

GESUNDHEITSFÖRDERUNG AUF DEM LAND

Ein Erfahrungsbericht

CHRISTIANE MAYER || Die Sozialversicherung für Landwirtschaft, Forsten und Gartenbau (SVLFG) vereint vier Sozialversicherungszweige unter einem Dach: die landwirtschaftliche Unfallversicherung, die Alterssicherung der Landwirte, die landwirtschaftliche Krankenkasse und die Pflegekasse. Dieser innovative Verbund ermöglicht eine optimale Versorgung zum Wohle des Versicherten. Prävention und Gesundheitsvorsorge, Altersvorsorge und Pflege sind zentrale Themen – aus einer Hand erreichbar für alle, die Hilfe brauchen.

Der Agrarbereich ist eine besondere Lebenswelt. Nirgendwo sonst gibt es in unserer Gesellschaft eine Berufsgruppe, bei der oft die ganze Familie zusammen auf dem Betrieb lebt und arbeitet, meist sogar weit über die üblichen Altersgrenzen hinaus.

Gesund älter werden – diese Herausforderung will die SVLFG zusammen mit ihren Versicherten stemmen. Mit speziell für die Versicherten der grünen Branche maßgeschneiderten Gesundheitsangeboten möchte die SVLFG Gesundheitsförderung auf das Land bringen. Grundsätzlich sollen die Präventionsangebote der SVLFG Einstiegsangebote sein und die Menschen zu einem gesünderen Lebensstil motivieren.

IDEEN AUS DER PRAXIS

Die Entwicklung der Gesundheitsangebote lebt von Ideen und Erkenntnissen der Selbstverwaltung und der Fachbereiche der SVLFG. Wissensaustausch, Vernetzung und Zusammenarbeit mit Berufsverbänden, Organisationen und Interessensvertretungen der Branche werden genutzt, um zu erfahren, was die Menschen aus der Versichertengemeinschaft der SVLFG bewegt, was sie brauchen und was sie annehmen und akzeptieren, um gesund zu bleiben. Gesundheitswissen, das wichtig ist, um in ein förderliches Gesundheitshandeln zu kommen, soll direkt und effektiv bei den Menschen auf den

Betrieben ankommen. Lediglich Informationsmaterial zu drucken und auszulegen, reicht dazu nicht aus – das sagen die Versicherten der grünen Branche auch sehr deutlich.

Aus diesen Erkenntnissen heraus wurden z. B. mehrtägige Kompaktprogramme im Sinne des § 20 SGB V entwickelt. Die bei diesen Seminaren angebotenen Inhalte der Primärprävention, etwa zum Thema Bewegung und Entspannung sowie Themen mit Arbeitsbezug wie Ergonomie am Arbeitsplatz, sollen nachvollziehbare Anleitungen für einen gesünderen Alltag geben. Dieses durchgängige Programm ist ideal für die Versicherten der SVLFG, da sie beruflich auch saisonal stark eingebunden sind. Im Alltag finden sie oft nicht die Zeit, über einen Zeitraum von mehreren Wochen einen bestimmten Abend freizuhalten, um an einem Gesundheitskurs teilzunehmen.

VERHINDERT ARMUT GESUNDES LEBEN?

Wie kommt hier nun „Armut im ländlichen Raum“ ins Spiel? Bei der SVLFG sind ungewöhnlich viele ältere Menschen versichert. Der demographische Wandel in der Altersstruktur der Gesellschaft ist in diesem agrarsozialen System bereits angekommen. Auf einen Beitragszahler in der Alterskasse kommen mehr als zwei Rentenbezieher und über 50 % der in der landwirtschaftlichen Krankenkasse Versicherten sind Rentner. Viele Altenteiler, die ihren

Betrieb in den vergangenen Jahren aufgrund des Strukturwandels aufgeben mussten, leben teilweise in schwierigen finanziellen Verhältnissen. Oft werden alte, unzureichend renovierte Häuser bewohnt und die Rente reicht gerade zum Leben. Bei alleinstehenden älteren Frauen gibt es oftmals ein weiteres Problem: die fehlende Mobilität. Einen Gesundheitskurs in der nächstgelegenen Kreisstadt zu besuchen, stellt solch einen älteren Menschen oft vor ein unlösbares Problem. In diesem Punkt unterscheiden sich Stadt- und Landleben sehr.

Die gute Erreichbarkeit des Gesundheitsangebotes im eigenen Lebensumfeld, die Bezahlung der Kurse und die kostenlose Bereitstellung des Übungsmaterials, das die SVLFG in ihren Programmen anbietet, ermöglichen es auch finanziell schlechter gestellten Versicherten, etwas für ihre körperliche Fitness und den Erhalt ihrer Mobilität und Selbständigkeit zu tun.

GELEBTE SOLIDARITÄT AUF DEM LAND

Diese Problematik haben die Landfrauen des Bayerischen Bauernverbandes früh erkannt.

