



**Sehr geehrte Damen und Herren,**

nachfolgend finden Sie die neuesten Informationen rund um die Themen Betriebliche Gesundheitsförderung, Prävention und Selbsthilfe.

Mit freundlichen Grüßen  
Ihr BKK-Newsletter-Team

**Unsere Meldungen:**

**Europäischer Pakt für Psychische Gesundheit und Wohlbefinden**

Eine hochrangige EU-Konferenz "Gemeinsam für Psychische Gesundheit und Wohlbefinden" fand am 13. Juni 2008 in Brüssel statt und begründete den "Europäischen Pakt für Psychische Gesundheit und Wohlbefinden". Sowohl die Konferenz als auch der Pakt folgten auf die Anhörung zum Grünbuch über psychische Gesundheit, das die EU-Kommission im Herbst 2005 vorgelegt hatte. [mehr...](#)

**Ältere verursachen 47 Prozent aller Krankheitskosten**

Fast die Hälfte der Kosten im Gesundheitswesen verursachen Patienten über 65 Jahre. 111,1 Milliarden Euro kosteten Behandlung, Prävention, Rehabilitation oder Pflege von Menschen jenseits der Pensionsgrenze im Jahr 2006. Das waren 47 Prozent aller Krankheitskosten des gesamten Jahres, wie das Statistische Bundesamt (Destatis) Wiesbaden mitteilte. [mehr...](#)

**Braucht es eine altersspezifische betriebliche Gesundheitsförderung? - Antworten in neuem IGA-Report**

"Gesund älter werden und arbeitsfähig bleiben" - das wünschen sich sicher alle Beschäftigten. Betriebliche Gesundheitsförderung ist ein Baustein, um dieses Ziel auch zu erreichen. Der IGA-Report 15 stellt Empfehlungen aus der Erwachsenenbildung für die betriebliche Gesundheitsförderung durch Bewegungs- und Stressbewältigungsmaßnahmen zusammen. Ergänzend wurden zwei Checklisten erstellt, die Planung, Organisation und Durchführung von Maßnahmen der betrieblichen Gesundheitsförderung speziell für ältere Beschäftigte erleichtern. Bestell- und Downloadmöglichkeit finden hier. [mehr...](#)

**Wenn der Kollege plötzlich seltsam wird**

Hinter jedem zehnten Fehltag am Arbeitsplatz steckt eine psychische Erkrankung. Vor allem die Leistungsträger zwischen 35 und 45 Jahren sind betroffen. Leidet ein Mitarbeiter unter Angstzuständen, sind Führungsqualitäten beim Chef gefragt. Das gelingt aber nur, wenn sich die Kranken auch eingestehen, dass sie überfordert sind. [mehr...](#)

**Weiterbildungs-Lehrgang in Betrieblichem Gesundheitsmanagement an der ETH Zürich**

Ab Oktober 2008 bis November 2009 findet an der ETH Zürich erstmals ein Weiterbildungs-Lehrgang in Betrieblichem Gesundheitsmanagement (BGM) statt, der mit einem Certificate of Advanced Studies abgeschlossen wird. [mehr...](#)

**Nikotinersatztherapie – Gewinn für aufhörwillige Raucher oder für die Pharmahersteller?**

Ob Nikotinplaster oder -kaugummi: Nikotinersatzmittel sind im Kommen. In der Werbung werden sie nicht nur als Angebot für aufhörwillige Raucher angepriesen, sondern auch als Nikotinschub zwischen zwei Zigaretten, wenn mal für kurze Zeit das Rauchen nicht möglich ist. Selbst in Fachbeiträgen wird immer wieder auf Studien verwiesen, nach denen erst die Kombination mit Nikotinersatzmitteln oder anderen Medikamenten die Tabakentwöhnung erfolgreich mache. Und nicht zuletzt viele Bemühungen, niedergelassene Ärzte für die Tabakentwöhnung zu gewinnen, stehen in engem Zusammenhang mit dem Ziel, die Nikotinersatztherapie zu verbreiten. Ist dies ein Erfolg versprechender Weg, mehr Raucher von ihrer Sucht zu befreien oder hilft es vor allem der Pharmaindustrie, einen neuen Markt zu erobern? [mehr...](#)

**Eiweiß dämpft «Jojo-Effekt» nach Gewichtsabnahme**

Wer nach einer Diät langfristig in Badehose oder Bikini passen möchte, sollte nach Empfehlung von Ernährungsexperten mehr Eiweiße essen. Sie seien besonders reichlich in Fleisch, Fisch, Eier, Käse und Quark enthalten. [mehr...](#)

**700 Gesundheitslotsen in 26 Städten - Migranten wird das deutsche Gesundheitssystem nähergebracht**

„Mit Migranten – Für Migranten“ (MiMi) ist Titel und Leitgedanke des bundesweit größten Migranten-Gesundheitsprojektes. Gemeinsam mit dem Ethno-Medizinischen Zentrum e. V. (EMZ) in Hannover hat der BKK Bundesverband im Jahr 2003 das Projekt ins Leben gerufen. Derzeit wird „MiMi“ in bereits 26 deutschen Städten angeboten, 13 weitere Städte folgen in Kürze, fünf Bundesländer fördern „MiMi“ zusätzlich in landeseigenen Projekten [mehr...](#)

