



# Leicht Lesen in der Gesundheitsvorsorge

---

Kerstin Matausch-Mahr

E-Mail: [kerstin.matausch@ki-i.at](mailto:kerstin.matausch@ki-i.at)

Telefon: 0732 / 24 68 – 37 78

IKT-Forum 2015: Vortrag am 8. Juli 2015

# Health Literacy - Gesundheitskompetenz

- ❖ Gesundheitskompetenz ist die Fähigkeit des Einzelnen, im täglichen Leben Entscheidungen zu treffen, die sich positiv auf die Gesundheit auswirken – zu Hause, in der Gesellschaft, am Arbeitsplatz, im Gesundheitssystem, im Markt und auf politischer Ebene.
- ❖ Gesundheitskompetenz ermächtigt Personen zur Selbstbestimmung und zur Übernahme von Gestaltungs- und Entscheidungsfreiheit bezüglich ihrer Gesundheit. Sie verbessert die Fähigkeit, Gesundheitsinformationen zu finden, zu verstehen und Verantwortung für die eigene Gesundheit zu übernehmen.

Quelle: Ilona Kickbusch

# Gesundheitskompetenz

Ich treffe gute Entscheidungen  
für meine Gesundheit:

- ▣ zuhause,
- ▣ bei der Arbeit,
- ▣ im Zusammensein mit Anderen,
- ▣ bei Untersuchungen und Therapien,
- ▣ bei meinen Einkäufen,
- ▣ bei politischen Wahlen.

# Gesundheitskompetenz

- ▮ Ich bestimme selbst über meine Gesundheit.
- ▮ Wenn ich die Wahl habe, entscheide ich mich für die gesunde Möglichkeit.
- ▮ Ich finde und verstehe wichtige Informationen für meine Gesundheit.
- ▮ Ich übernehme die Verantwortung für meine Gesundheit.

# Gesundheitskompetenz: 3 Ebenen

**Ebene 1: Funktionale Gesundheitskompetenz**  
lesen und schreiben,  
Informationen beschaffen und verstehen

Quelle: Büro für arbeits- und sozialpolitische Studien, Bern, 2006

# Um welche Informationen geht es?

- ❖ Erfahrungen anderer Menschen
- ❖ Versicherungsverträge
- ❖ Orientierung und Formulare
- ❖ Ärztliche Anweisungen
- ❖ Vorsorgemöglichkeiten
- ❖ Gesundheitssystem

Quelle: Büro für arbeits- und sozialpolitische Studien, Bern, 2006

# Gesundheitskompetenz: 3 Ebenen

**Ebene 2: Interaktive Gesundheitskompetenz**  
verstehen und kommunizieren,  
Informationen sammeln, interpretieren, anwenden

**Ebene 1: Funktionale Gesundheitskompetenz**  
lesen und schreiben,  
Informationen beschaffen und verstehen

Quelle: Büro für arbeits- und sozialpolitische Studien, Bern, 2006

# Informationen anwenden

- ❗ „One apple a day keeps the doctor away.“
- ❗ Übertragbarkeit auf andere Menschen?
- ❗ Übertragbarkeit auf andere Situationen?



