Beilage 4.3

Gesundheitsinitiative „Bayern aktiv“
- Projekte der fünf Handlungsfelder -

Fitness fürs Leben
Handlungsfeld 1: *Gesunde Ernährung, Bewegung, Erholung*

1. „Gründung von Schülerunternehmen für eine gesundheitsfördernde Ernährung“

Sinnvolle Ernährungsgewohnheiten und Eigenverantwortlichkeit sollten bereits im Schul- und frühen Jugendalter anerzogen werden. An diesem Punkt setzt das Schülerunternehmen an: Schüler ab 13 Jahren (Jahrgangsstufe 7) verpflegen ihre Mitschüler. Die Schülerunternehmen übernehmen eigenverantwortlich den Einkauf, die Zubereitung und die Ausgabe der Speisen in den Pausen sowie zur Mittagszeit. Diese Verpflegung muss nach den Aspekten einer gesunden und ausgewogenen Ernährung ausgerichtet und der Gesundheitserziehung in der Schule dienlich sein.
Durch das Projekt werden Schüler motiviert, selbständig Schülerfirmen aufzubauen, die schwerpunktmäßig gesundheitsfördernde Schulverpflegung in den Pausen anbieten und bei ihren Mitschülern gesundheitsfördernde Ernährungsgewohnheiten trainieren.

2. „Gesundheitsfördernde Ernährung in Gemeinschaftsverpflegungseinrichtungen“

Für Einrichtungen der Gemeinschaftsverpflegung (z. B. Betriebs- und Behördenkantinen, Seniorenheime, Kindertagesstätten, Cateringunternehmen) und für die Gastronomie werden Qualitätsstandards für die Außer-Haus-Verpflegung zusammengestellt. Damit soll den Essensteilnehmern und Tischgästen eine gesundheitsförderliche Ernährung angeboten werden können. Begleitend gibt es den Wettbewerb „Gesunde Ernährung mit Verstand genießen“, der zur Einführung der Qualitätsstandards anregt und deren Akzeptanz steigern soll.
Einrichtungen der Gemeinschaftsverpflegung werden dadurch motiviert, den Essensteilnehmern gesundheitsförderliche Mahlzeiten auf einem hohen Qualitätsniveau zu servieren und damit einen wichtigen Beitrag zur Vorbeugung von ernährungsabhängigen Krankheiten zu leisten. Sie können sich nach erfolgreicher Einführung nach den Qualitätsstandards zertifizieren lassen.

3. „Gesundheit durch Bewegung – Mit dem Rad zur Arbeit“

Die Aktion „Mit dem Rad zur Arbeit“ ist als Wettbewerb im Zeitraum vom 3. bis 29. Juni 2002 angelegt. Im Einzugsgebiet von ca. 30 AOK-Direktionen werden die Beschäftigten von Betrieben motiviert, an mindestens der Hälfte ihrer Arbeitstage den Weg zum Arbeitsplatz oder zur Haltestelle von Bus oder Bahn mit dem Fahrrad zurückzulegen. Gleichzeitig werden die Betriebe aufgefordert, fahrradfreundliche Bedingungen für die Betriebsangehörigen zu schaffen.
Den teilnehmenden Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter winken attraktive Preise, zudem wird der fahrradfreundlichste Betrieb in Bayern ermittelt.
Bewegungsmangel ist einer der großen Risikofaktoren für eine Vielzahl von Zivilisationserkrankungen. Die Initiative berücksichtigt bewusst die alltäglichen Lebensgewohnheiten. Auf diese Weise können die zur Steigerung der Fitness mindestens notwendigen 30 Minuten Bewegung täglich ohne großen Aufwand erbracht werden.

Die Gesundheitsinitiative
bayernaktiv
Ich mach' mit!

