

## Warum Prävention

Unter gesundheitlicher Prävention versteht man Vorbeugung, die darauf abzielt, Krankheiten oder eine Verschlechterung des Gesundheitszustandes zu vermeiden. Während Therapie im Rahmen ambulanter und/oder stationärer Heilbehandlung immer erst einsetzt, wenn ein gesundheitlicher Schaden eingetreten ist, soll Prävention Krankheiten verhindern. Die gesetzlichen Krankenkassen bieten Ihren Versicherten verschiedene Möglichkeiten der Inanspruchnahme von Präventionsangeboten an. Wohnortnahe oder aber auch solche, die im Zuge von Präventionsreisen wahrgenommen werden können. Bezogen auf die Höhe der Bezuschussung der Kursangebote besteht dabei für die Krankenkassen finanziell kein Unterschied.

Ein Großteil der gesetzlichen Krankenkassen bieten daher Präventionsprogramme an und fördern diese finanziell. Das Ziel dieser Programme ist es, den Versicherten der Krankenkassen Anregungen zu einem bewussten und damit auch nachhaltig gesünderen Lebensstil zu vermitteln bevor es zu, die eigene Gesundheit beeinträchtigenden, chronischen und damit verbunden negativen gesundheitlichen Entwicklungen kommt. Darüber hinaus wollen wir Sie mit unseren attraktiven Präventionsreisen (95% unserer Reiseziele befinden sich in Deutschland) dazu animieren das Erlernte nach Ihrem Aufenthalt selbstständig oder unter professioneller Anleitung weiter fortzuführen. Unsere Kursangebote und deren Bezuschussung sind gesetzlich geregelt und unterliegen einem strengen Qualitätsmanagement. Sie beziehen sich auf Maßnahmen zur Primärprävention, die ein abgestimmtes Gesundheitsförderungsprogramm im Sinne des § 20 Absatz 1 und 2 SGB V beinhalten.

Mit Präventionsreisen erreichen Krankenkassen übrigens weitaus mehr Versicherte als mit wohnortnahen Präventionskursen. So liegt z.B. der Anteil von Männern bei lokalen also wohnortnahen Präventionskursen bei lediglich 20%. Bei Präventionsreisen hingegen bei 45%. Dabei investieren die Versicherten bei der Inanspruchnahme von Präventionsreisen in ihre persönliche Gesundheitsvorsorge und entsprechen damit schon heute einem Ziel der zukünftigen Gesundheitspolitik, nämlich die Eigenverantwortung der Menschen für die eigene Gesundheit zu stärken. Die Krankenkasse bezahlt nämlich nur die Präventionskurse und das auch nur dann, wenn die Kurse von qualifizierten Therapeuten durchgeführt und die Teilnahme des Versicherten nachgewiesen wird. Der Teilnehmer verpflichtet sich hierbei mindestens 80% des Kursprogramms zu absolvieren. Bei Präventionsreisen tendiert die Kursabbruchsquote übrigens gegen NULL wohingegen bei wohnortnahen Präventionskursen viele Kurse, u.a. wegen Teilnehmerschwund im Kursverlauf abgebrochen werden (müssen).

Es gibt natürlich auch immer wieder kritische Stimmen, die die Bezuschussung von Präventionsangeboten in Frage stellen wollen. Vertreter von Ärzteverbänden merken in letzter Zeit immer wieder an, die "Patienten" würden vor Antritt ihrer Präventionsreise keine ärztliche Voruntersuchung in Anspruch nehmen. Das macht auch keinen Sinn, denn Ziel der Prävention ist es nicht Krankheiten zu heilen sondern gesunde Menschen (ein gesunder Mensch ist kein Patient) gesund zu erhalten. Wozu also eine ärztliche Voruntersuchung für Nicht-Patienten, die den Krankenkassen nur Geld kostet?

Gerne weisen dieselben Interessensgruppen auch immer wieder darauf hin, dass ein Verzicht der Bezuschussung von Präventionsprogrammen die knappen Kassen entlasten und dem sinkenden Einkommen der Ärzte entgegenwirken würde. Seriöse Untersuchungen belegen aber, dass dies angesichts von 400.000 in Deutschland niedergelassenen Medizinerinnen und Gesamtausgaben der Krankenkassen in Höhe von 21 Milliarden Euro pro Jahr definitiv nicht der Fall ist. Ein Verzicht der Präventionsreisangebote würde vielen Menschen die Chance nehmen, aktiv etwas für ihre eigene Gesundheit zu tun, um möglichst nicht krank zu werden. Die bekannte Unternehmensberatung Roland Berger hat im Zuge einer Untersuchung zum Thema Präventionsreisen festgestellt: "Die Förderung der Präventionsangebote im Vergleich zu den Gesamtausgaben der gesetzlichen Krankenkassen stellt eine recht bescheidene Größe dar. Außerdem erfüllen sinnvolle Gesundheitsreisen ihren Zweck, weil sie tatsächlich gesundheitsfördernd wirken und damit langfristig die Kosten senken."

Unsere Präventionsprogramme sind so gestaltet, dass Ihnen neben den Kursen dennoch Zeit bleibt auch einmal "Ihre Seele baumeln zu lassen." Auch das ist Teil der Prävention. Aktiv entspannen und sich erholen. Zudem entsprechen fast alle unsere Präventionsangebote schon heute den Kriterien und Standards von morgen. Diese besagen, dass alle Kursanbieter spätestens ab dem 01.01.2009 in der zentralen "easy Kursdatenbank" des BKK Bundesverbandes registriert sein müssen. Die Richtlinien unserer Präventionsprogramme, den gesetzlichen Leitfadens zur Prävention und die Entscheidungshilfe zu den Kursen, Angeboten und Ausbildungsrundlagen finden Sie übrigens gleich hier im Anschluss an unsere Einleitung zu diesem Thema.

Ihren Katalog (zum herunterladen als pdf) sowie eine Übersicht aller Angebote finden Sie nach Eintritt in den Bereich Ihrer persönlichen Krankenkasse. Klicken Sie einfach auf Ihre Krankenkasse und schon geht's los. Von dort gelangen Sie bei Bedarf auch unmittelbar auf die Website Ihrer Krankenkasse. Viel Erfolg, Spaß, einen schönen Aufenthalt und interessante Tage wünschen Ihnen schon heute