indicative/ acceptable"	++-
	Pelletier, 2001	12 Artikel (1998 bis 2000); zusätzlich 3 Artikel aus früherem Review	„indicative" bzgl. positiven klinischen und Kosteneffekten	++-

Quelle:IGA-report 3, 2003
ISSN:1612-1996

Verhaltenspräventive Maßnahmen der Betrieblichen Gesundheitsförderung führen zu.....

- **einer Verringerung der Gesundheitsrisiken**
- **einer Reduktion der Krankheitskosten**
- **einer Reduktion von Absentismus**

These:

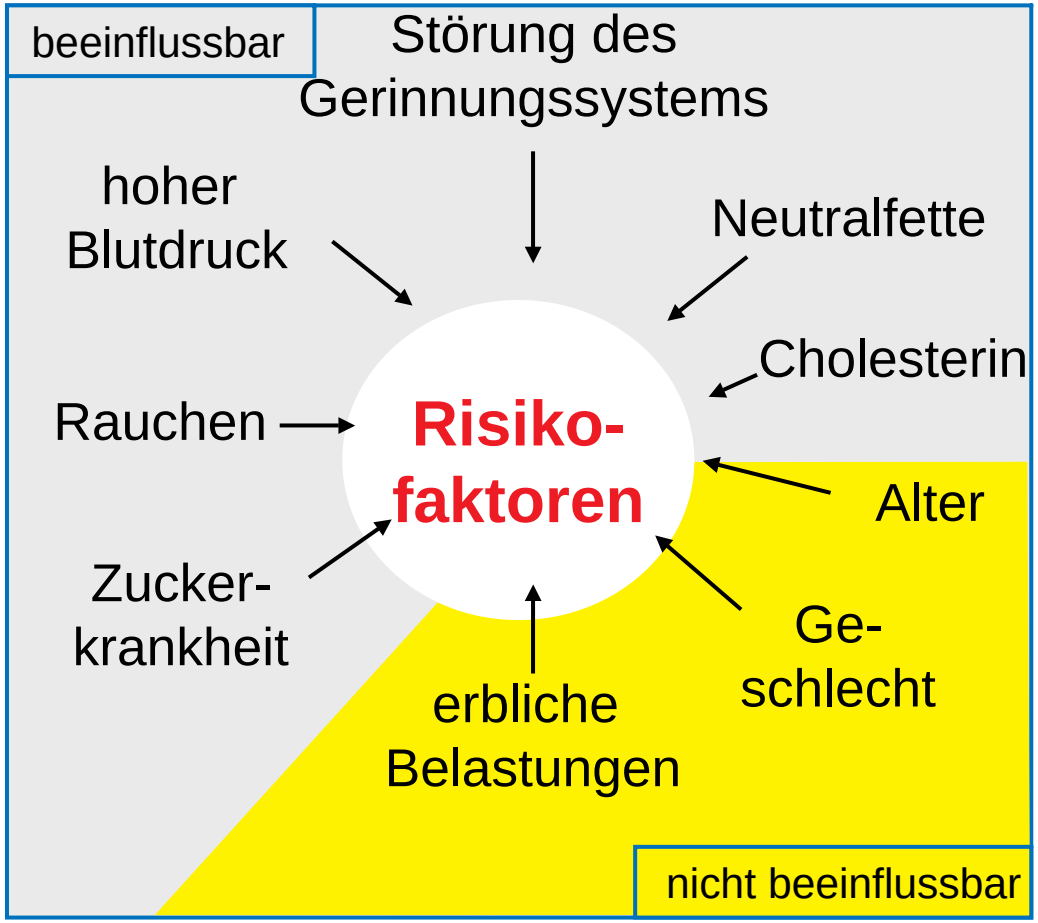
Ein erfolgreiches/akzeptiertes Betriebliches Gesundheitsmanagement benötigt ein „Gesundheitscontrolling“