# Gesundheitskompetenz: 3 Ebenen

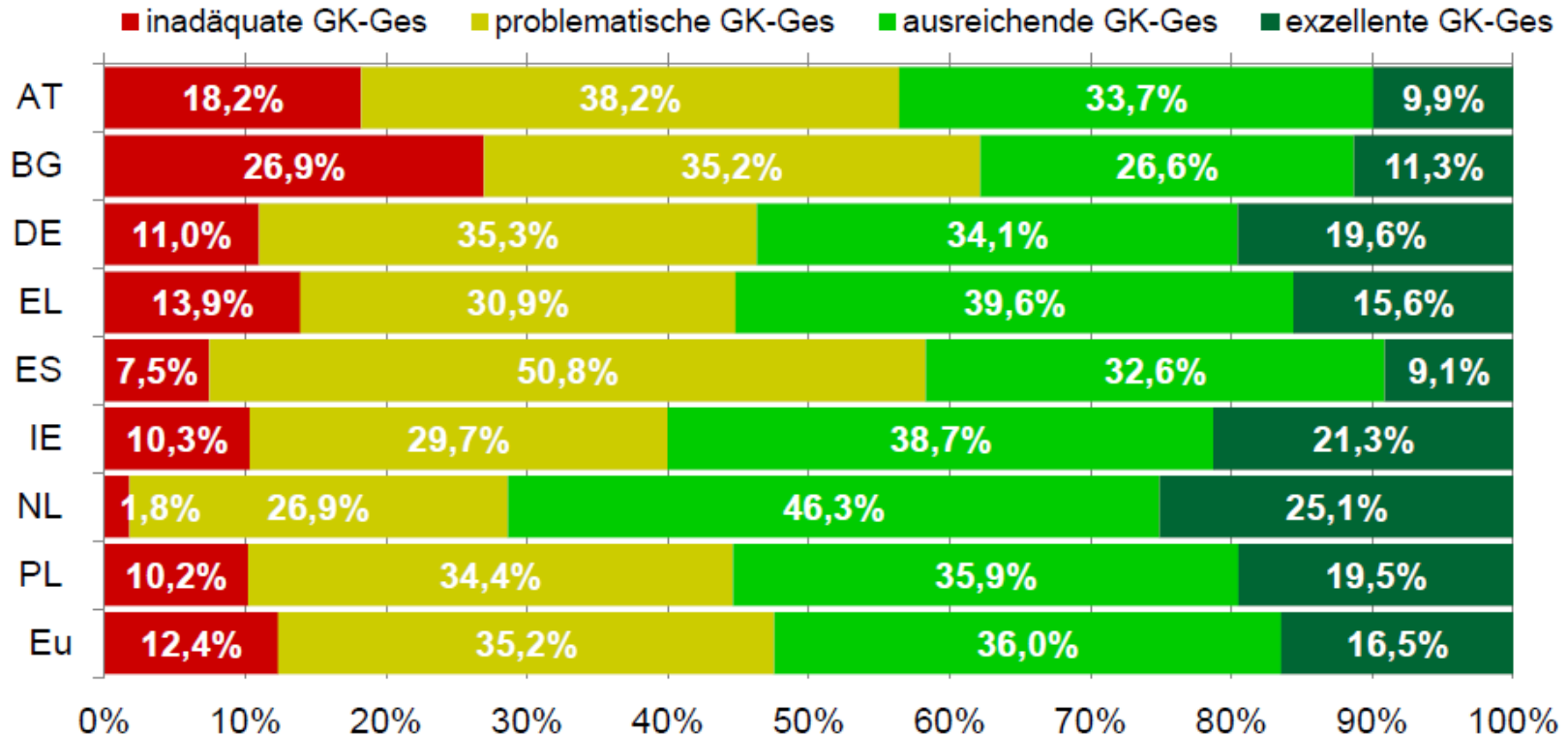
**Ebene 3: Kritische Gesundheitskompetenz**  
verstehen und kommunizieren,  
kritisch analysieren, kontrollieren

**Ebene 2: Interaktive Gesundheitskompetenz**  
verstehen und kommunizieren,  
Informationen sammeln, interpretieren, anwenden

**Ebene 1: Funktionale Gesundheitskompetenz**  
lesen und schreiben,  
Informationen beschaffen und verstehen

Quelle: Büro für arbeits- und sozialpolitische Studien, Bern, 2006

# Gesundheitskompetenz in Europa



AT[N=979] BG[N=925] DE (NRW)[N=1045] EL[N=998] ES[N=974] IE[N=959] NL[N=993] PL[N=921] Eu [N=7795]

Quelle: Pelikan et al. (2012) Gesundheitskompetenz in Österreich im internationalen Vergleich, Wien