Bereits vor vielen Jahren initiierten sie zusammen mit der landwirtschaftlichen Sozialversicherung Maßnahmen zur Gesundheitsvorsorge vor Ort, direkt in den Dörfern. Mit großem bürgerschaftlichem Engagement organisieren sie Gesundheitskurse im Sinne der Primärprävention. Sie kümmern sich um einen geeigneten Veranstaltungsort im Dorf, oft im Pfarrhaus, in der Gastwirtschaft oder im Gemeindehaus. Ist der Kurs im Nachbarort, werden Fahrgemeinschaften geplant. Dieses System bietet für jeden Teilnehmer auch die Möglichkeit der Partizipation bei der Planung. Das passende Gesundheitsangebot direkt vor Ort.

Was immens wichtig ist: Die Landfrauen geben Menschen, die selbst nicht mobil sind oder die sich vielleicht sogar schämen, finanziell nicht gut gestellt zu sein, die Motivation und die Möglichkeit, an Kursen teilzunehmen. „Setting“ ist hier der Schlüssel – im eigenen, vertrauten Lebensumfeld ein Gesundheitsangebot zu bekommen, das genutzt werden kann, ohne in modischer Sportkleidung ein Fitness-Studio in der nächsten Kreisstadt aufsuchen zu müssen.

Abbildung 1: BV-Gymnastikkurs



© Sozialversicherung für Landwirtschaft, Forsten und Gartenbau – Stabsstelle Selbstverwaltung / Öffentlichkeitsarbeit, Kassel

IN DER BALANCE BLEIBEN

Mobilität, Erhalt der Selbständigkeit und Verbleib in der eigenen Wohnung sind entscheidend für Zufriedenheit und Lebensqualität bis ins hohe Alter. Besonders Stürze und eventuell damit einhergehende Knochenbrüche sind extrem folgenreich und können die Mobilität und Selbständigkeit von einem Tag auf den anderen massiv einschränken. Mit den Sturzpräventionskursen „Trittsicher durchs Leben“ will die SVLFG zusammen mit dem Deutschen LandFrauenverband, dem Deutschen Turnerbund und Wissenschaftlern des Robert-Bosch-Krankenhauses Menschen in ländlichen Regionen unterstützen, diese Komponenten, die das Leben lebenswert machen, zu erhalten. In speziellen Gesundheitskursen erlernen die Teilnehmenden Kraft- und Balanceübungen nach dem sogenannten „Ulmer Modell“.

Dieses wissenschaftlich evaluierte Muskelaufbautraining kann nachweislich zur Sturzprophylaxe beitragen. Dabei werden spezielle Übungen mit Gewichtsmanschetten an Armen und Beinen absolviert. Zusätzlich werden die Körperbalance und die Fähigkeit, mehrere Dinge gleichzeitig zu tun, geschult. Muskelaufbau, eine aufrechte Körperhaltung und mehr Sicherheit im Alltag sind hier sicht- und erlebbarer Erfolg.

Versicherte der Landwirtschaftlichen Krankenkasse können in ganz Deutschland an Sturzpräventionskursen teilnehmen. Sie erhalten 100 % der Kursgebühr erstattet. Die notwendigen Gewichtsmanschetten werden von der SVLFG für die Dauer des Kurses kostenlos zur Verfügung gestellt. Versicherte anderer Krankenkassen können teilnehmen, wenn noch Plätze frei sind – müssen sich vorab bei ihren Krankenkassen jedoch selbst um eine Kostenersatzung kümmern.

DIREKT ANSPRECHEN UND ANBIETEN

Wenn man eine spezielle Zielgruppe für ein Gesundheitsangebot motivieren möchte, ist es besonders Erfolg versprechend, direkt auf die potentiellen Teilnehmer zuzugehen. Ein Beispiel hierfür ist die „systematische Sturzprävention“ der SVLFG, die derzeit in ganz Deutschland im Aufbau ist – gerade um Menschen auf dem Land zu erreichen, die besonders sturzgefährdet

sind und unter Umständen besonderer Motivation bedürfen. In 45 Landkreisen aus 5 Bundesländern (Baden-Württemberg, Bayern, Hessen, Niedersachsen und Rheinland-Pfalz) wird die systematische Sturzprävention derzeit getestet. Um das neue Angebot möglichst vielen Versicherten der SVLFG unmittelbar zugänglich zu machen, werden sturzgefährdete Personen, die voraussichtlich besonders davon profitieren, aktiv von Mitarbeitern der SVLFG angesprochen. Der Kontakt erfolgt dabei entweder schriftlich, telefonisch oder über einen den Versicherten vertrauten Präventions- oder Pflegeberater.

