

# Gesund älter werden in Deutschland

- Handlungsfelder und Herausforderungen -

Dr. Rainer Hess

Vorsitzender des Ausschusses von  
*gesundheitsziele.de*



# Gemeinsame Ziele für mehr Gesundheit

# Was ist *gesundheitsziele.de*?



# Was sind Gesundheitsziele?

- Sind im **Konsens** entwickelte **Vereinbarungen** der verantwortlichen Akteure
- Gesundheitspolitisches **Steuerungsinstrument** zur **Verbesserung** der **Qualität** der **Versorgung** und der **Gesundheit** der Bevölkerung

# Wie entsteht ein Gesundheitsziel?



# Sieben nationale Gesundheitsziele



**Diabetes mellitus Typ 2:** Erkrankungsrisiko senken, Erkrankte früh erkennen und behandeln (2003)

**Brustkrebs:** Mortalität vermindern, Lebensqualität erhöhen (2003)



**Gesund aufwachsen:** Lebenskompetenz., Bewegung, Ernährung (2003; Aktualisierung 2010)



**Tabakkonsum reduzieren** (2003)

Gesundheitliche Kompetenz erhöhen,  
**Patient(inn)ensouveränität** stärken (2003)

**Depressive Erkrankungen:** verhindern, früh erkennen, nachhaltig behandeln (2006)

**Gesund älter werden** (2012)





Das nationale Gesundheitsziel  
„Gesund älter werden“

# Gesundheitliche Situation älterer Menschen

Ansteigen der

- Prävalenz von Krankheiten
- und von funktionellen Einschränkungen im höheren und höchsten Alter

- längere Krankheitsverläufe
- verzögerte Genesung

chronische und  
progrediente Krankheiten

Zunahme der Störungen  
von Körperfunktionen

Anstieg multimorbider  
älterer Menschen

# Krankheitsspektrum bei älteren Menschen

Dominierend:

- Herz-Kreislauf-Erkrankungen
- Krankheiten des Bewegungsapparats

2009: 7,8 Mio. Krankenhausfälle bei 65-jährigen und Älteren

- Davon  $\frac{1}{4}$  Herz-Kreislaufkrankungen
- Anstieg der muskuloskelettalen Erkrankungen
- mehr als 130.000 Oberschenkelhalsfraktur

# Ausgangspunkte

Gesundheitsförderung und Prävention

→ Beeinflussbarkeit des  
Krankheitsgeschehens und des  
Alterungsprozesses

Bedeutung von Altersbildern

→ Fremdbild

→ Selbstbild

# Sachverständigenrat

- Defizit an gesundheitspolitischer Orientierung
  - ➔ Entwicklung von Gesundheitszielen
- Empfehlungen zur stärkeren gesundheitspolitischen Orientierung in Bezug auf ältere Menschen:
  - Gesundheitsförderung und Prävention
  - Anpassung der Versorgungsstrukturen an die Bedürfnisse älterer Menschen
  - Blick auf die besonderen Herausforderungen der demografischen Entwicklung
- ➔ Entsprechende Handlungsfelder des Gesundheitsziels „Gesund älter werden“

# Handlungsfelder

I	Gesundheitsförderung und Prävention (Autonomie erhalten)
II	Medizinische, psychosoziale und pflegerische Versorgung
III	Besondere Herausforderungen

# Aufbau des Gesundheitsziels

⇒ Es gibt insgesamt drei Handlungsfelder mit 13 Zielen

Für diese Ziele werden:

⇒ Teilziele benannt

⇒ Umsetzungsstrategien beschrieben

⇒ Maßnahmen empfohlen

⇒ Akteure und Umsetzer benannt

⇒ Querschnittsthemen berücksichtigt

# Handlungsfeld I

- Gesundheitsförderung und Prävention -

Wie kann die **Autonomie** älterer Menschen möglichst lange durch **Gesundheitsförderung und Prävention** erhalten bleiben?