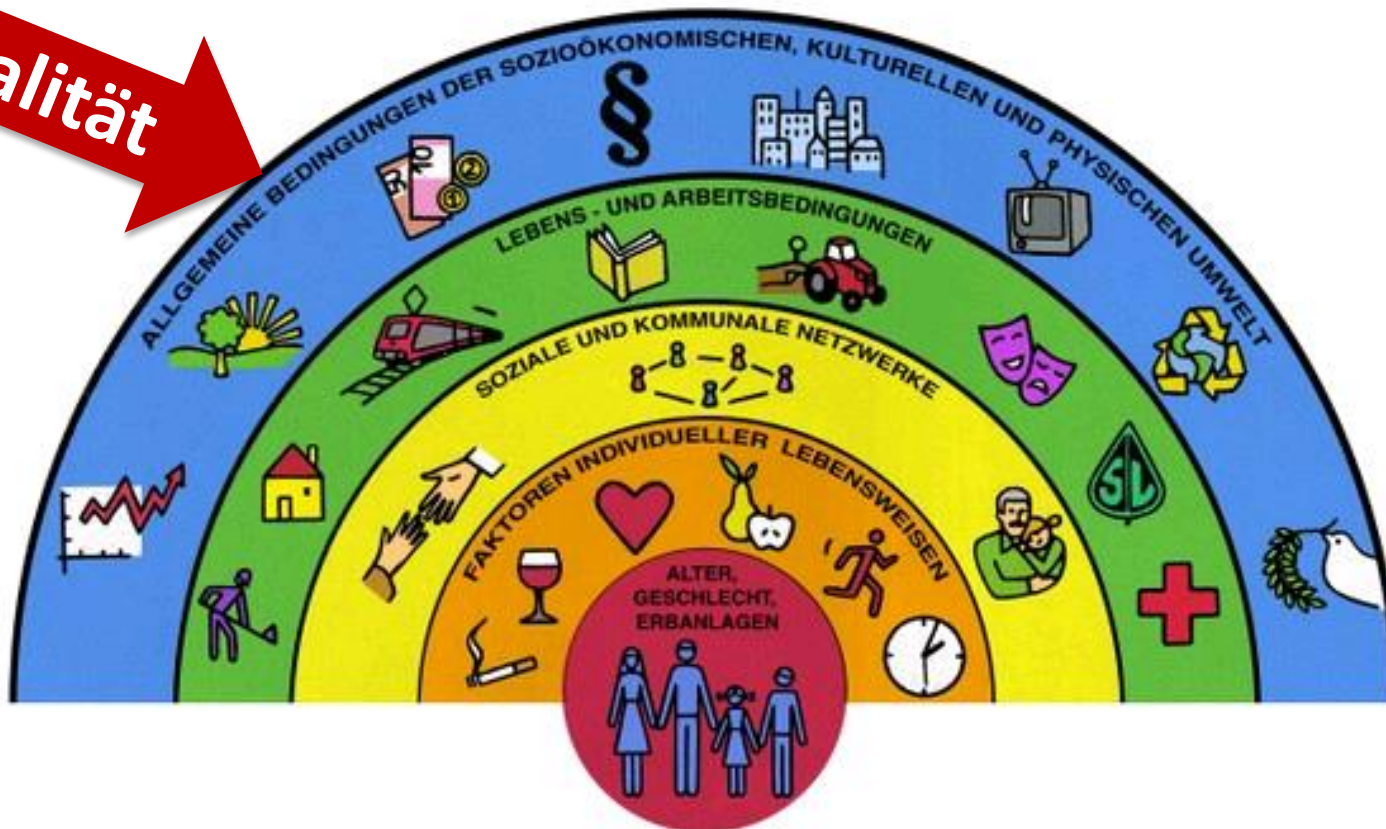
# Was das kostet!

- ❖ 3 % der Gesundheitskosten gehen auf fehlende Gesundheitskompetenzen zurück.
  - 9 Milliarden in Deutschland (gesamt 300 Milliarden)
  - 1 Milliarde in Österreich (gesamt 34 Milliarden)

Quelle: Büro für arbeits- und sozialpolitische Studien, Bern, 2006

# Gesundheitsdeterminanten

Literalität



Quelle: Dahlgren & Whitehead, 1991. Darstellung Fonds Gesundes Österreich.

