

# Gesund leben: Woran es hapert

Es gibt beim Gesundheitsamt des Rhein-Pfalz-Kreises ein recht neues Team, das sich um den Bereich Gesundheitsförderung kümmert. Dabei geht es darum, Menschen zu informieren und dabei zu unterstützen, wie sie ihre Gesundheit verbessern können. Das betrifft viele Lebensbereiche. Wenn man mit der Leiterin Joëlle Bals spricht, ist man erstaunt, wie vielfältig die Themen sind.

VON BRITTA ENZENAUER

**RHEIN-PFALZ-KREIS.** Joëlle Bals, Valerie Junghans und Philipp Jaehn sitzen mit ihrem Fachbereich Gesundheitsförderung und Berichterstattung in einer Außenstelle in Schifferstadt. Im ehemaligen Corona-Impfzentrum in der Bahnhofstraße 37. Das passt ganz gut. Dass es die drei als neues Team beim Kreisgesundheitsamt gibt, hat irgendwie auch mit der Pandemie zu tun. Denn damals sind die Gesundheitsämter deutschlandweit in den Fokus gerückt. Sie haben enorm viel leisten müssen, obwohl sie personell meist schlecht aufgestellt waren. Um die Strukturen des öffentlichen Gesundheitsdienstes zu stärken, wurde nach Corona vom Bund ein Milliardenpaket verabschiedet. „Und dann war auch Geld für uns da“, sagt Bals. Die 43-Jährige ist Fachärztin für Allgemeinmedizin, und ihre Arbeit hat stets im Fokus von Infektiologie, Reise- und Tropenmedizin gestanden. Valerie Junghans hat Gesundheitsförderung und Prävention studiert. Und Philipp Jaehn ist Arzt und ausgebildeter Epidemiologe.

In anderen Bundesländern, wie bei den Nachbarn in Baden-Württemberg, ist man Bals zufolge im Bereich Gesundheitsförderung zwar schon besser aufgestellt, aber sie und ihre Kollegen haben vor einem Jahr die Ärmel hochgekrempelt und sich in die Arbeit gestürzt. „Immerhin ist unser Kreisgesundheitsamt für vier Oberkommunen zuständig. Den Rhein-Pfalz-Kreis selbst plus die Städte Ludwigshafen, Frankenthal und Speyer. Das macht rund 430.000 Einwohner. Das ist ein Riesenzuständigkeitsbereich“, sagt Bals. Das heißt, man muss mit ganz vielen Leuten reden, Absprachen treffen und die eigenen Ideen verkaufen. Man muss sich frühzeitig um die Finanzierung Gedanken machen und die Krankenkassen, die verpflichtet sind, Gesundheitsförderung finanziell zu unterstützen, ins Boot holen.

Inzwischen hat Bals' Team eine Strategie, die es verfolgt. Die Ziele: gesund aufwachsen, gesund leben und Gesundheit im Alter. „Dazu muss ich vielleicht auch noch mal definieren, was Gesundheitsförderung eigentlich ist“, sagt Bals. „Darunter wird alles verstanden, was der Stärkung des Gesundheitspotenzials des Menschen dient. Dabei geht es zum einen um die Stärkung des Wissens eines



**Lebensumfeld, Armut und Ausgrenzung haben einen enormen Einfluss auf unsere Gesundheit.** FOTO: DPA

jeden Einzelnen, wie die eigene Gesundheit verbessert werden kann, aber auch um die gesundheitsförderliche Gestaltung von Lebenswelten wie Kitas, Schulen oder Gemeinden.“

## Spanier und Portugiesen leben länger

So richtig gut sind die Deutschen noch nicht darin, gesund und glücklich zu leben. Die Gesundheitsausgaben jedenfalls steigen immens. Umgerechnet 160 Milliarden Euro waren es 1992. Rund 498 Milliarden Euro waren es im Jahr 2022. „Dafür aber, dass wir so viel ausgeben, ist der Gesundheitszustand der Menschen hier eher schlecht. Deutschland liegt den Statistiken zufolge nur im Mittelfeld. Spanien und Portugal zum Beispiel geben viel weniger Geld aus, und die Menschen leben länger“, sagt Joëlle Bals. Dem Zustand der Deutschen und speziell der Menschen im Rhein-Pfalz-Kreis sowie in den drei angren-

zenden Städten gilt es also auf den Grund zu gehen.

„Das Thema ist so vielschichtig, da müssen wir uns erstmal einen Überblick verschaffen. Dabei kommen wir übrigens in den Bereich Berichterstattung. Wir untersuchen verschiedene Bereiche und analysieren sie, um herauszufinden, wo der Schuh drückt“, erklärt die Ärztin. Ein konkretes Beispiel könnte sein, sich anhand der Daten aus den Einschulungsuntersuchungen ein Bild zu machen, wie es um die Schulanfänger steht. „Wir könnten etwa herausfinden, dass viele Schulanfänger Rückstände bei der sprachlichen Entwicklung haben und sich nicht ordentlich bewegen können. Dann geht es daran, die Ursachen zu finden, mit den entsprechenden Bereichen in den Kommunen Kontakt aufzunehmen, darüber zu sprechen und etwas dagegen zu tun.“