4. „Helpline – Telefonische Raucherberatung bayernweit"

Tabakmissbrauch ist ein gesundheitspolitisches Thema von hoher Brisanz. In Deutschland rauchen nach den Ergebnissen des Mikrozensus 1999 etwa 35 % der Männer und 28 % der Frauen. Wie der Jugendgesundheitsbericht „Gesundheitsverhalten von Jugendlichen in Bayern 2000" zeigt, hat sich der Anteil der Raucher unter den 12- bis 14jährigen Jungen und Mädchen zwischen 1995 und 2000 verdreifacht.
In der Praxis der Raucherentwöhnung haben sich insbesondere niedrigschwellige Angebote bewährt. Im Rahmen des Projektes Helpline werden Raucher am Telefon fachkundig beraten und über wohnortnahe Hilfsangebote und Möglichkeiten der Raucherentwöhnung informiert. Damit soll entwöhnungswilligen Rauchern der Ausstieg erleichtert werden.
Telefonische Beratung wird bislang in Nürnberg und München angeboten. Das vorliegende Projekt berücksichtigt die dortigen Erfahrungen und zielt auf eine weitergehendere Vernetzung ab. Nach US-amerikanischem Vorbild soll ein bayernweit tätiges telefonisches Raucherberatungszentrum eingerichtet werden, das täglich 4 Stunden verfügbar ist sowie auch abends und an den Wochenenden telefonische Beratung anbietet.
Außerdem sollen niedergelassene Ärzte, Klinikärzte, inklusive Assistenzpersonal und andere Anbieter in der Durchführung der Tabakentwöhnung weitergebildet werden.

5. „Der Gesundheitspark München als Modul einer modernen Präventionsarchitektur"

Der Gesundheitspark München erfüllt eine einmalige Rolle in der ambulanten Versorgung chronisch Kranker. Den in Gruppen wahrgenommen Angeboten für chronisch kranke Herzpatienten oder chronische Schmerzpatienten kommt eine wichtige Brückenfunktion zwischen ambulanter und stationärer Versorgung zu. Damit eignet sich die Struktur des Gesundheitsparks hervorragend zur Integration in ein ausgewogenes Disease-Management.
Ausgehend von den Erfahrungen der letzten Jahre wird das Konzept weiterentwickelt und im Rahmen einer Studie das innovative Potential des Gesundheitsparks als Teil einer modernen Präventionsarchitektur ausgelotet.
Beabsichtigt ist die Stärkung der Prävention und der Eigeninitiative auch in der Gruppe chronisch Kranker. Durch die Bereitstellung niedrigschwelliger Angebote wird ein wesentlicher Beitrag zur aktiven, eigenverantwortlichen Krankheitsbewältigung geleistet, die Integration in den Alltag gefördert und die Bereitschaft zu Maßnahmen der Sekundärprävention gestärkt.

Qualität fürs Leben
***Handlungsfeld 3:** Gesundes Lebensumfeld, gesunde Arbeitswelt, gesundheitliche Beratung*

6. „Sonne(n) mit Verstand statt Sonnenbrand"

Zu viel Sonne lässt die Haut schnell altern, schädigt die Augenlinse und ist mit verantwortlich für die Zunahme von Hautkrebs in Bayern. Infolge Ausdünnung der Ozonschicht in der Stratosphäre hat die UV-Strahlung in den letzten Jahren bis zu 20 % zugenommen. Die Gefährdung der Bevölkerung wird neben diesen Umweltaspekten in erheblichem Maß auch durch ein fehlgeleitetes Schönheitsideal – gebräunte Haut zeugt nach weitverbreiteter Auffassung von Gesundheit – verursacht. Bereits jeder 100. bayerische Bürger erkrankt im Lauf seines Lebens an einem Malignen Melanom.

Ziel der Aktion mit dem Motto: „Hau(p)tsache Sonnenschutz" ist es, den Bürgerinnen und Bürgern Hinweise für ein vernünftiges Verhalten beim Sonnenbaden zu geben und sie damit vor den negativen Auswirkungen der UV-Strahlung zu schützen. Bei der bayernweiten Sommer-Kampagne wird mit Hilfe von Aktionsplakaten, Info-Broschüren, Mini-Ratgebern und verschiedenen Give-aways informiert. Auf der Internetseite www.sonne-mit-verstand.de gibt es zum Beispiel den aktuellen UV-Index und dessen Vorhersage.
Angesprochen werden Menschen, die sich in Freizeit und Sport in der Sonne aufhalten, vor allem Sportler (Radfahrer, Bergsteiger, Wanderer, Segler, Surfer und Schwimmer). Der Schwerpunkt liegt bei Familien mit Kindern und Jugendlichen. Daneben sollen Menschen, die beruflich starker Sonnenexposition ausgesetzt sind, einbezogen werden.