# Gesundheitskompetenz wirkt

- Auf den Eintrittspunkt in Gesundheitssystem
  - Auf das Verhalten im System
  - Auf das Ergebnis
- 
- Informierte Entscheidungsfindung
  - Orientierung im System
  - Umgang mit Krankheit - Selbstmanagement

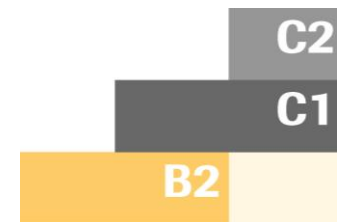
# Gesundheitskompetenz wirkt

- ▣ Verstärkte Nutzung der gesundheitsfördernden Angebote - Reduktion der Behandlungskosten
- ▣ Bessere Gesundheitsversorgung, weil Kommunikationsprobleme reduziert oder sogar vermieden werden

# Beispiele aus der Praxis

# Vorbeugung von Herz-Kreislaufkrankheiten

Gerade die Kombination von oralen Kontrazeptiva (Pille) und Rauchen kann das Risiko bei jungen Frauen für Beinvenenthrombosen, Schlaganfall und Herzinfarkt drastisch steigern.





# Anti-Baby-Pille und rauchen



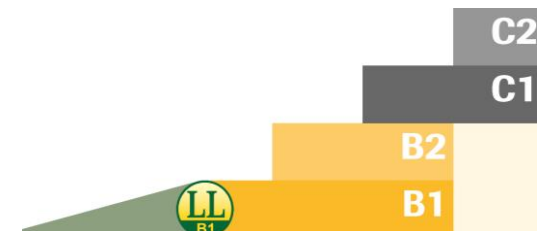
Rauchen und die Anti-Baby-Pille vertragen sich gar nicht gut. Beides zusammen kann zu Verengungen in den Beinarterien, Schlaganfall oder Herzinfarkt führen.

**Gesund sein!  
Gesund bleiben!**

Herz-Kreislauf-Erkrankungen vorbeugen



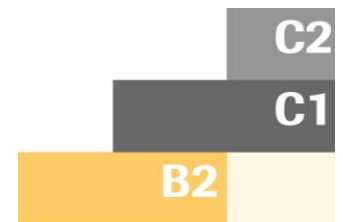
Quelle: [NÖGKK, Gesund sein! Gesund bleiben!](#)



# Thema: „Der mündige Patient“

## Schwerpunkt Arzt-Patienten-Gespräch

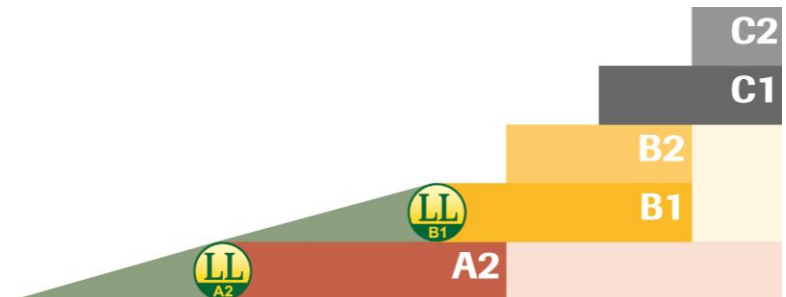
Eine relative Kontraindikation spricht gegen eine bestimmte Medikation, lässt sie aber zu, wenn sie im konkreten Einzelfall voraussichtlich mehr nützt als schadet.



# Die Nebenwirkungen



Manche Menschen vertragen bestimmte Medikamente nicht. Sie bekommen zum Beispiel Ausschlag oder es wird ihnen schwindlig. Manchmal kann das sogar lebensgefährlich sein. Diese Menschen dürfen deshalb bestimmte Medikamente nicht nehmen.



# Die Nebenwirkungen

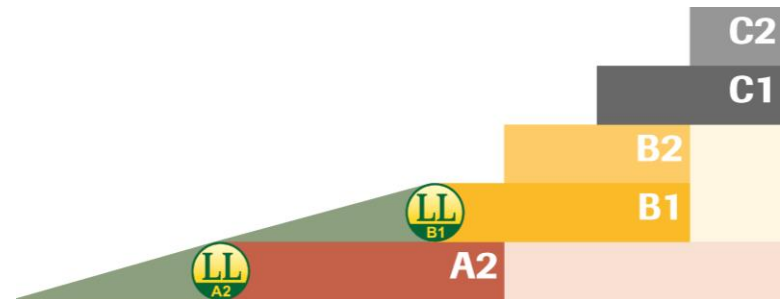


Aber manchmal haben diese Menschen eine Krankheit, bei der genau das Medikament gut hilft, das sie nicht vertragen. Sie dürfen das Medikament in diesem Fall nehmen, wenn es nicht gefährlich für sie ist.