Datenbasis Studie 2004 - 2005

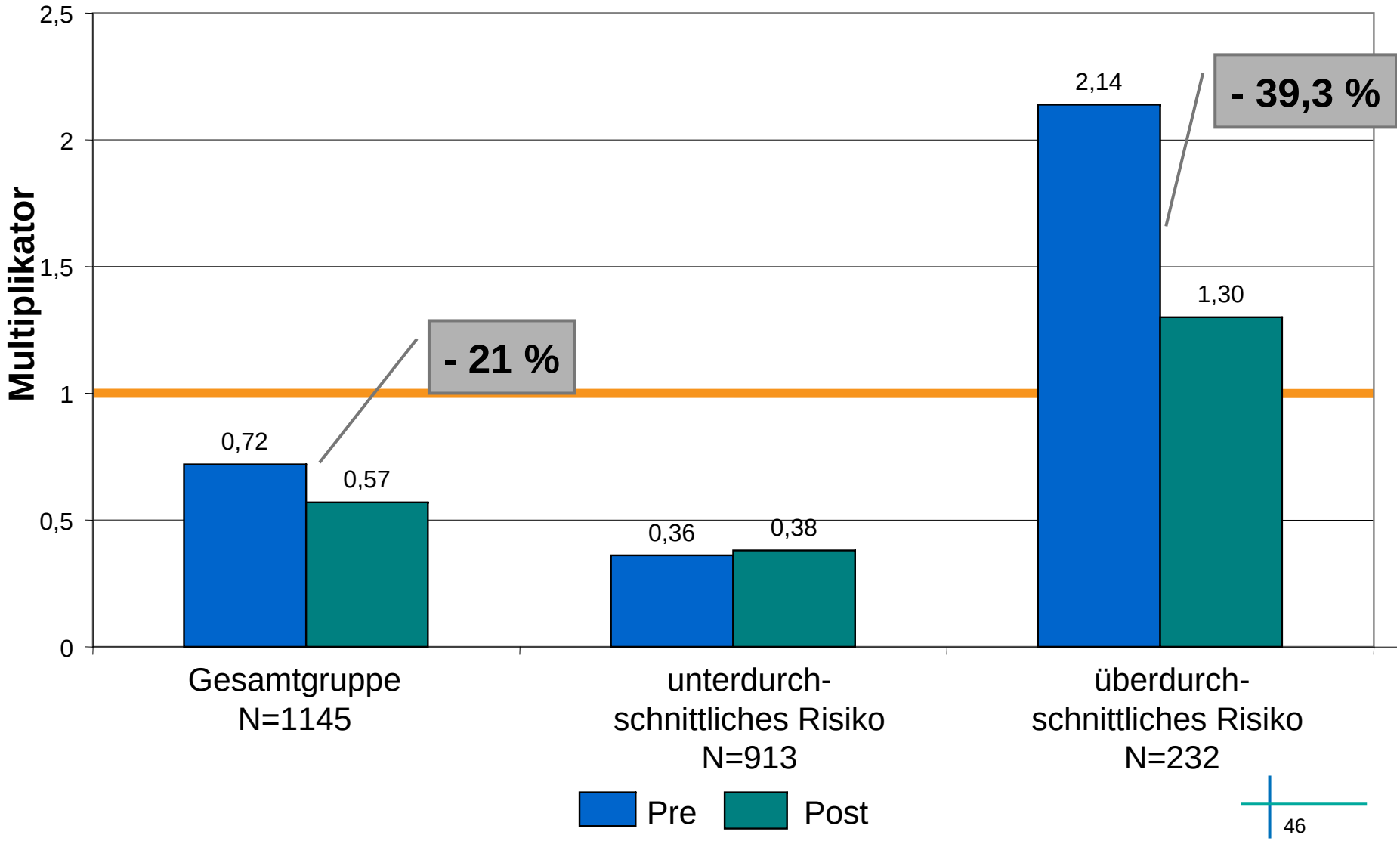
- **Programm:** 2-tägige SKOLAMED-Gesundheitsmaßnahmen (Intensiv-Check-ups mit ind. GS-Training oder Präventionsseminare)
- **Zeitraum:** 1989 – Ende 2004
- **Kollektiv**:
  - 7.865 Untersuchungen nach PROCAM
  - 6.330 Probanden wurden einmal untersucht (5.178 Männer & 1.152 Frauen)
  - Pre-Post-Vergleich 1.285 Probanden (1.145 Männer & 140 Frauen)
    - **1.145 männliche Teilnehmer** (46,4 Jahre) haben im Mittel innerhalb von 21 Monaten einen Recheck absolviert

Framingham-Studie (Boston)
PROCAM-Studie (Münster)

- Erfassung von Bio-parametern und Lebensgewohnheiten bei 30-60-jährigen (alle 2 Jahre)
- Registrierung von Infarkten
- Korrelation der Daten und Infarktereignisse
- Wissenschaftlich belegte **Risikofaktoren**

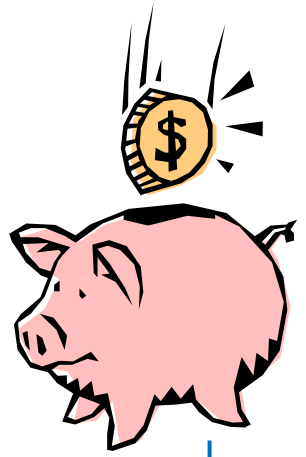


Pre-Post-Vergleich des Multiplikators bei der Gesamtgruppe & der Untergruppen



Return on Invest – Berechung (ROI)