Keine Bewegung – dass daraus gesundheitliche Probleme erwachsen,



**Das Team für Gesundheitsförderung und Berichterstattung: (von links) Joëlle Bals, Valerie Junghans und Philipp Jaehn.** FOTO: DPA



**Aufklärung an Schulen ist wichtig, da durch Sex übertragene Krankheiten wieder auf dem Vormarsch sind.** FOTO: DPA

ist nachvollziehbar. Aber ein Rückstand in der sprachlichen Entwicklung? „Doch. Auf jeden Fall hat mangelnde Sprachkompetenz Konsequenzen für die Gesundheit“, sagt Bals. Auf ganz verschiedenen Ebenen könne sich das bemerkbar machen. Ein Kind, das sich schlecht ausdrücken kann, wenn es in die Schule kommt, ist möglicherweise von der Gemeinschaft ausgegrenzt. Es kann dem Schulstoff nicht folgen. Beides kann psychischen Stress verursachen, der krank macht. Wer sich schlecht ausdrücken kann, schreibt schlechtere Noten und bekommt nach der Schule einen weniger gut bezahlten Job. „Wir kommen da zu dem interessanten Punkt, was Bildung mit Gesundheit zu tun hat. Zahlen sprechen da eine klare Sprache“, sagt Bals und zeigt auf eine Statistik, die zum Fazit hat: Wer arm ist, stirbt früher. Zwischen der untersten und der obersten Einkommensgrenze gibt es einen deutlichen Unterschied in der Le-

benserwartung. „Im Durchschnitt stirbt jemand, der arm ist, neun Jahre früher. Und das ist ein Wort.“

Die Gründe und Mechanismen dahinter sind vielschichtig: Berufe, die mit schwerer körperlicher Arbeit verbunden sind, sind häufig nicht gut bezahlt – das kann zu Folgeerkrankungen führen. Auch das Verhalten spielt eine Rolle: Arme Menschen rauchen Studien zufolge häufiger, treiben weniger Sport, essen weniger Obst und Gemüse, nehmen seltener Vorsorgeuntersuchungen in Anspruch. Wer mehr Geld hat, kann sich eben auch eher ein gesundes Leben – mit Fitnessstudio, Biolebensmitteln und Erholung – leisten. „Armut kann auch Stress bedeuten“, meint Bals. „Ein Beispiel: Wohngebiete, in denen Menschen leben, die nur wenig Miete zahlen können, liegen oft an viel befahrenen Straßen – die Belastung durch Lärm und Luftverschmutzung ist entsprechend hoch.“ Dazu kommt die Sorge, dass man sich bestimmte

Dinge nicht leisten kann. Dauerstress fördere Krankheiten. „Sie sehen also, dass Bildung ein wichtiger Punkt ist, den wir unbedingt auf dem Schirm haben müssen. Daran denkt man bei dem Wort Gesundheit oder Gesundheitsförderung erstmal gar nicht“, sagt die Ärztin.

## „Es geht nicht darum, Äpfel zu verteilen“

Bals, Junghans und Jaehn sind dabei auszutüfteln, wo und wie man Menschen mit welchen Aspekten der Gesundheitsförderung erreichen kann. Absprachen müssen getroffen werden, damit sich Angebote nicht doppeln. Und damit sie nachhaltig sind. „Es geht nicht darum, bei einer einmaligen Aktion auf einem Marktplatz Äpfel zu verteilen oder ein Lauftraining für übergewichtige Kinder und Jugendliche anzubieten. Es geht darum, mit einem Projekt oder Vorhaben möglichst viele zu erreichen. Wir müssen Hilfe zur Selbsthilfe etablieren. Und unsere Angebote müssen sich selbstständig.“

Ein gutes Beispiel dafür ist der Liebeslebenkoffer von der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung. Ein Koffer für Schulen mit interaktiven Lehrmaterialien zum Thema sexuelle Gesundheit. Wenn eine Schule einen solchen Koffer haben möchte, müssen sich zwei Lehrer auf dem Bereich fortbilden. „Wir gehören zum qualifizierten Trainerteam“, sagt Bals. „40 Lehrer haben wir gerade in Speyer geschult und damit erreicht, dass sexuelle Aufklärung und Gesundheit Thema in den Schulen wird“, erklärt Bals. Wichtig warum? Sexuell übertragbare Erkrankungen sind der Ärztin zufolge auf dem Vormarsch, die Meldung von Infektionen wie Syphilis, Tripper, Hepatitis B und C steigen. Einige Gründe dafür sind mangelndes Wissen über die Übertragungswege sowie die Angst vor sozialer Ausgrenzung und Schamgefühle.

Menschen zu informieren, wie sie ihre Gesundheit verbessern können – das sind wir beim Ausgangspunkt, was Gesundheitsförderung auch erreichen will. „Das mit dem Liebeslebenkoffer ist ein griffiges Thema. Ein Projekt, das sich recht einfach umsetzen lässt“, sagt Bals. Sie und ihr Team wollen aber auch die großen Themen Bildung, Armut und Lebensbedingungen angehen. Die Ärmel bleiben also weiter hochgekrempelt.