

Herausforderungen der ärztlichen Bewegungsberatung in der medizinischen Grundversorgung

Challenges of Physical Activity Counseling in Primary Health Care

Einleitung

In großen Teilen der Bevölkerung gibt es einen hohen Bedarf für gesundheitsfördernde Bewegung. Allerdings ist das Bewegungsverhalten tief im Leben der Menschen verwurzelt. Erfolgreiche Strategien für ein flächendeckend gesteigertes Bewegungsverhalten erfordern komplexe Eingriffe und Ansätze, um alle möglichen Einflussgrößen von Bewegungsverhalten einzubeziehen.

Design, Ergebnisse und Inhalt

Das Gesundheitsversorgungssystem ist prinzipiell geeignet, Beratung zur Bewegungsförderung auf Individual- und Gruppenebene anzubieten. Dieser Service wird aber nur wenigen Patienten zuteil. Viele Einschränkungen für Bewegungsförderungsberatung wurden in Studien identifiziert: der Großteil rührt daher, dass Beratungsangeboten eine geringe Bedeutung beigemessen wird. Das wiederum gründet auf fehlendem Vertrauen von Beratern und Beratenem in deren Erfolg.

Die folgenden Schritte sind nötig, um die Bedeutung von Bewegungsförderung und entsprechenden Therapien unter allen beteiligten Entscheidern, Planern und praktizierenden Therapeuten zu erhöhen – sowohl im Gesundheitssystem in seiner Gesamtheit als auch innerhalb der jeweiligen Funktionseinheiten:

1. Ermitteln überzeugender Beweise für die Effektivität von Befragungsangeboten, um Bewegungsaktivitäten ausreichend zu steigern und damit die erwarteten gesundheitlichen Resultate zu erhalten
2. Identifizieren von Faktoren im Inhalt, Leistungsprozess und der Organisation der Therapieangebote, die erfüllt sein müssen, um die Wirksamkeit zu dokumentieren und um Voraussetzungen zu schaffen für effektive, reproduzierbare Therapieabläufe
3. Demonstrieren der Machbarkeit, dass solche erfolgreichen Prozeduren im Gesundheitssystem umsetzbar sind und in tägliche Abläufe integrierbar wären. Dabei wäre es ebenso wünschenswert, die Kosteneffizienz der Angebote und die Wettbewerbsfähigkeit im Vergleich zu den Maßstäben des Gesundheitssystems aufzuzeigen.

Aktuelle Belege genügen, dass die amerikanische Task Force für Präventionsangebote (USPSTF), ein unabhängiges Gremium nationaler Experten in Präventions- und evidenzbasierter Medizin, lediglich zwei Empfehlungen für die Versorgung mit Bewegungsförderung im klinischen Bereich ausspricht. Das USPSTF empfiehlt intensive Ernährungsberatung und Bewegungsförderung für Erwachsene anzubieten, die hohe kardiovaskuläre Risiken tragen, um auf diese Weise kardiovaskulären Krankheiten vorzubeugen. Aber die Bewertung des Gremiums ist mit der Note B nur die zweithöchste. Die zweite Empfehlung (Note C) gibt an, dass Erwachsenen mit niedrigen kardiovaskulären Risiken, denen nur im Einzelfall zur Bewegungsförderung geraten werden soll, anstatt dies der erwachsenen Bevölkerung im Allgemeinen zuteil werden zu lassen.

Fazit

Die zitierten Empfehlungen sind Türöffner in das Gesundheitssystem, aber sie sind nur einen Spalt weit offen. Um die Türen weit zu öffnen, erfordert es neue und innovative Forschungsansätze, um die theoretische Basis weiterzuentwickeln und praktische Arbeitsmethoden für die Bewegungstherapien zu testen. Das führt zur gesteigerten Bedeutung und Akzeptanz im Gesundheitssystem. Indem aber die Zusammenarbeit zwischen Forschern und praktischen Therapeuten auf den verschiedenen Ebenen gesteigert wird, ist es möglich, Wissen und Erfahrungen zu generieren, zu testen, anzuwenden und zu evaluieren. ■

1. UKK INSTITUTE FOR HEALTH PROMOTION RESEARCH, *Tampere, Finland*



QR-Code scannen
und Artikel online
lesen.

KORRESPONDENZADRESSE:

Ilkka Vuori, MD, PhD, professor (emeritus)
UKK Institute for Health Promotion Research
Jenseninkatu 19
33610 Tampere, Finland
✉ : ilkka.vuori@uta.fi