Quelle:  
Amt der NÖ Landesregierung,  
Abteilung Soziales,  
Kompetent als Patientin oder Patient

# Beipackzettel Aspirin

- ❗ Nicht öffentlich
- ❗ Auf Anfrage wird Einsicht gewährt
- ❗ Eigentümer der Übersetzung:  
KI-I, capito Oberösterreich



# Weitere Beispiele aus Deutschland



Quelle:  
capito Bodensee  
OWB – Oberschwäbische Werkstätten  
gem. GmbH  
[capito.eu – Shop – Zusatzstoffe und  
Allergene einfach erklärt](http://capito.eu)

# Weitere Beispiele aus Deutschland



MATERIAL LEICHTE SPRACHE BERATUNG FÜR HÖRGESCHÄDIGTE GEBÄRDENSPRACHE SITEMAP DATENSCHUTZ II

**Beratung & Geburt**  
VERTRAULICH

**Schwanger und keiner darf es erfahren? Wir helfen.**

☎ 0800 40 40 020

🏠 | ANONYME BERATUNG | VERTRAULICHE GEBURT | GESCHICHTEN, DIE MUT MACHEN | WEITERE HILFEN

| ONLINE BERATUNG

**Herzlich willkommen**

Herzlich willkommen auf unserer Internet-Seite [www.geburt-vertraulich.de](http://www.geburt-vertraulich.de)

Sie sind schwanger?  
Und niemand soll das wissen?  
Dann sind Sie bei uns richtig.  
Dann ist die vertrauliche Geburt gut für Sie.  
Wir beraten Sie anonym.

Anonym bedeutet:  
Wir beraten Sie vor und nach der Geburt vertraulich. Was Sie uns sagen, sagen wir niemandem weiter.  
Wir helfen Ihnen, einen Weg aus Ihrem Konflikt zu finden.  
Gemeinsam suchen wir nach einer guten Lösung für Ihre Situation.

Vertrauliche Geburt bedeutet:  
Wir helfen Ihnen,  
Ihr Kind sicher zur Welt zu bringen.



Quelle:  
Bundesministerium für Familie,  
Senioren, Frauen und Jugend  
[www.geburt-vertraulich.de](http://www.geburt-vertraulich.de)

# Weitere Beispiele aus Deutschland



**ANE Elternbriefe**  
Arbeitskreis Neue Erziehung e.V. in leichter Sprache 1

**Herzlichen Glückwunsch zu Ihrem Baby!**

Endlich ist Ihr Baby da.  
Ein aufregendes Jahr liegt vor Ihnen.  
Ihr Baby entwickelt sich ständig. Jeden Tag gibt es etwas Neues.  
Und auch Sie entwickeln sich.  
Sie haben eine neue Verantwortung.  
Gehen Sie die vielen Veränderungen in Ruhe an.  
Wir möchten Ihnen einige Tipps und Informationen geben.  
Wir sind der Verein Arbeitskreis Neue Erziehung.  
Die Abkürzung für den Verein ist ANE.  
Gemeinsam mit jungen Eltern haben wir die Briefe in leicht verständlicher Sprache geschrieben.  
Wir möchten Sie und Ihr Baby begrüßen.  
Manche Wörter sind im Text unterstrichen.  
Zum Beispiel das Wort Hebamme. Sie werden im Internet unter [www.a4k.de/leichte-sprache/woerterbuch](http://www.a4k.de/leichte-sprache/woerterbuch) erklärt.



Quelle:  
Arbeitskreis Neue Erziehung e.V.,  
Elternbriefe

[Wörterbuch zu den Elternbriefen](#)



# Weitere Beispiele aus Deutschland



Quelle:

BKK VBU Berlin,

Sind Sie schwanger?

Trinken Sie keinen Alkohol!

# Wie kann es gelingen?

- Mehr Programme, weniger Projekte
- Einbeziehen der Zielgruppen
- Bessere Kommunikationskompetenz
- Zielgruppengerechte Information

# Ziele

Zum Beispiel

- ▮ Höhere Kompetenz in der Gesellschaft
- ▮ Mehr Lebensqualität



Danke für Ihre Aufmerksamkeit

---