7. „Pharmakovigilanzsystem" – Aufbau eines computergestützten Erfassungs- und Therapiesystems bei unerwünschten Arzneimittelwirkungen

Internationale Analysen haben ergeben, dass 20 % aller stationär behandelten Patienten unter unerwünschten Arzneimittelwirkungen (UAW) leiden. Davon ist etwa die Hälfte vermeidbar. Das derzeit in Deutschland praktizierte Spontanerfassungssystem nach dem sog. Stufenplan führt zur frühen Erkennung von nur ca. 10 % der auftretenden Fälle. An die bundesweit tätigen Aufsichtsgremien werden jedoch weit weniger als 1 ‰ aller schweren UAW gemeldet. Damit bietet dieses System keine sichere Grundlage für eine systematische und quantifizierte Risikoabschätzung und Risikoabwehr.
An der Universität Erlangen-Nürnberg wird derzeit ein neues Arzneimittelerfassungssystem entwickelt. Es ermöglicht eine rasche und kontinuierliche Verknüpfung von Daten des Patienten, wie Untersuchungsbefunde oder Laborwerte, mit einer bestimmten Arzneimitteltherapie. Speicherung, Auswertung und Analyse der Daten erfolgen mittels modernster elektronischer Datenverarbeitungstechnik. Dadurch können unerwünschte Arzneimittelwirkungen frühzeitig erfasst werden.
Ziel des Projekt ist, ein praktikables Werkzeug zu entwickeln, welches dem behandelnden Arzt eine wertvolle Entscheidungshilfe im Therapieprozess gibt. Nach Angabe der Entwickler gelingt es durch stetiges Überwachen von relativen, absoluten und verknüpften Laborwerten in Beziehung zur individuellen Arzneimitteltherapie über 80 % aller UAW frühzeitig zu erfassen.
Um das vorliegende System über den Pilotcharakter hinaus zu entwickeln, werden verschiedene Erweiterungen gefördert, z.B. die Integration einer Arzneimitteldatenbank in die bestehende UAW-Überwachungssoftware und die Standardisierung der Kodierungssysteme nach WHO-Standard (MedDRA - Medical Dictionary for Regulatory Activities).

Die Gesundheitsinitiative
bayernaktiv
Ich mach' mit!

8. „Erlanger Schlaganfallprojekt"

Schlaganfälle treten mit fortschreitendem Alter häufiger auf. Sie führen nicht selten zu schweren körperlichen oder seelischen Beeinträchtigungen mit Pflegebedürftigkeit und unzureichender Mobilität. Sie bedeuten für den Betroffenen und dessen Familie einen gravierenden Einschnitt in ihrem Leben und verursachen erhebliches menschliches Leid. Dazu kommt die ökonomische Belastung, die sich bei der Notwendigkeit zu einer umfassenden Pflege ergibt. Angesichts der kontinuierlichen Zunahme alter Menschen stellt das Problem Schlaganfall unsere Gesellschaft vor eine große Herausforderung.

Deshalb ist es besonders wichtig Strategien zu entwickeln, die Schlaganfällen vorbeugen helfen und bei bereits eingetretenem Schlaganfall eine rasche und effektive Therapie ermöglichen. Mit dem Erlanger Schlaganfall Projekt werden langfristig und kontinuierlich epidemiologische Daten über die Inzidenz und Prävalenz von Schlaganfällen bereitgestellt, indem systematisch die Schlaganfälle innerhalb einer genau definierten und repräsentativen Population der Stadt Erlangen erfasst werden. Die gesammelten Daten werden hochgerechnet und bieten die Grundlage für die Entwicklung einer besseren Versorgung von Schlaganfallpatienten und wirksamerer Präventionsmaßnahmen.