**Tipps für Bücher und andere Medien:**

**Veranstaltungen & Termine:**

**4. September 2008, Schwerte - Qualifiziert und gesund den demographischen Wandel bewältigen**

Eine Fachtagung der Paritätischen Akademie, für Führungskräfte und Leitungspersonen des sozialen Sektors. [mehr...](#)

**24. September 2008, Bielefeld - Fachtagung Betriebliches Gesundheitsmanagement**

Zentrum für interdisziplinäre Forschung der Uni Bielefeld [mehr...](#)

**6. Oktober 2008, München - Integrationspreis Seelische Gesundheit**

Erstmalig schreibt die Familien-Selbsthilfe Psychiatrie in Kooperation mit der Janssen-Cilag GmbH diesen Preis aus. Das Schwerpunktthema 2008: Psychische Erkrankungen im Arbeitsleben. [mehr...](#)

**6. Oktober 2008, Berlin - Symposium: Psychisch krank im Job. Was tun? - Lösungen für die Praxis**

Veranstalter: Familien-Selbsthilfe Psychiatrie (BAPK), Bonn BKK Bundesverband, Essen Bundesvereinigung der Deutschen Arbeitgeberverbände (BDA), Berlin [mehr...](#)

**10.-11. Oktober 2008, Dresden - 3. IGA-Tagung: Unternehmen in Bewegung – Sport, Gesundheit, Arbeit**

Schwerpunkte sind u.a.: die Nachhaltigkeit von betrieblichem Gesundheitsmanagement, Sport für ältere Beschäftigte und Azubis. [mehr...](#)

**16. Oktober 2008, Düsseldorf - 7. BKK Selbsthilfetag**

Der 6. BKK Selbsthilfetag findet erneut im Rahmen der Messe REHACare in Düsseldorf statt. [mehr...](#)

**17. Oktober 2008, Essen - Fit for Work**

Tagung des DNBGF-Forums Arbeitsmarktintegration und Gesundheitsförderung [mehr...](#)

**23. Oktober 2008, Dortmund - Gesund im Wandel – Betriebliches Gesundheitsmanagement im öffentlichen Dienst**

Die Tagung, die das DNBGF-Forum Öffentlicher Dienst zusammen mit der Stadt Dortmund durchführt, findet in der DASA Deutsche Arbeitsschutzausstellung statt. [mehr...](#)

**28. Oktober 2008, Mainz, Expertenworkshop : Gesundheitsförderung bei überschuldeten Privatpersonen**

Neue Ansätze zur Gesundheitsförderung bei überschuldeten Privatpersonen werden in diesem Workshop vorgestellt und gemeinsam diskutiert. [mehr...](#)

**30.-31. Oktober 2008. London. UK-**

**BKK Faktenspiegel - Schwerpunktthema Ernährung und Bewegung**  
[mehr...](#)

**IGAaktuell 02-2008**

Die IGAaktuell 2/2008 ist mit einer Nachbetrachtung zur 3. Netzwerkkonferenz des DNBGF, einer Vorschau auf das aktualisierte IGACheck-Instrument zur Gefährdungsermittlung sowie den aktuellen Infos zu IGA-Veranstaltungen und -Veröffentlichungen erschienen. [mehr...](#)

---

**EfH Managementkonferenz**

Das europäische Netzwerk Enterprise for Health (EfH) veranstaltet seine zweite Managementkonferenz in Kooperation mit GlaxoSmithKline, UK. [mehr...](#)

**06.-07. November, Berlin - Gesund, kreativ, innovativ - Neue Wege für mehr Gesundheit in KMU**

Die FH für Technik und Wirtschaft Berlin startet ein dreijähriges Forschungsprojekt zur Einführung eines innovativen Gesundheitsmanagements (InnoGema). [mehr...](#)

**1.-3. Dezember 2008, Köln - Wettbewerbsvorteil Gesundheit**

Eine erfolgreiche Veranstaltungsreihe des BKK Bundesverbandes zum betrieblichen Gesundheitsmanagement. [mehr...](#)

**04. Dezember 2008, Berlin - Satellitenveranstaltung Mehr Gesundheit für alle**

Die Satellitenveranstaltung des BKK Bundesverbandes findet auch in diesem Jahr in Verbindung mit dem Kongress "Armut und Gesundheit" (05.-06. Dezember 2008) in Berlin statt. [mehr...](#)

[PDF Version - Newsletter-Archiv](#)

Sie möchten auf den BKK-Newsletter in Zukunft verzichten? Klicken Sie [hier](#)

Einige der hier aufgeführten Themen und Artikel gibt es nicht in den einzelnen Webseiten sondern nur hier. Alle Informationen sind urheberrechtlich geschützt. Der Newsletter darf gerne weiter empfohlen werden.

**Impressum:**

BKK Bundesverband, Kronprinzenstrasse 6, 45128 Essen

**Redaktion:**

Dr. Alfons Schröder, Christoph Schwippert, Brigitte Jürgens-Scholz, Jörg Meyer (Gruppe-M), Dr. Reinhold Sochert, Dr. Viola Weber, Jürgen Wolters.