1. **Kostenberechnung der Infarktreduzierung (Return):**
   - Kosten für das Unternehmen
     Quelle: Kienbaum-Vergütungsstudie 2003
   - Fehlzeiten pro Herzinfarkt ca. 84,8 Tage
     Quelle: BKK-BV, 2002
   - Reduzierung des Infarktrisikos nach PROCAM
2. **Kostenberechnung für die Gesundheitsmaßnahmen (Invest)**
3. **ROI-Berechnung**



Nutzen-Kosten-Analyse der Gruppe mit überdurchschnittlichem Infarktrisiko

Gruppe 2 rot N=232			
Kosten in €			
Seminarkosten/TN	Anzahl TN		
325	232		
Gesamtkosten in €			**75.400**
Ersparnis in €	**pro verhinderter Infarkt ca.**	**60.000 €**	**396.000**
PRE-Inzi./1000 = 103,2	Inzidenzsenkung um 28,6/1000		
POST-Inzi./1000= 74,6	bei N=232 werden 6,6 Infarkte eingespart		
Return on Invest	**(ROI)**	**5,25 :1**	

ROI-Berechnung mit der Gruppe mit überdurchschnittlichem Risiko unter Berücksichtigung der Gesamtkosten

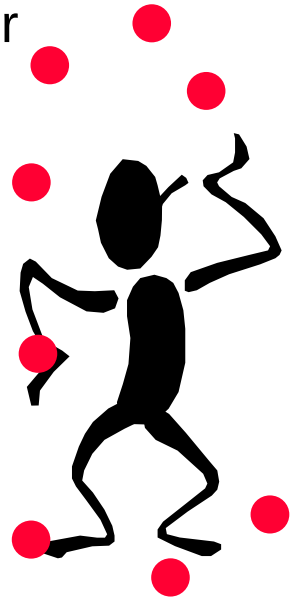
Gruppe 2 rot N=232			
Kosten aller Teilnehmer in €			
Seminarkosten/TN	alle TN		
325	1145		
Gesamtkosten in €			372.125
Ersparnis in €	pro verhinderter Infarkt ca.	70.000 €	462.000
PRE-Inzi./1000 = 103,2	Inzidenzsenkung um 28,6/1000		
POST-Inzi./1000= 74,6	bei N=232 werden 6,6 Infarkte eingespart		
Return on Invest	(ROI)	1,24 :1	

Beeinflussungsmöglichkeiten durch Gesundheitstrainings

Im Rahmen der Studie wurde lediglich der Einfluss auf die **kardiovaskulären Risikofaktoren** bei der Studiengruppe überprüft.

Folgende weitere Effekte sind theoretisch möglich, können aber derzeit noch nicht überprüft werden:

- Einfluss auf andere Zivilisationskrankheiten (Diabetes, Verdauungserkrankungen, Krebsleiden, Rückenbeschwerden, Stress etc.)
- Verbesserung der Lebensqualität (z.B. Zufriedenheit)
- Verbesserung der Leistungsfähigkeit und Stresstoleranz
- Verbesserung der „Produktivität“



Zusammenfassung

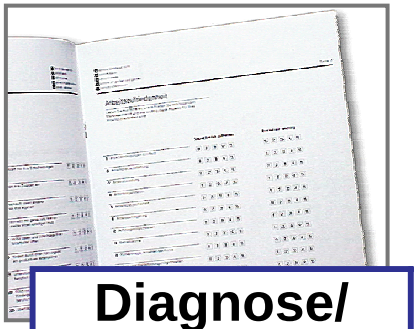
1. **Verhaltensprävention sollte, zusammen mit Maßnahmen der Verhältnisprävention (ArbSCHG), fester Bestandteil des betrieblichen Gesundheitsmanagements sein**

2. **Ziele eines Betrieblichen Gesundheitsmanagements und eingesetzte Maßnahmen sollten datengebunden erfolgen, um ein „Gesundheitscontrolling“ vorzubereiten**

3. **Alle Maßnahmen im Rahmen eines betrieblichen Gesundheitsmanagements sollten zielgruppenspezifisch ausgerichtet sein**

4. **Eine systematische Vorgehensweise bei der Konzeption und Durchführung zielgruppenspezifischer Maßnahmen beeinflusst die Lebensstilveränderung nachhaltig positiv**

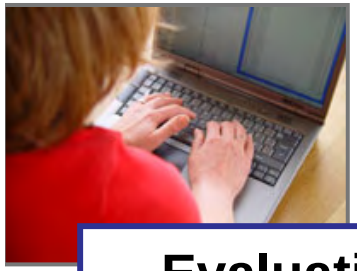
Systematisches Betriebliches Gesundheitsmanagement



Diagnose/ Ist-Analyse

Interventionsplanung

Intervention



Evaluation

Vielen Dank für Ihre
Aufmerksamkeit
und eine schöne Mittagspause