9. „Hygiene am Arbeitsplatz Krankenhaus"

Die bayerische Gewerbeaufsicht wird in den kommenden Monaten alle bayerischen Krankenhäuser im Rahmen des Projektes „Hygiene am Arbeitsplatz Krankenhaus" aufsuchen. Schwerpunkte des Projektes sind die Überprüfung der hygienischen Aufbereitung von Endoskopiegeräten und -instrumenten und das Hinwirken auf Hepatitis-B-Impfungen für operativ tätige Beschäftigte. Darüber hinaus führt sie Systemprüfungen durch, ob die Krankenhäuser ihren Verpflichtungen nachgekommen sind, z. B. die Erstellung eines geeigneten Hygieneplanes, der Gefährdungsbeurteilung und eines Notfallplanes für Nadelstichverletzungen. Außerdem wird kontrolliert, ob die mündlichen Unterweisungen der Beschäftigten mittels geeigneter Betriebsanweisungen durchgeführt wurden.

Ziel dieses Projektes ist es, das Infektionsrisiko im Krankenhaus sowohl für Beschäftigte als auch für Patienten zu verringern. Einerseits wird die Übertragung von Krankheitserregern auf Patienten oder auf Beschäftigte durch eine hygienisch einwandfreie Aufbereitung von Endoskopiegeräten und -instrumenten reduziert, andererseits ist dafür zu sorgen, dass vor allem operativ tätigen Beschäftigten lückenlos eine Impfung gegen Hepatitis B angeboten wird.

Die Gesundheitsinitiative
bayernaktiv
Ich mach' mit!

Verpflichtung fürs Leben
***Handlungsfeld 4:** Früherkennung, Vorsorge*

10. „Prävention und Früherkennung von Darmkrebs"

Krebserkrankungen stehen an zweiter Stelle der Todesursachenstatistik. Darmkrebs fordert in Deutschland jedes Jahr mit mehr als 30 000 Menschen die zweithöchste Zahl an Krebstoten. Frühzeitig diagnostiziert ist Darmkrebs aber in 90 % der Fälle heilbar. Leider nehmen aber nur knapp die Hälfte der anspruchberechtigten Frauen und ein Siebtel der Männer an den Früherkennungsuntersuchungen zu Krebs teil.
Durch eine breit angelegte Informationskampagne soll die Bevölkerung dazu angeregt werden, die Vorsorgeangebote insbesondere zu Darmkrebs verstärkt zu nutzen. Unter dem Motto „Vorsorge schützt Ihr Leben" will die Aktion die Bürger dazu motivieren, regelmäßig an den Früherkennungsuntersuchungen zu Darmkrebs teilzunehmen. Darüber hinaus werden Ernährungstipps an die Hand gegeben, denn richtiges Essen kann vor Darmkrebs schützen. Wie bei vergleichbaren Kampagnen in den USA wird angestrebt, die Sterblichkeitsrate an Darmkrebs, die derzeit noch bei über 50 % liegt, nachhaltig zu senken.
Ein vom StMGEV erstelltes Faltblatt wird bereits in der Öffentlichkeit verteilt. Die Felix-Burda-Stiftung hat im März diesen Jahres eine breit angelegte Medienkampagne ins Leben gerufen. Die Aktion soll durch einen Flyer, der in übersichtlicher Form das deutsche Krebsfrüherkennungsprogramm vorstellt, ergänzt und im Jahr 2003 fortgeführt und erweitert werden.

11. „Risikoeinschätzung von Brustkrebs bei Frauen"

Das Risiko einer Brustkrebserkrankung ist besonders jüngeren Frauen nicht ausreichend bewusst. Anhand einer Aufklärungsbroschüre mit Anleitung zur Selbstuntersuchung und einem Selbsttest zur Ermittlung des persönlichen Brustkrebsrisikos soll die Bereitschaft zur Krebsfrüherkennung gesteigert werden.
Ziel des Projektes ist es, die Teilnahme von Frauen an den Untersuchungen für Krebsfrüherkennung zu steigern. Die von der gesetzlichen Krankenversicherung angebotenen Früherkennungsuntersuchungen für Krebs („Krebsvorsorge-Untersuchungen") werden bisher viel zu wenig genutzt. Dies gilt besonders für die Erkennung von Brustkrebs in einem frühen und noch heilbaren Stadium. Die Broschüre bietet eine ausführliche, illustrierte Anleitung zur Selbstuntersuchung der Brust. Da das Risiko für eine Brustkrebserkrankung mit dem Lebensalter ansteigt und durch verschiedene weitere Risikofaktoren beeinflusst wird, ist ein Testbogen mit sieben Fragen zur Ermittlung des persönlichen Brustkrebsrisikos beigefügt.
Die am Selbsttest teilnehmenden Frauen können sich bei Abfrage ihres Testergebnisses kostenfrei ärztlich beraten lassen.