**Ihr persönlicher Ansprechpartner:**

Christoph Schwippert Tel. 0201 / 179-1388, [schwippertc@bkk-bv.de](mailto:schwippertc@bkk-bv.de)

## Europäischer Pakt für Psychische Gesundheit und Wohlbefinden

Eine hochrangige EU-Konferenz "Gemeinsam für Psychische Gesundheit und Wohlbefinden" fand am 13. Juni 2008 in Brüssel statt und begründete den "Europäischen Pakt für Psychische Gesundheit und Wohlbefinden". Sowohl die Konferenz als auch der Pakt folgten auf die Anhörung zum Grünbuch über psychische Gesundheit, das die EU-Kommission im Herbst 2005 vorgelegt hatte.

Weiterführende Informationen: <http://www.move-europe.de/index.php?id=327>

(21.08.2008, )

---

## Ältere verursachen 47 Prozent aller Krankheitskosten

**Fast die Hälfte der Kosten im Gesundheitswesen verursachen Patienten über 65 Jahre. 111,1 Milliarden Euro kosteten Behandlung, Prävention, Rehabilitation oder Pflege von Menschen jenseits der Pensionsgrenze im Jahr 2006. Das waren 47 Prozent aller Krankheitskosten des gesamten Jahres, wie das Statistische Bundesamt (Destatis) Wiesbaden mitteilte.**

Zu den Krankheitskosten zählen «sämtliche Gesundheitsausgaben, die unmittelbar mit einer medizinischen Heilbehandlung verbunden sind», nicht aber Investitionen im Gesundheitswesen.

Im Durchschnitt entfielen im Jahr 2006 auf jeden älteren Menschen Krankheitskosten in Höhe von 6910 Euro, das waren 270 Euro mehr als 2002. Bei jüngeren Menschen lagen die Pro-Kopf-Kosten nur bei 1880 Euro, 60 Euro mehr als vier Jahre zuvor. Die Krankheitskosten werden erst seit 2002 nach Altersgruppen berechnet. Seither steigen die Kosten für die über 65-Jährigen beständig an - in vier Jahren um 16,5 Milliarden Euro. Insgesamt wuchsen die Krankheitskosten in diesem Zeitraum nur um 17,2 Milliarden Euro.

Rund 60 Milliarden Euro der Krankheitskosten älterer Menschen wurden durch Herz-Kreislauf-Erkrankungen (24,6 Milliarden Euro), Muskel-Skelett-Erkrankungen (13,1), psychische und Verhaltensstörungen (12,7) sowie Krankheiten des Verdauungssystems (9,8) verursacht.

«Für die hohen Krankheitskosten im Alter werden von Fachleuten verschiedene Gründe angeführt, wie zum Beispiel das verstärkte Auftreten von Mehrfacherkrankungen, Pflegebedürftigkeit und die intensivere Inanspruchnahme medizinischer und pharmazeutischer Angebote», erklärte Destatis-Mitarbeiterin Manuela Nöthen.

«Verschiedene Studien weisen zudem darauf hin, dass ein Großteil des Ressourcenverbrauchs im letzten Lebensjahr anfällt, unabhängig vom Lebensalter.»

Weiterführende Informationen:

<https://www.ec.destatis.de/csp/shop/sfg/bpm.html.cms.cBroker.cls?CSPCHD=0010000100003i2rf8ub000000FwfiQDWtzHLyOuT0k3TzWQ-->

(18.08.2008, )

---

## Braucht es eine altersspezifische betriebliche Gesundheitsförderung? - Antworten in neuem IGA-Report

**"Gesund älter werden und arbeitsfähig bleiben" - das wünschen sich sicher alle Beschäftigten. Betriebliche Gesundheitsförderung ist ein Baustein, um dieses Ziel auch zu erreichen. Der IGA-Report 15 stellt Empfehlungen aus der Erwachsenenbildung für die betriebliche Gesundheitsförderung durch Bewegungs- und Stressbewältigungsmaßnahmen zusammen. Ergänzend wurden zwei Checklisten erstellt, die Planung, Organisation und Durchführung von Maßnahmen der betrieblichen Gesundheitsförderung speziell für ältere Beschäftigte erleichtern. Bestell- und Downloadmöglichkeit finden hier.**

Weiterführende Informationen: <http://www.iga-info.de/index.php?id=113#667>

## Wenn der Kollege plötzlich seltsam wird

**Hinter jedem zehnten Fehltag am Arbeitsplatz steckt eine psychische Erkrankung. Vor allem die Leistungsträger zwischen 35 und 45 Jahren sind betroffen. Leidet ein Mitarbeiter unter Angstzuständen, sind Führungsqualitäten beim Chef gefragt. Das gelingt aber nur, wenn sich die Kranken auch eingestehen, dass sie überfordert sind.**

Es kann jeden treffen. Das steht für Martin Schubert von der Firma Timken aus Halle in Westfalen fest. Er ist der betriebliche Ansprechpartner der rund 750 Mitarbeiter und Führungskräfte für alle Fragen, die psychische Erkrankungen im Betrieb betreffen. Seit 2002 übt er diese Aufgabe aus. In dieser Zeit hat er sich mit Wahnvorstellungen, Verfolgungsängsten und manischen Depressionen auseinandergesetzt. „Das sind zum Teil Kollegen, mit denen man über 20 Jahre lang zusammen gearbeitet hat. Und plötzlich beginnen sie, sich merkwürdig zu verhalten, behaupten Dinge, die nicht stimmen.“ Gleichzeitig schaffen sie es nicht, ihre Arbeit in der vorgesehenen Zeit zu erledigen. Ihre psychische Erkrankung belastet sie zu sehr.

