



Gesundheit im Lebenslauf

Martin Schumacher

Landesvereinigung für Gesundheit und Akademie für Sozialmedizin
Niedersachsen e.V., Hannover

Gesundheit wird von der Weltgesundheitsorganisation (WHO) als ein Zustand des vollständigen körperlichen, geistigen und sozialen Wohlergehens und nicht nur als Fehlen von Krankheit oder Gebrechen definiert. Bereits an dieser ambitionierten Definition ist erkennbar, dass Gesundheit ein mindestens genauso komplexes Konstrukt darstellt wie Krankheit.

Mit der Ottawa-Charta von 1986 legte die WHO ein Grundsatzdokument vor, das fünf Handlungsebenen der Gesundheitsförderung benennt:

- Gesundheitsfördernde Gesamtpolitik entwickeln
- Gesundheitsfördernde Lebenswelten schaffen
- Gesundheitsbezogene Gemeinschaftsaktionen unterstützen
- Persönliche Kompetenzen entwickeln und
- Gesundheitsdienste neu orientieren.

Im Gegensatz zu der heute allgemein weitgehend anerkannten Definition des Begriffs „Gesundheit“ gibt es keine solche für den Begriff „Lebenslauf“. Da sich Lebensläufe von Menschen durch Einflüsse wie etwa steigende Lebenserwartung, sich verändernde persönliche Lebensstile und gesellschaftlichen Wertewandel zunehmend stärker differenzieren, wird es zudem immer schwieriger, für den Begriff „Lebenslauf“ eine allgemeingültige, umfassende Definition zu finden. Dies umso mehr, als dass (chronologische) Altersphasen und Altersgrenzen nur begrenzt geeignet sind, um Lebensläufe strukturell zu erfassen. Geschweige denn, um vom Lebensalter allein Rückschlüsse auf Gesundheit zu ziehen.

So sind etwa Kinder und Jugendliche vordergründig insofern eine relativ homogene Gruppe, als sie der Schulpflicht unterliegen und von gesundheitsfördernden Maßnahmen scheinbar gleichermaßen gut im Lebensraum Schule erreicht werden können. Jedoch ist bei nur etwas genauerem Hinsehen kaum zu übersehen, dass materielle und soziale Rahmenbedingungen des Aufwachsens die individuelle Gesundheit von Kindern und Jugendlichen viel stärker prägen und erklären als eine Lebensalterzahl oder Zugehörigkeit zu einem Klassenverband.



Kooperationsverbund Gesundheitliche Chancengleichheit

<http://www.gesundheitliche-chancengleichheit.de/gesundheitsfoerderung-bei-kindern-und-jugendlichen/hintergruende-daten-materialien/ursachen-auswirkungen-handlungsansatze/>

Im höheren Lebensalter wird die Differenzierung von Lebensläufen in der Gesundheitsförderung bereits stärker berücksichtigt. „Kein Lebensabschnitt ist so vielfältig wie das Alter“, so lautete etwa das Resümee des Sechsten Altenberichts der Bundesregierung, der 2010 veröffentlicht wurde.



Sechster Altenbericht der Bundesregierung

<http://www.bmfsfj.de/BMFSFJ/aeltere-menschen,did=164568.html>

Neben körperlichen Aspekten haben in den vergangenen Jahren auch psychische und soziale Dimensionen des Alterns mehr Beachtung gewonnen. Hier haben günstige Rahmenbedingungen, zum Beispiel soziale Kontakte, gute Beziehungen in der Familie und zu Freundinnen und Freunden, Engagement im Quartier, Hobbys etc., Einfluss auf die Gesundheit und Lebensqualität im Alter.

Gesundheitsfördernde Maßnahmen können also nur dann erfolgreich wirken, wenn sie auch jenseits formaler Kategorien wie dem Lebensalter den vielfältigen Einflussfaktoren auf Gesundheit Rechnung tragen.



Martin Schumacher: Gesundheit im Lebenslauf

Eine mögliche Herangehensweise ist hierbei das Konzept „Diversity“ (deutsch: Verschiedenheit, Vielfalt, Heterogenität). Diversity beschreibt die Eigenschaften und Kontexte, in denen sich Menschen unterscheiden oder ähneln können. Die Vielfalt bezieht sich dabei primär auf die sechs Dimensionen

- Alter
- Geschlecht
- Ethnie / kulturelle Herkunft
- Behinderung
- Sexuelle Orientierung
- Religion/Weltanschauung.

(Vgl. BZgA, Leitbegriffe der Gesundheitsförderung,
http://www.leitbegriffe.bzga.de/bot_angebote_idx-185.html)

Hinsichtlich dieser Perspektive könnte und sollte sich die Gesundheitsförderung in manchen Bereichen auch noch stärker von der Selbsthilfe inspirieren lassen.

Martin Schumacher
Landesvereinigung für Gesundheit und Akademie
für Sozialmedizin Niedersachsen e.V.
Fenskeweg 2
30165 Hannover
Tel: 05 11 / 388 11 89-34
Fax: 05 11 / 350 55 95
E-Mail: martin.schumacher@gesundheit-nds.de;
info@gesundheit-nds.de
Internet: <http://www.gesundheit-nds.de>