

Gesundheitskompetenz

JONAS SCHMIDT, MASTERSTUDENT HUMANMEDIZIN

WAS IST GESUNDHEITSKOMPETENZ (HEALTH LITERACY)?

WIE KANN GESUNDHEITSKOMPETENZ ERHOBEN WERDEN?

Inhalt

- Begriffsdefinition
- Dimensionen der GK
- Relevanz

- Erhebungsinstrumente
- Kennzahlen der individuellen GK
- Ergebnisse einer Erhebung

Nachfrage im Bekanntenkreis

- + Wissen über eigenen Gesundheitszustand ...
- + Verbesserung der Gesundheit ...
- + aufgeklärt sein über Krankheiten ...
- + richtige Medikamenteneinnahme ...
- + über Konsequenzen von Erkrankungen Bescheid wissen ...

→ diffuser Begriff

Offizielle Definition

„Gesundheitskompetenz umfasst das Wissen, die Motivation und die Kompetenzen von Menschen in Bezug darauf, relevante Gesundheitsinformationen in unterschiedlicher Form zu **finden, zu verstehen, zu beurteilen und anzuwenden**, um im Alltag in den Bereichen der **Krankheitsbewältigung, der Krankheitsprävention und der Gesundheitsförderung** Urteile fällen und Entscheidungen treffen zu können, die die Lebensqualität im gesamten Lebensverlauf erhalten oder verbessern.“

- Sørensen et al.

VIER DIMENSIONEN

- Finden
- Verstehen
- Beurteilen
- Anwenden

DREI DOMÄNEN

- Gesundheitsförderung
- Prävention
- Krankheitsbewältigung

Finden

- Beipackzettel lesen
- Notruf wählen
- Arzt/Ärztin aufsuchen
- Informationen im Internet finden

Verstehen

- Was hat der Arzt/die Ärztin eigentlich gesagt?
- Lesefähigkeit, Textverständnis
- medizinische Begriffe
- Sprachbarriere
- Warum ist Bewegung wichtig?

Beurteilen

- Ist die Quelle glaubwürdig?
- Welche Konsequenzen hat meine Erkrankung?
- Nährwerte auf Lebensmittel interpretieren
- Muss ich in die Ambulanz oder soll ich zum Hausarzt/zur Hausärztin?

Anwenden

- Empfehlungen des Arztes/der Ärztin umsetzen
- gesunde Ernährung
- Bewegung im Alltag
- Tabletten richtig einnehmen

Determinanten



Arten von GK

Allgemeine GK

Digitale GK

Kommunikations-
kompetenz

Navigationskompetenz

Impfentscheidungs-
kompetenz

Wer ist betroffen?

Niedrige GK ist nicht auf bestimmte Gruppen beschränkt, es gibt aber Risikogruppen:

- Personen mit geringerer formaler Bildung
- ältere Personen
- Personen mit geringerem Einkommen
- Personen mit begrenztem Sprachverständnis
- chronisch Kranke
- Personen mit Behinderungen

Relevanz

- 80% der Informationen eines Beratungsgesprächs werden wieder vergessen
- Nur 50% der Medikamente werden wie verschrieben eingenommen
- Medikamentenadhärenzrate noch niedriger bei symptomlosen Krankheiten
- Durchschnittlich zwei Fachausdrücke pro Minute während Beratungsgespräch

Auswirkungen verminderter GK

- höhere Mortalität und Morbidität unter Älteren
- höhere Hospitalisierungsrate, mehr Ambulanzbesuche
- geringere Inanspruchnahme von Präventionsangeboten
- geringere Fähigkeit, Instruktionen zu verstehen
- höhere Prävalenz an Depression
- schlechteres Outcome bei Diabetes und Herzinsuffizienz
- Hinweise auf vermehrte schädliche Verhaltensweisen (Drogen, Alkohol, Nikotin, sitzende Tätigkeiten)
- Gesundheitskosten

Erhebung der GK

Probleme:

- nicht objektiv messbar, Selbsteinschätzung
- welchen Fragebogen verwenden?
- Vergleichbarkeit
- persönlich, schriftlich, telefonisch, online

Fragebögen

- TOFHLA: funktionelle GK, Lesefähigkeit, Textverständnis
- REALM: Fachausdrücke, Lesefähigkeit
- Swiss Health Literacy
- NAAL: Lesefähigkeit