Für die Kollegen empfindet Schubert eine besondere Verantwortung. „Es ist ja nicht so, dass die nicht wollen. Die können einfach nicht“, sagt Schubert. Lange Zeit wurde im Unternehmen nicht über den Umgang mit psychischen Erkrankungen gesprochen. Die meisten Kollegen versuchten ihre Schwierigkeiten zu verstecken und zu tun, als ob nichts wäre. Doch mit großer Beharrlichkeit hat Martin Schubert dafür gearbeitet, Führungskräfte und Belegschaft zu sensibilisieren. Zweimal im Jahr treffen sich die Vorgesetzten für Schulungen, sprechen über Fälle in ihren Abteilungen und tauschen sich über Lösungen aus. Eine große Hilfe seien externe Fachleute, sagt Martin Schubert. „Wir bemühen uns, dass erkrankte Mitarbeiter so normal wie möglich weiterarbeiten können.“ Psychische Erkrankungen im Beruf sind kein Ausnahmephänomen. Nach einer Studie der Techniker Krankenkasse (TK) wurde 2006 bei etwa jeder fünften Erwerbsperson bei einem Arztbesuch die Diagnose psychische Störung gestellt. Hinter jedem zehnten Fehltag am Arbeitsplatz steckt eine psychische Erkrankung. Vor allem die Leistungsträger zwischen 35 und 45 Jahren sind betroffen. „In diese Zeit fällt die Hauptbelastung durch Arbeit und Familien“, sagt Michaela Speldrich von der TK. Vor allem Frauen leiden unter dem doppelten Druck, im Job an ihre Grenzen zu gehen und in der Familie ebenfalls den Hauptteil der Verantwortung zu tragen.

Insgesamt ist die krankheitsbedingte Fehlzeit am Arbeitsplatz wegen psychischer Erkrankungen in den vergangenen Jahren deutlich gestiegen. Nach Angaben des Berufsverbands Deutscher Psychologen und Psychologinnen (BDP) wurden 2001 rund 33,6 Millionen Ausfalltage gezählt. Im Jahr 2005 waren es hingegen 44,1 Millionen.

### Ärzte sind wachsamer geworden

Für Thordis Bethlehem, Vizepräsident des BDP, liegt die Zunahme unter anderem daran, dass die Ärzteschaft besser für die Diagnose von psychischen Erkrankungen geschult ist und diese besser erkennen kann. Dies allein könne den starken Anstieg allerdings nicht erklären. Großen Anteil an der Entwicklung hätten vor allem die Veränderungen der Arbeitswelt. „Die Aufgaben haben sich sehr verdichtet und sind sehr komplex geworden. Gleichzeitig muss jeder Einzelne mehr Verantwortung tragen“, sagt Bethlehem. Zudem ist die Angst vor dem sozialen Abstieg groß: Jeder vierte befürchtet, eines Tages seinen Job zu verlieren. Insbesondere die neuen Aufgaben in einer Dienstleistungsgesellschaft würden auf die Menschen eine hohe emotionale Belastung ausüben, sagt Thordis Bethlehem: „Etwa wenn man im Call-Center für Reklamationen zuständig ist, sich den Ärger der Kunden anhören und zugleich ständig freundlich sein muss.“ Telefonisten führen dementsprechend auch die Liste der TK der am häufigsten von psychischen Störungen betroffenen Berufsgruppen an. Sie stehen vor Kindergärtnerinnen, Sozialpädagogen und Sozialarbeitern, die ebenfalls in ihren Berufen unter einer hohen emotionalen Belastung stehen. Seltener trifft es laut TK Angestellte in naturwissenschaftlichen Berufen, Ingenieure oder Humanmediziner. Diejenigen seien vor allem gefährdet, deren Beruf mit Zielen verbunden werde, die kaum erreicht werden können, heißt es beim BDP. Vor allem auf Dienstleistungsjobs trifft dies häufig zu. Wenn etwa Krankenschwestern kaum ihre Runde durch die Krankenzimmer schaffen und trotzdem jedem Kranken die Aufmerksamkeit widmen sollen, die notwendig wäre. Wenn einfach die Ressourcen fehlen, eine Aufgabe zu bewältigen.

