

## Verhaltensprävention: Guter Wille alleine reicht nicht \*

**Autoren:** Gerd Marstedt, Rolf Rosenbrock

**Schlüsselworte:** : Prävention, Primärprävention, Gesundheitsverhalten, gesunder Lebensstil

### Zusammenfassung

**Hintergrund und Fragestellung:** Welche Bedeutung hat das individuelle Gesundheitsverhalten in der Wahrnehmung der Bevölkerung im Vergleich zu anderen Faktoren für die Lebenserwartung? Gibt es nach den in Deutschland umfassenden Interventionen im Bereich „Rauchen“ jetzt eine gewisse „Präventionsmüdigkeit“? Wie schwer oder leicht fällt eine Änderung des Gesundheitsverhaltens, wer ist erfolgreich, wer nicht? Welche Rolle können Ärzte im Bereich der Prävention spielen, sind sie in der Wahrnehmung der Bevölkerung dazu kompetent?

**Methode:** Datenbasis sind etwa 1.500 Befragungsteilnehmer des Gesundheitsmonitor, Erhebung im Herbst 2008; bivariate (Kreuztabellen) und multivariate Analysemethoden (logistische Regression).

**Ergebnisse:** Das individuelle Gesundheitsverhalten, gilt bei der Bevölkerung heute als Risikofaktor „Nummer Eins“ für die Lebenserwartung, kaum wahrgenommen wird der Einfluss von Bildung oder sozioökonomischem Status.. Auffällig ist weiterhin eine große Diskrepanz zwischen Bemühungen zur Änderung des Gesundheitsverhaltens einerseits und Erfolgsmeldungen andererseits: Bei der Umsetzung sind jeweils nur ein Viertel bis ein Drittel erfolgreich. Prävention wird nicht als ärztliche Funktion wahrgenommen – dies basiert auf Vermutungen und Vorurteilen.

**Schlussfolgerungen:** Die Kluft zwischen Wollen und Können auf individueller Ebene findet eine Parallele auf Seiten der Präventionsinitiativen in der Politik, bei Verbänden und Medien in Form einer Diskrepanz zwischen Präventionsmaximen einerseits und praktikablen Umsetzungskonzepten andererseits. Es wird, zu viel gesundheitsbewusstes Verhalten gepredigt und zu wenig demonstriert, wie es (erfolgreich) geht. Damit werden vielfältige Präventionspotenziale in der Bevölkerung gar nicht ausgeschöpft oder werden in Bahnen gelenkt, bei denen Frustration und Misserfolg fast vorhersehbar sind.

\* Erschienen in: Jan Böcken, Bernard Braun und Juliane Landmann (Hrsg.): Gesundheitsmonitor 2009. Gesundheitsversorgung und Gestaltungsoptionen aus der Perspektive der Bevölkerung. Verlag Bertelsmann Stiftung. Gütersloh 2009 (S. 12 – 37).