

Presseinformation

Zum Health Literacy Month:

Steiermark hat großen Aufholbedarf in Sachen Gesundheitskompetenz

Mehr als 60 Prozent der SteirerInnen weisen laut Studien eine mangelhafte Gesundheitskompetenz auf. Das heißt: Sie sind nicht in der Lage, gut informiert und im Sinne ihrer Gesundheit zu entscheiden. Damit laufen die Steirerinnen und Steirer aber auch Gefahr, häufiger und schwerer zu erkranken und weniger lang gesund zu leben als Menschen mit hoher Gesundheitskompetenz. Das beste Rezept dagegen: Bildung! Im Monat der Gesundheitskompetenz und im Jahr der Erwachsenenbildung wird deshalb ganz explizit auf das große Weiterbildungs-Angebot im Gesundheitsbereich hingewiesen. Motto: Bildung wirkt – und macht gesund!

„Seit dem schwachen Abschneiden Österreichs im Rahmen der europaweiten Gesundheitskompetenz-Studie 2011 gibt es zwar viele Bemühungen, die Gesundheitskompetenz der Bevölkerung zu stärken. Dennoch ist auf diesem Gebiet nach wie vor noch sehr viel zu tun. Vor allem auch, weil die Anforderungen an die Menschen diesbezüglich immer höher werden – etwa durch die Pandemie oder die vermehrte Digitalisierung. Deshalb ist ein Bewusstseins-Monat wie der Health Literacy Month jetzt im Oktober ganz besonders wichtig“, betont Ulla Sladek, Expertin für Gesundheitskompetenz im Frauengesundheitszentrum Graz.

SteirerInnen haben österreichweit am wenigsten Gesundheitskompetenz

Ganz besonderer Aufholbedarf besteht übrigens in der Steiermark, wo laut Studie ganze 63,2 Prozent der Bevölkerung eine zu geringe Gesundheitskompetenz aufweisen. Konkret finden es rund 45,5 Prozent der SteirerInnen schwer zu beurteilen, wie vertrauenswürdig Gesundheitsinformation ist, die sie im Internet gefunden haben. Fast die Hälfte der Steirer und Steirerinnen ist nicht in der Lage zu beurteilen, ob hinter der Information wirtschaftliche Interessen stehen. Auch wenn es um Informationen rund ums Rauchen, um Bewegungsmangel oder übermäßigen Alkoholkonsum geht, gibt es Probleme, zu erkennen, ob diese auch tatsächlich vertrauenswürdig sind. Fast 20 Prozent der Menschen haben hierzulande Schwierigkeiten zu entscheiden, ob sie sich gegen Grippe impfen lassen sollen. Mehr als ein Drittel weiß nicht, wo es am besten Informationen rund um psychische Probleme finden kann. Und fast 44 Prozent wissen nicht wirklich um ihre Rechte als PatientInnen und NutzerInnen des Gesundheitssystems Bescheid (Studie und weitere Details: <https://gesundheitfonds-steiermark.at>).

Wenig Gesundheitskompetenz bedeutet mehr Krankheit und Kosten

Von mangelnder Gesundheitskompetenz besonders häufig betroffen sind übrigens Menschen mit geringer Basisbildung, chronisch Kranke und Personen aus sozial schwächeren Schichten. Bei älteren Menschen erweist sich vor allem die digitale Gesundheitskompetenz als Problem. Und: Frauen haben eine etwas höhere Gesundheitskompetenz. Was Sladek so begründet: „Frauen sind aufgrund ihrer Rolle oftmals die Gesundheitsmanagerinnen der Familie. Sie erwerben und verwenden diese Kompetenzen auch für ihre Kinder, Partnerinnen und Partner oder Eltern.“

Was die Auswirkungen angeht, so besagen die Studien, dass Menschen mit mangelnder Gesundheitskompetenz grundsätzlich einen schlechteren Gesundheitszustand aufweisen. Sie neigen häufiger zu chronischen Erkrankungen, zeigen weniger Eigenverantwortung für ihre Gesundheit und legen häufiger sogenanntes Risikoverhalten an den Tag – ungesund essen, zu viel Alkohol trinken, sich zu wenig bewegen etc.

Gesundheitskompetente Menschen sind hingegen deutlich seltener krank, benötigen seltener einen Arzt, sind weniger oft im Krankenhaus, leiden weniger unter chronischen Krankheiten und bewegen sich häufiger. Sprich: Sie sind gesünder und genießen damit auch eine höhere Lebensqualität.

Nicht zu vergessen ist, dass mit guter Gesundheitskompetenz neben dem hohen persönlichen vor allem auch ein hoher gesellschaftlicher und ökonomischer Nutzen verbunden ist, wie etwa weniger Behandlungen und weniger Kosten für das Gesundheitswesen.

Bildung ist der wichtigste Schritt zu Gesundheitskompetenz

Warum gerade Österreich beziehungsweise die Steiermark in Sachen Gesundheitskompetenz hinterherhinken? Sladek: „Das hat mit unterschiedlichen Aspekten zu tun. Etwa, dass es schwer ist, sich in unserem Gesundheitswesen zurecht zu finden. Dass es zu wenig gute Gesundheitsinformationen gibt, die wissenschaftlich gesichert, verständlich und hilfreich sind – und die bei den Menschen, für die sie gedacht sind, auch ankommen. Oder, dass die Kommunikation zwischen Fachleuten und PatientInnen noch zu wenig auf Augenhöhe abläuft. Das heißt, es geht auch darum, die Qualität von Gesundheitsinformationen zu verbessern, das Gesundheitswesen leichter navigierbar zu machen und Fachpersonen mit besseren kommunikativen Kompetenzen auszustatten.“

Dazu Kerstin Slamanig, Geschäftsführerin des Bildungsnetzwerks Steiermark:

„Gesundheitskompetenz ist auch ganz eng mit Bildung verknüpft. Bildung fördert nachweislich die Gesundheit und wir wollen doch alle nicht bloß alt, sondern wenn, dann gesund alt werden. Wer in der Lage ist, relevante Gesundheitsinformationen zu finden, zu verstehen, zu beurteilen und anzuwenden, hat dahingehend entscheidende Vorteile. Deshalb setzen steirische Einrichtungen in der Erwachsenenbildung auch verstärkt auf diesbezügliche Angebote. Im Weiterbildungsnavi Steiermark finden sich neben tausenden unterschiedlichen Fortbildungsmöglichkeiten auch viele, die ganz explizit der Gesundheitsförderung dienen.“ (www.erwachsenenbildung-steiermark.at)

Foto: Kerstin Slamanig, Geschäftsführerin Bildungsnetzwerk Steiermark (©Repolusk)

Kontakt und Rückfragen:

Mag.^a (FH) Kerstin Slamanig | Geschäftsführung Bildungsnetzwerk Steiermark
kerstin.slamanig@eb-stmk.at | +43 664 4186814 | www.erwachsenenbildung-steiermark.at

Mag.^a Johanna Vucak | Pressearbeit
johanna.vucak@eb-stmk.at | +43 664 41 23 2 23 | www.erwachsenenbildung-steiermark.at