### Angst vor dem Eingeständnis

Sich einzugestehen, dass man überfordert ist, gehört zu den größten Schwierigkeiten, mit denen die Betroffenen von psychischen Erkrankungen zu kämpfen haben. Nicht mehr belastbar zu sein, gehört zu den schlimmsten Vorwürfen in einer Leistungsgesellschaft. Doch die Ängste zu verbergen, die Niedergeschlagenheit bei einer Depression, belastet noch mehr. Marlies Hommelsen vom Bundesverband der Angehörigen psychisch Kranker (BApK) rät dazu, sich einem Arzt anzuvertrauen, wenn man an sich beunruhigende psychische Veränderungen wahrnimmt. Für erste Informationen zum Thema bietet der BApK eine Beratungshotline an. Im Betrieb können

Ansprechpartner Sozialberater oder der Betriebsarzt sein. Bevor der Vorgesetzte aufgesucht wird, um mit ihm die Lage zu besprechen, könnte der Betriebsrat ins Vertrauen gezogen werden. Das alles setzt allerdings voraus, dass der Betroffene den Mut hat, offen mit seiner Erkrankung umzugehen, was bei psychischen Beschwerden, bei denen meist auch das Selbstbewusstsein und Selbstwertgefühl eingeschränkt sind, nicht immer zu erwarten ist.

Verständnisvolle Kollegen gefragt

Es ist deshalb auch eine wichtige Aufgabe von Kollegen und Führungskräften, zu lernen, wie sie mit psychischen Erkrankungen umgehen sollten. „Kollegen sind diejenigen, die am ehesten merken, ob sich der Betroffene verändert“, sagt Hommelsen. Sie können Rückmeldung geben, dass ihnen etwas auffällt. Ihn aber auch motivieren oder Hilfe anbieten. „Aber immer nur bis zur eigenen Grenze. Es ist nicht ihre Aufgabe, etwas zu bewältigen, für das sie nicht genügend Kraft besitzen“, sagt Hommelsen. Für Führungskräfte hat der BApK zusammen mit dem Betriebskrankenkassen Bundesverband (BKK) deshalb einen Leitfaden für den Umgang mit psychischen Erkrankungen im Arbeitsleben erstellt. „Hilfe“ heißt das Konzept. Bestehend aus den Anfangsbuchstaben Hinsehen, Initiative ergreifen, Leitungsfunktion wahrnehmen, Führungsverantwortung übernehmen und Experten hinzuziehen. „Die Probleme zu erkennen ist der erste Schritt“, sagt Hommelsen. Unternehmen gehen nicht gerne offensiv mit dem Thema um. Und wer persönlich betroffen ist, möchte nicht stigmatisiert werden. Führungskräfte sollten deshalb das Gespräch mit dem Mitarbeiter suchen. „Hier kann herausgefunden werden, ob der Grund der psychischen Beschwerden im Unternehmen zu finden ist“, sagt Hommelsen. Auseinandersetzungen mit den Kollegen, ein schlechtes Betriebsklima, der Wunsch in einem anderen Betriebsteil zu wechseln. Liegen die Ursachen tiefer, kann im Einverständnis mit dem Betroffenen externer Rat, etwa durch einen Arzt oder Sozialdienst, eingeholt werden, mit dem Maßnahmen für eine bessere Arbeitssituation erörtert werden können. „Das kann etwa eine Verkürzung von Arbeitszeiten sein, ein Verzicht auf Nachtschichten, die Verlegung von einem Großraum- in ein Einzelbüro.“ Bei allem Entgegenkommen solle der Kollege allerdings nicht mit Samthandschuhen angefasst werden. „Konkrete Arbeitsziele sollten festgelegt werden“, rät Marlies Hommelsen. Schonen und unterfordern schadet eher. Die Normalität der Ansprüche gibt dem Mitarbeiter das Gefühl, ernst genommen zu werden. Schließlich geht es um Menschen, die arbeiten wollen und trotz ihrer Beeinträchtigung zum Erfolg des Unternehmens beisteuern können. Bei der Firma Timken arbeiten Mitarbeiter mit psychischen Erkrankungen ganz normal in den verschiedenen Produktionsteams mit. „Wir schieben unsere Leute nicht einfach ab“, sagt Martin Schubert von Timken. „Die haben den Ehrgeiz, genau so gut zu sein, wie alle anderen.“ Beratungshotline zu psychischen Erkrankungen im Arbeitsleben des BApK: Tel.: 01805/950951 (12 Cent/Min)

Weiterführende Informationen: <http://www.psychiatrie.de/familienselbsthilfe/kontakt/sub/bueros/>

(20.08.2008, )

---

## **Weiterbildungs-Lehrgang in Betrieblichem Gesundheitsmanagement an der ETH Zürich**

**Ab Oktober 2008 bis November 2009 findet an der ETH Zürich erstmals ein Weiterbildungs-Lehrgang in Betrieblichem Gesundheitsmanagement (BGM) statt, der mit einem Certificate of Advanced Studies abgeschlossen wird.**

Der Lehrgang befähigt die Teilnehmenden, umfassendes BGM in einem Unternehmen zu planen, durchzuführen, zu evaluieren und zu verankern. Der Weiterbildungs-Zertifikatslehrgang CAS-BGM richtet sich an HochschulabsolventInnen der Psychologie, Medizin, Natur- oder Ingenieurwissenschaften, der Soziologie oder Betriebswirtschaftslehre, die eine praxisorientierte und wissenschaftlich fundierte Weiterbildung in Arbeit und Gesundheit anstreben.

