

Raucherentwöhnung und heiße Rhythmen

Studenten erkunden Gesundheitsförderung in Krankenhäusern

Um Gesundheitsförderung in der Praxis zu erleben, besuchten Studierende der Fachrichtung Gesundheits- und Pflege-management aus Berlin das Martin Gropius Krankenhaus in Eberswalde. Erst kürzlich hatte das Krankenhaus zusammen mit den anderen Krankenhäusern der GLG Gesellschaft für Leben und Gesundheit mbH in Eberswalde, Angermünde und Prenzlau die offizielle Anerkennung als Mitglied im Deutschen Netz Gesundheitsfördernder Krankenhäuser (DNGfK) erhalten.

Voraussetzung für eine Mitgliedschaft im DNGfK sind besondere Leistungen in der Gesundheitsförderung für Patienten, Mitarbeiter und in der Region. Die Studentinnen und Studenten der Alice Salomon Fachhochschule konnten darüber Konkretes anhand vieler Beispiele und am Ende sogar am eigenen Leib erfahren.

Das Entlassungsmanagement wurde systematisch verbessert, um eine nahtlose Anschlussversorgung der Krankenhauspatienten zu gewährleisten. Im Projekt BELA



Studentenbesuch im Gesundheitsfördernden Krankenhaus.

tenz führen. Das sind einige Beispiele für Projekte der Gesundheitsförderung im Martin Gropius Krankenhaus in Eberswalde. „Gesundheitsförderung für Patien-

Drehtüreffekts schon nach kurzer Zeit wieder eingewiesen werden müssen“, sagte Ines Münchow.

Bei Programmen wie BELA und den Raucherentwöhnungskursen können auch die Mitarbeiter teilnehmen. Seit zwei Jahren ist das Martin Gropius Krankenhaus rauchfrei. „Die Entwöhnungskurse werden regelmäßig angeboten, aber nach wie vor nur zögerlich angenommen“, sagte Ronald Kühn vom Qualitätsmanagement des Martin Gropius Krankenhauses. „Hier suchen wir noch nach Konzepten, um den Anreiz zu erhöhen.“ Ein weiteres Argument für mehr Gesundheitsförderung ist die demographische Entwicklung.

Gesundheitsförderung für Patienten heißt sicherzustellen, dass sich die Gesundheit der Patienten auch nach dem Krankenhausaufenthalt kontinuierlich verbessert und stabilisiert.

„Bewegen, Ernähren, Lernen und Anwenden“ werden den Patienten Grundlagen einer gesunden Lebensweise vermittelt und Raucherentwöhnungskurse sollen Patienten und Mitarbeiter zur Nikotinabs-

tenz heißt für uns sicherzustellen, dass sich die Gesundheit der Patienten auch nach dem Krankenhausaufenthalt kontinuierlich verbessert und stabilisiert und sie nicht nach dem Prinzip des so genannten



Gesundheitsförderung gilt für Patienten und Mitarbeiter gleichermaßen.



EnergyDance bringt die Mitarbeiter in Schwung.

„Der Altersdurchschnitt der Bevölkerung steigt, und auch unsere Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter werden nicht jünger“, erklärte Ines Münchow. „Daher wird es immer wichtiger, Mitarbeitern eine gesundheitsfördernde Arbeitsumgebung zu

kenhaus Prenzlau finden dazu seit zwei Jahren Anleitungen in Kinästhetik großes Interesse. Kinästhetik ist ein Konzept, das Methoden für ein rückenschonendes Arbeiten vermittelt. Außerdem werden derzeit mit Unterstützung der DAK so ge-

täten ist die Erlebnismesse „Mensch & Gesundheit“. Mehr als 10.000 Menschen besuchten sie im vergangenen Jahr und werden auch heuer, am 29. und 30. Mai, wieder im Eberswalder Familiengarten erwartet. Auch Krankenkassen, sowie einzelne Pharmaunternehmen unterstützen Gesundheitsförderungsprojekte.

Zum Schluss brachte Tanztherapeutin Solveig Hennig die Studentinnen und Studenten mit EnergyDance® in Schwung - ein neuer, ganzheitlicher Fitnesssport, der Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern der GLG seit heuer zum Mitmachen angeboten wird. Das Motto heißt hier, „Raus aus dem Kopf - rein in den Körper“. Ziel ist, abzuschalten, Stress zu vergessen, Herz und Kreislauf in Schwung zu bringen und die Koordination zu verbessern und letztlich auch die Krankenstandstage zu reduzieren. ■

Quelle: Presseausendung GLG

Besonders in der Pflege wird nach wie vor zum Teil schwere körperliche Arbeit geleistet, und Rückenprobleme zählen zu den häufigsten berufsbedingten Beschwerden.

bieten, in der die Risiken von Berufskrankheiten minimiert sind und Stressfaktoren abgebaut werden können.“

Neu begonnen wurde ein Rückenschul-Kurs. „Besonders in der Pflege wird nach wie vor zum Teil schwere körperliche Arbeit geleistet, und Rückenprobleme zählen zu den häufigsten berufsbedingten Beschwerden“, sagt Münchow. Im Kran-

nannte „Aktiv-Pausen“ für Mitarbeiter direkt am Arbeitsplatz gestaltet. Alle Krankenhäuser führen regelmäßig Veranstaltungen für die Bevölkerung zu aktuellen Gesundheitsthemen durch. Das geschieht zum Beispiel an Tagen der offenen Tür oder wie kürzlich beim sonntäglichen Chefarzt-Vortrag über Herzschwäche. Eindeutiger Höhepunkt der regionalen Aktivi-