12. „T@lking Eyes - ein Screening- und Präventionsprojekt für Erkrankungen des Gefäßsystems"

Die Augen sprechen! Durch Untersuchung des Augenhintergrunds mit geeigneter Technologie lassen sich Rückschlüsse auf den allgemeinen Gefäßzustand des Körpers ziehen und Aussagen über das Risiko, einen Schlaganfall oder einen Herzinfarkt zu erleiden, treffen. Damit können bereits zu einem Zeitpunkt wirksame Präventionsmaßnahmen eingeleitet werden, an dem der Betroffene von seiner Erkrankung und der damit verbundenen Gefahr nichts weiß. Das Projekt wurde als Pilotphase bereits erfolgreich in Erlangen getestet und soll jetzt ausgeweitet und weiterentwickelt werden.
Bluthochdruck, erhöhter Cholesterinspiegel und Zuckerkrankheit sind die häufigste Ursache für Herzinfarkt/Schlaganfall.
Diese Krankheiten zerstören das Gefäßsystem meist schon über viele Jahre, bevor sie überhaupt entdeckt werden. Die Netzhaut ist ein Spiegel der Gefäße. Durch gezielte Untersuchung der Netzhaut lässt sich somit das Gefäßrisiko abschätzen. Die Untersuchung ist einfach und bedient sich modernster Technologie. Folgende Maßnahmen sind vorgesehen:

- Verlängerung der Screening-Massnahme, flächendeckendes Angebot in Erlangen und Ausdehnung auf andere Regionen
- Validierung der Screening-Massnahme
- Präventionsprogramm

Zukunft fürs Leben
***Handlungsfeld 5:** Gesundheit als Zukunftsfaktor, Wissenschafts- und Wirtschaftsfaktor*

13. „Forschungsvorhaben: Stammzellen aus der Nabelschnur"

Die Nabelschnur enthält neben reifen Zellen auch Stammzellen. Nabelschnur und Plazenta werden heute nach der Geburt des Kindes noch überwiegend ohne weitere Verwendung weggeworfen. Durch das Einfrieren (Kryokonservierung) und Aufbewahren von Stammzellen aus der Nabelschnur stehen diese noch zu einem späteren Zeitpunkt zur Verfügung.
Über embryonale Stammzellen wird heute viel diskutiert. Auch adulte Stammzellen besitzen ein großes Entwicklungspotential, das weiter erforscht werden sollte. Die Verwendung von Stammzellen aus der Nabelschnur ist aus ethischer Sicht vollkommen unbedenklich.
Mit dem Einfrieren und der Aufbewahrung von Nabelschnurblut und -gewebe könnten spätere, eventuell lebenswichtige medizinische Anwendungen durchgeführt werden, wie zum Beispiel Knochenmarktransplantation, unterstützende Maßnahmen bei Hochdosis-Chemotherapie, funktioneller Organ- und Gewebeersatz oder Gentherapie zur Behandlung bestimmter chronischer Erkrankungen. Damit ließe sich eine interessante und kostengünstige Gesundheitsvorsorge für das einzelne Individuum schaffen.
Zwar wird von einzelnen kommerziellen Anbietern bereits Nabelschnurblut eingefroren. Die Kenntnisse darüber, ob sich das Material später sinnvoll verwenden lässt, sind jedoch unzureichend. In diesem Bereich ist deshalb noch eine umfangreiche Grundlagenforschung nötig.