Eine weitere Komponente dieses speziellen Programms, das ebenfalls unter der Bezeichnung „Trittsicher durchs Leben“ beworben wird, ist die Möglichkeit für die Teilnehmer, eine kostenlose Knochendichtemessung zu erhalten. Normalerweise müssen die Kosten einer solchen Messung selbst übernommen werden. Innerhalb der „Trittsicher“-Pilotregionen werden die Kosten der Untersuchung bei Personen mit erhöhtem Osteoporose-Risiko im Rahmen des Programms vollständig erstattet. Soweit notwendig, wird auch eine medikamentöse Therapie zur Behandlung einer Osteoporose vom Haus- oder Facharzt eingeleitet.

Abbildung 2: Logo „Trittsicher“



Quelle: www.landfrauen-bw.de/bsw/projekte/trittsicher.html

WICHTIGE NETZWERKE

Auch in der systematischen Sturzprävention arbeitet die SVLFG eng mit Netzwerkpartnern zusammen. Die Landfrauen stehen für aktives Miteinander und Vernetzung der Menschen im ländlichen Raum. Sie übernehmen die Rolle der Vermittelnden in die Gesundheitskurse vor

Ort. Konkret bedeutet dies, dass die zuständige Landfrau Kursinformationen an Interessierte weitergibt, den Kontakt zum Übungsleiter herstellt und den Kurs vor Ort organisiert. Der Deutsche Turnerbund gewährleistet eine gute Qualifizierung und eine ausreichende Verfügbarkeit von speziell ausgebildeten Übungsleitern. Die Mediziner Professor Dr. Clemens Becker und Priv. Doz. Dr. Kilian Rapp sowie die Sportwissenschaftlerin Karin Kampe vom Robert-Bosch-Krankenhaus in Stuttgart sind international anerkannte Experten im Bereich der Sturzprävention. Sie garantieren eine hervorragende Qualität bei der Übungsleiterausbildung und stehen für den hohen wissenschaftlichen Standard der Gesundheitskurse. Das bereits erwähnte „Ulmer-Modell“ wurde von ihnen entwickelt und dient als Grundlage der „Trittsicher“-Gesundheitskurse.

Die systematische Sturzprävention mit dem übergeordneten Ziel, Knochenbrüche bei älteren Menschen zu reduzieren, wird durch die genannten Sturzexperten des Robert-Bosch-Krankenhauses in Stuttgart, dem Institut für Gesundheitsökonomie und Biostatik der Universität Ulm und dem Institut für Gesundheitsökonomie und Versorgungsforschung Hamburg wissenschaftlich begleitet.

NACHHALTIGKEIT – EIN SCHLÜSSELWORT IN DER LANDWIRTSCHAFT

Um die Nachhaltigkeit und Fortführung von „Trittsicher durchs Leben“ zu ermöglichen, erfolgt eine gesundheitsökonomische Evaluation des Programms bezüglich der Kosteneffektivität, um die Maßnahme dauerhaft finanziell abzusichern. Diese Evaluation wird vom Bundesministerium für Bildung und Forschung unterstützt. Außerdem soll die Zielgruppe, die in besonderem Maße vom Programm profitiert, in Zukunft anhand von Routinedaten der Landwirtschaftlichen Krankenversicherung noch präzisiert werden. Wichtig ist auch, dass diesen Personen eine Teilnahme an „Trittsicher durchs Leben“ ermöglicht wird, unabhängig von den finanziellen Möglichkeiten des Einzelnen.

Gesundheitsförderung und Prävention im Setting „ländlicher Raum“ ist generell kein Selbstläufer. Es muss fortlaufend initiiert, organisiert und nachhaltig gesichert werden.

SICHER UND GESUND AUS EINER HAND

Der Slogan der Sozialversicherung für Landwirtschaft, Forsten und Gartenbau wird gerade in der Umsetzung der Gesundheitsangebote gelebt. Verschiedene Versicherungszweige unter einem Dach zu haben, ist ideal, auch für die Netzwerkarbeit im eigenen Haus. So können z. B. die Mitarbeiter der Präventionsabteilung der landwirtschaftlichen Berufsgenossenschaft, die draußen vor Ort mit den Menschen auf den Betrieben vertraut sind, im Sinne einer „aufsuchenden Aktivierung“ maßgeschneiderte Gesundheitsangebote anbieten. Diese speziellen Programme können die Versicherten der SVLFG in besonderen Lebenslagen, wie etwa in einer familiären Pflegesituation oder während der Phase einer Betriebsübergabe, unterstützen.

Besonders sozioökonomisch benachteiligte ältere Menschen aus dem Agrarbereich, die dazu neigen, „Komm-Strukturen“ eher weniger zu nutzen, profitieren von der Strategie der SVLFG, die Bedürfnisse der Menschen zu erkennen und diese passgenau vor Ort anzubieten.¹

CHRISTIANE MAYER

Mitarbeiterin der Stabsstelle Selbstverwaltung und Öffentlichkeitsarbeit der Sozialversicherung für Landwirtschaft, Forsten und Gartenbau, Kassel

ANMERKUNG

¹ Informationen zu den Gesundheitsangeboten der SVLFG unter: www.svlfg.de/Gesundheitsangebote