

Gesundheitskompetenz als zentraler Prädiktor für die eigene Gesundheit

Um das Wissen und die Entscheidungen über die eigene Gesundheit ist es in der deutschen Bevölkerung schlecht bestellt. Große deutsche Studien belegen, dass mit 64,2 Prozent der Bundesbürgerinnen und -bürger zwei von drei Personen in Deutschland über eine mangelhafte Gesundheitskompetenz verfügen.

Das hat unmittelbare Folgen für die Gesundheit und das Krankheitsmanagement. Menschen mit einer geringen Gesundheitskompetenz haben etwa ein höheres frühzeitiges Sterberisiko als Menschen mit einer hohen Gesundheitskompetenz. Sie müssen doppelt so oft ins Krankenhaus, erhalten im Schnitt später eine Diagnose einer Erkrankung und zeigen eine geringere Therapietreue bei Behandlungen. Weiterhin verursachen sie höhere Behandlungs- und Gesundheitskosten und fallen im Job öfter aus als Menschen mit einer guten oder gar exzellenten Gesundheitskompetenz.

Gesundheitskompetenz ist also ein zentraler Prädiktor für die eigene Gesundheit. Dies belegen auch Studien zum Ernährungsverhalten. So zeigte sich, dass eine niedrige Gesundheitskompetenz im Zusammenhang mit einem deutlich geringeren Verzehr von Früchten, Gemüse und Salat steht. Gesunde Ernährung ist bekanntermaßen einer der bedeutsamsten Präventionsfaktoren, wenn es um Volkskrankheiten wie Diabetes Typ 2 geht. Menschen mit einer geringen Gesundheitskompetenz bewegen sich zudem viel weniger als Menschen mit einer hohen Gesundheitskompetenz. Wie wichtig Bewegung für das Wohlbefinden und die allgemeine Gesundheit ist, haben viele Studien nachdrücklich belegt.

Das unübersichtliche Angebot von medizinischem Content im Netz macht es vielen Menschen schwer, valide Gesundheitsinformationen zu finden, zu verstehen, zu beurteilen und angemessen im Alltag anzuwenden. Diese Lücke vermag ein evidenzbasiertes digitales Angebot mit leicht verständlichem gesundheitsbezogenem Inhalt zu schließen – zumal wenn es gelingt, diese Gesundheitsinformationen in Einfache Sprache zu transferieren. Dass dies mithilfe einer künstlichen Intelligenz möglich ist, haben Tests für die webbasierte App VIER400 gezeigt. Erklärtes Ziel dieses Angebots im Rahmen der betrieblichen

Gesundheitsförderung (BGF) ist es, die digitale Gesundheitskompetenz von Mitarbeitenden in Betrieben und Unternehmen zu steigern.

Quellen:

Hurrelmann, K., Klinger, J., Schaeffer, D. (2020): Gesundheitskompetenz der Bevölkerung in Deutschland – Vergleich der Erhebungen 2014 und 2020. Bielefeld: Interdisziplinäres Zentrum für Gesundheitskompetenzforschung (IZGK), Universität Bielefeld

Kolpatzik, K.; Mohrmann, M.; Zeeb, H. (Hrsg.). (2020). Digitale Gesundheitskompetenz in Deutschland. Berlin: KomPart

Kolpatzik, K. & Zaunbrecher, R. (Hrsg.). (2020). Ernährungskompetenz in Deutschland. Berlin: KomPart

Schaeffer, D., Berens, E.-M., Gille, S., Griese, L., Klinger, J., de Sombre, S., Vogt, D., Hurrelmann, K. (2021): Gesundheitskompetenz der Bevölkerung in Deutschland – vor und während der Corona Pandemie: Ergebnisse des HLS-GER 2. Bielefeld: Interdisziplinäres Zentrum für Gesundheitskompetenzforschung (IZGK), Universität Bielefeld