Detailliertere Informationen entnehmen Sie der angefügten Broschüre oder der Homepage:

[www.bgm-zh/cas.htm](http://www.bgm-zh/cas.htm)

Weiterführende Informationen: [http://www.bkk-bv-gesundheit.de/fileadmin/texte/NL\\_Artikel/080506\\_Broschuere\\_def\\_2\\_.pdf](http://www.bkk-bv-gesundheit.de/fileadmin/texte/NL_Artikel/080506_Broschuere_def_2_.pdf)

(20.08.2008, )

---

## **Nikotinersatztherapie – Gewinn für aufhörwillige Raucher oder für die Pharmahersteller?**

**Ob Nikotinpflaster oder -kaugummi: Nikotinersatzmittel sind im Kommen. In der Werbung werden sie nicht nur als Angebot für aufhörwillige Raucher angepriesen, sondern auch als Nikotinschub zwischen**

**zwei Zigaretten, wenn mal für kurze Zeit das Rauchen nicht möglich ist. Selbst in Fachbeiträgen wird immer wieder auf Studien verwiesen, nach denen erst die Kombination mit Nikotinersatzmitteln oder anderen Medikamenten die Tabakentwöhnung erfolgreich mache. Und nicht zuletzt viele Bemühungen, niedergelassene Ärzte für die Tabakentwöhnung zu gewinnen, stehen in engem Zusammenhang mit dem Ziel, die Nikotinersatztherapie zu verbreiten. Ist dies ein Erfolg versprechender Weg, mehr Raucher von ihrer Sucht zu befreien oder hilft es vor allem der Pharmaindustrie, einen neuen Markt zu erobern?**

Weiterführende Informationen: <http://www.move-europe.de/index.php?id=330#1150>

(27.08.2008, )

---

## **Eiweiß dämpft «Jojo-Effekt» nach Gewichtsabnahme**

**Wer nach einer Diät langfristig in Badehose oder Bikini passen möchte, sollte nach Empfehlung von Ernährungsexperten mehr Eiweiße essen. Sie seien besonders reichlich in Fleisch, Fisch, Eier, Käse und Quark enthalten.**

Weiterführende Informationen: <http://www.move-europe.de/index.php?id=331#1151>

(27.08.2008, )

---

## **700 Gesundheitslotsen in 26 Städten - Migranten wird das deutsche Gesundheitssystem nähergebracht**

**„Mit Migranten – Für Migranten“ (MiMi) ist Titel und Leitgedanke des bundesweit größten Migranten-Gesundheitsprojektes. Gemeinsam mit dem Ethno-Medizinischen Zentrum e. V. (EMZ) in Hannover hat der BKK Bundesverband im Jahr 2003 das Projekt ins Leben gerufen. Derzeit wird „MiMi“ in bereits 26 deutschen Städten angeboten, 13 weitere Städte folgen in Kürze, fünf Bundesländer fördern „MiMi“ zusätzlich in landeseigenen Projekten**

Das Projekt setzt auf umfassende Informationen in den Sprachen der Migranten. Speziell geschulte Lotsen beraten interessierte Migranten in ihren jeweiligen Muttersprachen über das deutsche Gesundheitssystem. Katja Ngassa Djomo, Projektkoordinatorin (Ethno-Medizinisches Zentrum e.V.) sagt dazu: „Grundidee des Projekts ist es, Migranten selbst aktiv in Integrationsprozesse mit einzubeziehen. Auf diese Weise wird das Engagement nachhaltig verankert.“ Ein nunmehr vollständig aktualisierter Wegweiser durch das deutsche Gesundheitssystem „Gesundheit Hand in Hand“ ergänzt die Arbeit der Lotsen. In 14 Sprachen gibt es darin Informationen, z. B. über Krankenkassen, Arztwahl oder Verhalten in Notfällen.

„Die starke Nachfrage an muttersprachlichen Gesundheitsinformationen sahen die Betriebskrankenkassen als einen klaren Handlungsauftrag. Der bislang so große Erfolg des Präventionsprojektes freut uns ganz besonders“, so Dr. Hildegard Demmer, Stellvertreterin des Vorstandes des BKK Bundesverbandes.

Ab sofort hilft die neue Datenbank unter <http://www.bkk-bv-gesundheit.de/bkk-promig/> bei der Suche nach den Gesundheitslotsen vor Ort. Per Menü kann man sich zu einem der Lotsen navigieren, die insgesamt über 40 Sprachen sprechen und mit ihnen Kontakt aufnehmen.

Einer von ihnen ist Maxim Krüger aus Hannover. Seit 2004 führt er auf Russisch und Deutsch die „MiMi“-Veranstaltungen zu Gesundheitsthemen durch. „Im Zentrum der Veranstaltungen steht natürlich die Aufklärung über das Gesundheitssystem. Die Gruppen melden aber auch besonderen Informationsbedarf an und stellen sehr persönliche Gesundheitsfragen“, berichtet er. „Es ist zum Beispiel sehr wichtig zu wissen, ob man den Krankenwagen selbst bezahlen muss und wie man ihn ruft.“

Abderrahim En-Nosse, Gesundheitslotse aus Gießen ergänzt: „Wer die Begrifflichkeiten kennt, kann auch aktiver an der Gesellschaft teilhaben.“ Der marokkanische Kommunikationswissenschaftler und Schulpädagoge ist seit zweieinhalb Jahren Gesundheitslotse und bietet die Schulungen auf Arabisch, Französisch und Deutsch an.