14. „Forschungsvorhaben: „Mikrobielle Belastung im bäuerlichen Umfeld – Schutz vor der Entstehung von allergischen Erkrankungen im Kindesalter"

Allergische Erkrankungen haben sowohl im Kindes- als auch im Erwachsenenalter aufgrund ihrer großen Häufigkeit eine enorme volkswirtschaftliche und sozialmedizinische Bedeutung. Die Suche nach den Risikofaktoren für die Zunahme allergischer Krankheiten und nach wirksamen Präventionsstrategien ist für die große Zahl der Betroffenen, aber auch aus Sicht der Wissenschaft und der Präventivmedizin, von außerordentlich hohem Interesse.
Ziel des Projektes ist es, die Entstehung und den Verlauf von Allergien im Kindesalter zu untersuchen. Insbesondere geht das Projekt der Frage nach, welchen Einfluss die Stimulation des Immunsystems durch bakterielle Keime auf die Entwicklung von Allergien besitzt. Das Forschungsvorhaben baut auf Voruntersuchungen auf die gezeigt haben, dass Kinder, die auf einem Bauernhof aufwachsen, einen ausgeprägten Schutz vor der Entwicklung eines Heuschnupfens, einer allergischen Sensibilisierung und eines Asthma bronchiale aufweisen. Dabei übte die Häufigkeit des Kontaktes der Kinder mit Stalltieren und Geflügel einen entscheidenden Einfluss aus. Der vorliegende Forschungsansatz kann als Grundlage für ein völlig neues Konzept der Prävention allergischer Erkrankungen angesehen werden. Ziel ist letztlich die Entwicklung einer geeigneten „Immunisierung" zum Schutz vor Allergien, z. B. in Form eines Impfstoffs.

15. „Allergien und Umweltkrankheiten in der Rehabilitation"

Allergische Erkrankungen und Umweltkrankheiten haben in den letzen Jahren dramatisch zugenommen. Europaweit geht man davon aus, dass ca. 20 - 30 % der Bevölkerung an unterschiedlichen Arten von allergischen Krankheiten leidet. Viele Allergiker erfahren während einer klimatherapeutischen Rehabilitationsbehandlung eine deutliche und langanhaltende Besserung ihres Beschwerdebilds. Wie aber lassen sich klimatherapeutische Behandlungsansätze optimieren und welche Qualitätsanforderungen müssen sie erfüllen, um effektiv und effizient zu sein?
Das Projekt ist als wissenschaftliche Studie ausgelegt. Sie gliedert sich in drei Teile:

- Entwicklung eines Instrumentariums zur Qualitätssicherung klimatherapeutischer Rehabilitations-Verfahren
- Verbesserung der wissenschaftsbasierten Kenntnisse über Effekte klimatherapeutischer Maßnahmen auf Allergien und Umweltkrankheiten
- Verbesserung der Fort-, Aus- und Weiterbildung des medizinischen Fachpersonals (Ärzte, Medizinstudenten) auf dem Gebiet der Klimatherapie

Noch sind die Kenntnisse über die Effizienz von Rehabilitationseinrichtungen auf dem Gebiet der Allergie- und Umweltkrankheiten unzureichend. Deshalb ist es sehr wichtig, brauchbare Standards zu entwickeln, und entsprechende Kenntnisse weiterzuvermitteln.

16. „Erlanger Akte – Elektronisches Gesundheitsnetz zur besseren Patientenversorgung"

Das Projekt befasst sich mit dem Aufbau eines elektronischen Gesundheitsnetzes zur besseren Patientenversorgung. Die elektronische Netz-Patienten-Akte, die so genannte „Erlanger Akte", soll im Rahmen des Gesundheitsnetzes Erlangen eingeführt werden. Ziel ist es, zukünftig etwa 100 Fach- und Hausarztpraxen untereinander und mit Kliniken elektronisch zu vernetzen. Dafür ist die Entwicklung und Implementierung geeigneter Software-Lösungen vorgesehen. Das Projekt basiert auf dem „Netzwerk internistischer Facharztpraxen" (NIF) mit derzeit 14 elektronisch vernetzten Facharztpraxen.
Die elektronische Netz-Patienten-Akte ermöglicht allen Beteiligten einen schnellen Rückgriff auf relevante Patientendaten sowie eine intensive Kommunikation der Akteure. Sie trägt damit wesentlich zu einer innovativen integrierten Versorgungsstruktur bei.