Nachteile: Fokus auf Lesefähigkeit, nicht gesamtes GK-Modell abgefragt

HLS-EU-Matrix

	Finden	Verstehen	Beurteilen	Anwenden
Gesundheitsförderung	1	2	3	4
Prävention	5	6	7	8
Krankheitsbewältigung	9	10	11	12

→ 12 Subdimensionen

Angepasste Fragebögen

- HLS-EU-Q47 (drei bis fünf Fragen pro Subdimension)

Nachteil: aufwändig

- HLS-EU-Q12 (je eine Frage pro Subdimension)

Vorteile: Erfüllung der 12-Punkte-Matrix, weniger Aufwand

Fragendesign

Auf einer Skala von sehr einfach bis sehr schwierig: Wie einfach ist es Ihrer Meinung nach ...

1. ...herauszufinden, wo Sie professionelle Hilfe erhalten, wenn Sie krank sind?

sehr einfach	einfach	schwierig	sehr schwierig
---------------------	----------------	------------------	-----------------------

2. ...zu verstehen, was in einem medizinischen Notfall zu tun ist?

3. ...Vor- und Nachteile von verschiedenen Behandlungsmöglichkeiten zu beurteilen?

...

Kennzahlen

GK-Score: Prozent der Fragen, welche mit einfach oder sehr einfach beantwortet wurden

- 0-100 Punkte
- für Individuen oder Gruppen berechenbar
- auch für Subdimensionen

Kompetenzlevels:

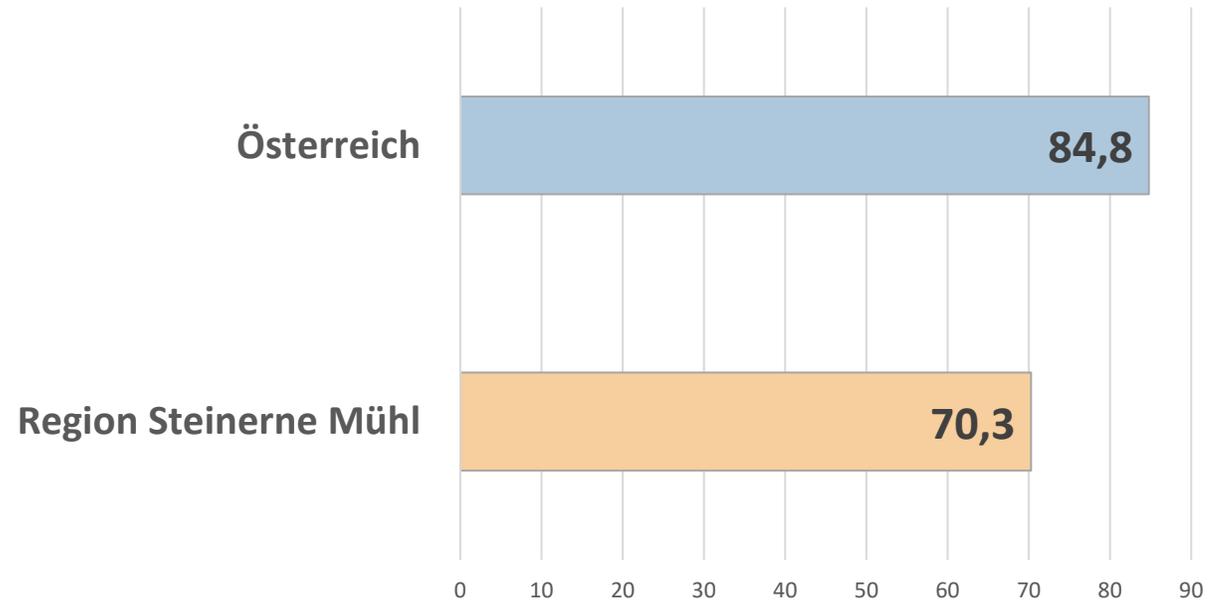
exzellent	ausreichend	problematisch	inadäquat
-----------	-------------	---------------	-----------

Beispiel einer Erhebung

- vier Gemeinden (Haslach, St. Oswald, Lichtenau, St. Stefan-Afiesl)
- Zielgruppe: alle erwachsenen Personen (ca. 3800 Personen)
- Fragebögen (HLS-Q12) mit Gemeindezeitung verschickt
- Onlineabstimmung ebenfalls möglich
- Abgabemöglichkeiten bei Spar, Gemeindeamt, PVZ

Ergebnisse

- 130 Teilnehmer/innen
- GK-Score:



Kompetenzlevels