Konkrete Handlungsorientierung ist ihm dabei wichtig. Er bezeichnet seine Aufgabe auch als Kulturvermittlung. „Das ist genauso wichtig für Ärzte und Therapeuten wie für deren Patienten.“

„Mit Migranten – Für Migranten“ ist ein Projekt der BKK Initiative „Mehr Gesundheit für alle“. In rund 60 regionalen Projekten sowie in der Selbsthilfe engagieren sich 170 Betriebskrankenkassen, vertreten durch den BKK Bundesverband, schon seit sechs Jahren.

Folgende Sprachen sprechen die Gesundheitslotsen:

Albanisch, Alle arabischen Dialekte, Amharisch, Arabisch, Azarbaijdanisch, Bangla, Bengali, Berber (Tamazirt), Bosnisch, Dari, Deutsch, Englisch, Farsi, Französisch, Griechisch, Hindi, Japanisch, Kinyaruanda, Kisuaheli, Kroatisch, Kurdisch, Kurdisch (Zarza), Litanisch, Maninka, Marokkanisch (Thamazight), Polnisch, Portugiesisch, Punjabi, Russisch, Serbisch, Somalisch, Sosso, Spanisch, Tamilisch, Thailändisch, Tigrinya, Tigra (Eritreanisch), Türkisch, Ukrainisch, Urdu

Pressekontakt und weitere Informationen:

Christine Richter Tel. (030) 223 12- 0; presse@bkk-bv.de  
Katja Ngassa Djomo Tel. (0511) 16 84 10 -18; ethno@onlinehome.de

Weiterführende Informationen: <http://www.bkk.de/mimi-online>

(27.08.2008, )

---

#### **4. September 2008, Schwerte - Qualifiziert und gesund den demographischen Wandel bewältigen**

**Eine Fachtagung der Paritätischen Akademie, für Führungskräfte und Leitungspersonen des sozialen Sektors.**

Weiterführende Informationen: [http://www.bkk-bv-gesundheit.de/fileadmin/texte/NL\\_Artikel/Flyer\\_Nationale\\_Konferenz.pdf](http://www.bkk-bv-gesundheit.de/fileadmin/texte/NL_Artikel/Flyer_Nationale_Konferenz.pdf)

(15.07.2008, )

---

#### **24. September 2008, Bielefeld - Fachtagung Betriebliches Gesundheitsmanagement**

**Zentrum für interdisziplinäre Forschung der Uni Bielefeld**

Weiterführende Informationen: [http://www.dnbgf.de/fileadmin/rs-dokumente/dateien/Einladung\\_Fachtag\\_240908.pdf](http://www.dnbgf.de/fileadmin/rs-dokumente/dateien/Einladung_Fachtag_240908.pdf)

(18.07.2008, )

---

#### **6. Oktober 2008, München - Integrationspreis Seelische Gesundheit**

**Erstmals schreibt die Familien-Selbsthilfe Psychiatrie in Kooperation mit der Janssen-Cilag GmbH diesen Preis aus. Das Schwerpunktthema 2008: Psychische Erkrankungen im Arbeitsleben.**

Weiterführende Informationen: [http://www.psychiatrie.de/familienselbsthilfe/article/Impuls\\_2008\\_-\\_Ausschreibung.html](http://www.psychiatrie.de/familienselbsthilfe/article/Impuls_2008_-_Ausschreibung.html)

(18.08.2008, )

---

#### **6. Oktober 2008, Berlin - Symposium: Psychisch krank im Job. Was tun? - Lösungen für die Praxis**

**Veranstalter:**  
**Familien-Selbsthilfe Psychiatrie (BApK), Bonn**  
**BKK Bundesverband, Essen**  
**Bundesvereinigung der Deutschen Arbeitgeberverbände (BDA), Berlin**

Psychische Erkrankungen verzeichnen die höchsten Zuwachsraten bei den Fehlzeiten im Arbeitsbereich. Krankheitstage aufgrund psychischer Störungen haben seit 1991 um 33 Prozent zugenommen. Die Zunahme der Erkrankungen und der Anstieg der Fehltagelängen stellen die Unternehmen, nicht nur aus Kostengründen, vor neue Herausforderungen. Eine Antwort auf diese Probleme ist betriebliche Prävention. Mit rechtzeitigen Maßnahmen können größeren Krisen vorgebeugt werden.

In einem gemeinsamen Projekt haben die Familien-Selbsthilfe Psychiatrie (BApK e.V) und der BKK Bundesverband das Thema der psychischen Gesundheit im Betrieb aufgegriffen und Handlungsansätze für den Umgang mit betroffenen Mitarbeitern entwickelt.

Das Symposium bietet Führungskräften, Personalverantwortlichen und betrieblichen Helfern die Möglichkeit, sich zur Thematik zu informieren, fachkundige Referenten zu befragen und gemeinsam mit der Bundesvereinigung der Deutschen Arbeitgeberverbände e.V. (BDA) Ansatzpunkte und Verfahrensweisen zur Förderung der psychischen Gesundheit im Rahmen des betrieblichen Gesundheitsmanagements zu diskutieren.

