



Medienmitteilung

## Wie Dr. Google unsere Gesundheitskompetenz verändert

Bern, 30. Januar 2020. Eine ausgewogene Ernährung, genügend Schlaf und Bewegung wirken sich positiv auf unsere Gesundheit aus. Aber wie ist es mit Schoggi? Macht der Genuss glücklich oder übergewichtig oder beides? Um solche Fragen beantworten zu können, braucht es Gesundheitskompetenz. Wie man diese Fähigkeit in Zeiten der Digitalisierung stärkt, hat die Gesundheitsförderung Schweiz im Rahmen einer nationalen Konferenz mit namhaften Expertinnen und Experten sowie rund 500 Teilnehmenden in Bern erörtert\*.

Gesundheitskompetenz hat, wer im Alltag Entscheidungen treffen kann, die sich positiv auf die eigene Gesundheit auswirken. Dazu braucht es Wissen beziehungsweise die Fähigkeit, relevante Gesundheitsinformationen zu finden, sie zu verstehen, zu beurteilen und anzuwenden – unabhängig davon, ob es darum geht, gesund zu bleiben, Krankheiten vorzubeugen oder auch mit bestehenden Krankheiten besser umzugehen.

Gesundheitliche Chancengleichheit setzt voraus, dass dieses Wissen allen Bevölkerungsgruppen gleichermaßen zugänglich ist. Dies ist heute nicht immer der Fall – mit teilweise negativen Folgen für den Einzelnen und für die Allgemeinheit. Dank der Digitalisierung ergeben sich neue Möglichkeiten, viele Menschen gezielt anzusprechen.

### Gute Informationen helfen bei der Qualitätskontrolle

Wenn es irgendwo zwickt und zwackt, wenden sich viele Betroffene zuerst an «Dr. Google». Schrittzähler oder ausgeklügelte Glukoseüberwachungstools für Diabetiker sind für viele bereits Alltag. Das hat Vor- und Nachteile: Digitale Information und Unterstützung können hilfreich sein, aber auch verunsichern oder sogar schädlich sein. Überall werden gigantische Mengen an Nutzerdaten gesammelt, in der Regel stehen hinter den Angeboten geschäftliche Interessen.

Digitalisierung ist für die Gesundheitskompetenz sowohl Fluch als auch Segen. Deshalb braucht es Expertinnen und Experten, die sich kritisch mit dem Thema auseinandersetzen. Ziel ist es, dass wir alle zu einem angemessenen Umgang mit Gesundheitsinformationen und -daten in einer vernetzten Welt befähigt werden. Dazu leisten mehrere Projekte, die von Gesundheitsförderung Schweiz im Bereich «Digitale Gesundheitskompetenz» unterstützt werden, einen wichtigen Beitrag.

Die Bedeutung einer digital kompetenten Bevölkerung betont auch der Luzerner Ständerat Damian Müller in dem an der Konferenz geführten politischen Interview: «Wichtig ist, den Menschen die Vorteile der Digitalisierung im Gesundheitswesen aufzuzeigen. Es geht ja nicht darum, einfach möglichst viele Daten zu sammeln, sondern darum, dank den richtigen Daten schnellere, bessere und erst noch günstigere Diagnosen und Therapien zu bekommen.»

### Ein gutes Zusammenspiel von analog und digital verspricht den grössten Erfolg

Digitale Angebote haben häufig ein spielerisches Element, was ihre Attraktivität ausmacht. In der Prävention braucht es aber nach wie vor die Verbindung mit analogen Aktivitäten. Ein erfolgreiches Beispiel ist die Aktion «Luzern geht gern», die im Kanton Luzern in den Jahren 2012, 2013 und 2015 mit Schrittzählern zu mehr Bewegung animierte. «Mittlerweile hat es sich in breiten Kreisen

der Bevölkerung etabliert, auf dem Natel zu überprüfen, wie viele Schritte man am Tag zurückgelegt hat. Die Digitalisierung birgt grosses Potenzial in Bezug auf die Förderung der individuellen Gesundheitskompetenz», sagt Guido Graf, Stiftungsratspräsident von Gesundheitsförderung Schweiz und Gesundheits- und Sozialdirektor des Kantons Luzern in seiner Eröffnungsrede.

Die Stärkung der Gesundheitskompetenz bleibt ein Leben lang ein wichtiges Thema. Gerade ältere Menschen stehen oft vor schwierigen Entscheidungen bezüglich ihrer eigenen Gesundheit. Von den vielseitigen digitalen Möglichkeiten der Gesundheitsförderung könnte diese Bevölkerungsgruppe sehr profitieren. Diese zu erreichen ist jedoch anspruchsvoller als an Kinder und Jugendliche zu gelangen. Grund ist die enorme Heterogenität.