# Handlungsfeld I

## - Gesundheitsförderung und Prävention -

<i>Ziel 1</i>	Stärkung der <b>gesellschaftlichen Teilhabe</b>
<i>Ziel 2</i>	Stärkung der <b>gesundheitlichen Ressourcen</b> und <b>Widerstandskraft</b>
<i>Ziel 3</i>	Stärkung der <b>körperlichen Aktivität</b> und Mobilität
<i>Ziel 4</i>	Ausgewogene <b>Ernährung</b>
<i>Ziel 5</i>	Erhaltung der <b>Mundgesundheit</b>

# Beispiel

## Handlungsfeld I

### Ziel 1

„Die gesellschaftliche Teilhabe älterer Menschen ist gestärkt. Mangelnde Teilhabe und Isolation werden erkannt und gemindert.“

# Teilziele von Ziel 1 (9)

- **Wissen** älterer Menschen um die Bedeutung eines aktiven Alterns sowie aktive Gestaltung des Alters
- **Angebote** für Aktivitäten vorhanden, Förderung von Engagement und Teilhabe
- **Berücksichtigung der Bedürfnisse** älterer Menschen durch die Kommunen
- Frühzeitiges **Erkennen von Zugangsbarrieren** und der Gefahr von Isolation

# Ziel 1: Beispielhaft geeignete Maßnahmen (21)

- **Leitbild** und Gesamtkonzept einer lokalen Bürgergesellschaft
- **Anlauf- und Koordinierungsstellen** zur Beratung und Information von Einzelnen und Gruppen
- **Unterstützung von Engagementstrukturen** (z.B. Seniorenbüros)
- **Einbeziehung älterer Menschen** in kommunale Planungen
- **Aktivierung und Förderung** von Nachbarschaftsaktivitäten und Nachbarschaftshilfe, Vermittlung von Interessenpartnerschaften
- **Werbung** für Aktivitäten (z.B. Engagementbörsen), Anerkennungskultur

# Handlungsfeld II

- Medizinische, psychosoziale und pflegerische Versorgung -

Wie können die **Versorgungsstrukturen** angesichts der zunehmenden Zahl älterer Menschen und angesichts des höheren Risikos von Chronizität und Multimorbidität weiterentwickelt werden?

# Handlungsfeld II

- Medizinische, psychosoziale und pflegerische Versorgung -

Ziel 6	Gute <b>medizinische, psychosoziale und pflegerische</b> Versorgung
Ziel 7	<b>Patientenorientierte</b> und koordinierte Zusammenarbeit der <b>Gesundheitsberufe</b>
Ziel 8	Berücksichtigung der <b>Interessen der Angehörigen</b> und der <b>informellen Helfer</b>

# Handlungsfeld III

- Besondere Herausforderungen -

Wie können die **besonderen Herausforderungen**, die sich durch die Zunahme des Anteils älterer, vor allem hochbetagter Menschen ergeben, **bewältigt** werden?

# Handlungsfeld III

## - Besondere Herausforderungen -

<i>Ziel 9</i>	Stärkung der <b>Gesundheit, Lebensqualität und Teilhabe</b> von älteren Menschen mit Behinderungen
<i>Ziel 10</i>	Stärkung der <b>psychischen Gesundheit</b> älterer Menschen
<i>Ziel 11</i>	Angemessene Versorgung <b>Demenzkranker</b>
<i>Ziel 12</i>	Verbesserte Versorgung <b>multimorbider älterer Menschen</b>
<i>Ziel 13</i>	Bessere Vorsorge von <b>Pflegebedürftigkeit</b> und Versorgung von Pflegebedürftigen

# BAGSO Broschüre

*„Gesund älter werden“*

Initiativen und Projekte zur  
Verbesserung der Lebensqualität  
und der Gesundheit älterer  
Menschen

- Anregungen für Verantwortliche in gesundheitlichen- und seniorenpolitischen Handlungsfeldern
- Zusätzlich zur Broschüre gibt es eine 150-seitige Langfassung (Bericht)



# Nationales Ziel

## „Gesund Älter werden“

Den vollständigen Bericht zu „Gesund älter werden“ finden Sie im Internet unter:

[www.gesundheitsziele.de](http://www.gesundheitsziele.de)

[www.bmg.bund.de](http://www.bmg.bund.de)

Die BAGSO Broschüre „Gesund älter werden“ finden Sie unter:

<http://www.bagso.de/abgeschlossene-projekte/gesund-aelter-werden.html>

Geschäftsstelle von *gesundheitsziele.de* (c/o GVG e. V.)

Telefon: 0221/ 912867-40

E-Mail: [gesundheitsziele@gvg.org](mailto:gesundheitsziele@gvg.org)

Internet: [www.gesundheitsziele.de](http://www.gesundheitsziele.de)

**Vielen Dank für Ihre  
Aufmerksamkeit!**