Zu diesem Thema präsentierte Pro Senectute Schweiz an der Konferenz die aktuell laufende Studie «Digitale Senioren 2020», die mit Fokus auf den Bereich Gesundheit und Prävention den Umgang von Menschen ab 65 mit Informations- und Kommunikationstechnologien untersucht. Wie erste Ergebnisse zeigen, setzt die ältere Wohnbevölkerung in Gesundheitsfragen noch immer stark auf klassische Informationskanäle - und dies, obwohl auch für Menschen in hohem Alter die digitalen Kanäle immer wichtiger werden. So verfügen heute bereits rund 70 Prozent über ein Smartphone, das sind mehr als doppelt so viele wie noch vor fünf Jahren.

Digitale Kommunikation allein führt aber nicht zum Ziel. Oder wie Yvonne Gilli, Panelteilnehmerin an der 21. Nationalen Gesundheitsförderungs-Konferenz und Mitglied des Zentralvorstands FMH richtigerweise betont: «Auch das beste elektronische Hilfsmittel wird eines nie ersetzen können: das persönliche Gespräch, das ich mit meinen Patientinnen und Patienten führe.»

Die Resultate der von Gesundheitsförderung Schweiz unterstützten Studie, die im Frühjahr 2020 veröffentlicht wird, sollen dazu genutzt werden, die Angebote zur Gesundheitsförderung künftig noch besser auf die Zielgruppe der älteren Menschen auszurichten.

«Digitale Senioren 2020» ist die Folgestudie zu den 2010 und 2015 erschienenen Studien «Digitale Senioren» von Pro Senectute Schweiz und der Universität Zürich zur Internet-Nutzung im Alter in der Schweiz und wird von Gesundheitsförderung Schweiz mitunterstützt.

## **Der Mensch im Mittelpunkt der Digitalisierung**

Die Erwartungen an Digitalisierungsprojekte sind hoch, denn sie sollen mithelfen, die Gesundheitskosten zu stabilisieren oder zu senken. Das zeigt sich am Beispiel des Elektronischen Patientendossiers (EPD), das ab Frühling 2020 schrittweise eingeführt und massgeblich von der Tagungspartnerin eHealth Suisse koordiniert und ermöglicht wird. Ziel des EPD ist es, dass die Bevölkerung dank der Anwendung des EPD für sich einen spürbaren Nutzen ohne Nachteile erkennt. Langfristig sollen damit auch die Gesundheitskompetenz gesteigert und die Prävention in der Schweiz unterstützt werden.

\*Die 21. [Nationale Gesundheitsförderungs-Konferenz](#) trug den Titel «Technologiewandel in der Gesundheitsförderung – Kompetenzen im Alltag stärken». Sie fand am Donnerstag, 30. Januar 2020, im Kursaal Bern statt und wurde von Gesundheitsförderung Schweiz unter partnerschaftlicher Mitwirkung der Schweizerischen Konferenz der kantonalen Gesundheitsdirektorinnen und -direktoren sowie in Kooperation mit eHealth Suisse, der Kompetenz- und Koordinationsstelle von Bund und Kantonen für die Digitalisierung im Gesundheitswesen, organisiert.

## **Weitere Informationen**

Für weitere Auskünfte oder Fragen steht Ihnen die Medienstelle von Gesundheitsförderung Schweiz per E-Mail [medien\(at\)gesundheitsfoerderung.ch](mailto:medien(at)gesundheitsfoerderung.ch) oder unter der Telefonnummer 031 350 04 04 zur Verfügung.

## **Gesundheitsförderung Schweiz**

Gesundheitsförderung Schweiz ist eine Stiftung, die von Kantonen und Versicherern getragen wird. Mit gesetzlichem Auftrag initiiert, koordiniert und evaluiert sie Massnahmen zur Förderung der Gesundheit (Krankenversicherungsgesetz, Art. 19). Die Stiftung unterliegt der Kontrolle des Bundes. Oberstes Entscheidungsorgan ist der Stiftungsrat. Die Geschäftsstelle besteht aus Büros in Bern und Lausanne. Jede Person in der Schweiz leistet einen monatlichen Beitrag von 40 Rappen zugunsten von Gesundheitsförderung Schweiz, der von den Krankenversicherern eingezogen wird.

[www.gesundheitsfoerderung.ch](http://www.gesundheitsfoerderung.ch)