Weiterführende Informationen: [http://www.psychiatrie.de/familienselbsthilfe/article/einladung\\_symposium\\_berlin\\_2008.html](http://www.psychiatrie.de/familienselbsthilfe/article/einladung_symposium_berlin_2008.html)  
(21.08.2008, )

---

### **10.-11. Oktober 2008, Dresden - 3. IGA-Tagung: Unternehmen in Bewegung – Sport, Gesundheit, Arbeit**

**Schwerpunkte sind u.a.: die Nachhaltigkeit von betrieblichem Gesundheitsmanagement, Sport für ältere Beschäftigte und Azubis.**

Weiterführende Informationen: <http://www.iga-info.de/index.php?id=90#546>  
(21.04.2008, )

---

### **16. Oktober 2008, Düsseldorf - 7. BKK Selbsthilfetag**

**Der 6. BKK Selbsthilfetag findet erneut im Rahmen der Messe REHACare in Düsseldorf statt.**

Termin: 16. Oktober 2008  
Ort: Messe Düsseldorf  
Weitere Infos:  
BKK Bundesverband, Sina Fries,  
e-Mail: [FriesS@bkk-bv.de](mailto:FriesS@bkk-bv.de),  
Tel.: 0201/179-3112

(14.01.2008, )

---

### **17. Oktober 2008, Essen - Fit for Work**

**Tagung des DNBGF-Forums Arbeitsmarktintegration und Gesundheitsförderung**

Weiterführende Informationen: <http://www.dnbgf.de/index.php?id=291#937>

(16.07.2008, )

### **23. Oktober 2008, Dortmund - Gesund im Wandel – Betriebliches Gesundheitsmanagement im öffentlichen Dienst**

**Die Tagung, die das DNBGF-Forum Öffentlicher Dienst zusammen mit der Stadt Dortmund durchführt, findet in der DASA Deutsche Arbeitsschutzausstellung statt.**

Weiterführende Informationen: <http://www.dnbgf.de/index.php?id=46#915>

(22.08.2008, )

---

### **28. Oktober 2008, Mainz, Expertenworkshop : Gesundheitsförderung bei überschuldeten Privatpersonen**

**Neue Ansätze zur Gesundheitsförderung bei überschuldeten Privatpersonen werden in diesem Workshop vorgestellt und gemeinsam diskutiert.**

Die in Deutschland existierende Problematik von etwa 3 Millionen überschuldeten Privathaushalten kann für die Prävention, Anamnese und Therapie von verschiedenen Erkrankungen relevant sein. Bei der Überschuldung handelt es sich um eine Anhäufung von Schulden, die nicht mehr bewältigt werden kann. Nach Abzug der notwendigen Lebenshaltungskosten reicht das verbleibende Einkommen nicht aus, um alle Zahlungsverpflichtungen zu erfüllen. Tritt diese dauerhafte Zahlungsunfähigkeit, umgangssprachlich auch „Überschuldung“ genannt, bei einer Privatperson ein, so ist die Grundversorgung in Gefahr und berechtigt beim Vorliegen der notwendigen Voraussetzungen die Einleitung eines Privatinsolvenzverfahrens. Im Gegensatz zur Verschuldung, die schon mit jeder gewöhnlichen Kreditaufnahme vorliegt, stellt die Überschuldung einen nicht erwünschten wirtschaftlichen Ausnahmezustand dar, der Einfluss auf vielfältige Lebensbereiche nimmt. Inwieweit die Überschuldung einer Person im Zusammenhang mit Erkrankungen und einer verminderten Inanspruchnahme des Gesundheitssystems steht, hat erstmalig quantitativ das Institut für Arbeits-, Sozial- und Umweltmedizin der Johannes Gutenberg- Universität untersucht.

Die Erhebung „Armut, Schulden und Gesundheit“ (ASG-Studie) erfolgte zwischen Juli 2006 und März 2007 in Kooperation mit 53 Schuldnerberatungsstellen in Rheinland-Pfalz durch eine schriftliche Befragung. Insgesamt nahmen 666 Klienten der Schuldnerberatungsstellen (51,1% Frauen) im Alter zwischen 18 und 79 Jahren teil. Rund 80% der Probanden gaben an, derzeit an mindestens einer Erkrankung zu leiden, im Durchschnitt wurden zwei Erkrankungen pro Person genannt. Psychische Erkrankungen wie Angstzustände, Depressionen oder Psychosen sowie Gelenk- und Wirbelsäulenerkrankungen sind mit jeweils rund 40% die häufigsten Beeinträchtigungen – unter denen Frauen jeweils häufiger leiden als Männer. (Münster et al. 2007)

Zu dem defizitären Gesundheitszustand der überschuldeten Privatpersonen kommt als weiteres Problem, dass bei der Inanspruchnahme von medizinischen Leistungen in Deutschland finanzielle Selbstbeteiligung durch Zuzahlungen gefordert ist. So wird eine Praxisgebühr von 10 Euro für ambulante Arzt- und Zahnarzt- sowie Psychotherapeutenkontakte quartalsweise vor Behandlungsbeginn von gesetzlich Versicherten erhoben und die Zuzahlungen von Arzneimitteln werden nach der Höhe des Apothekenabgabepreises bestimmt. 65% der Befragten haben, nach eigenen Angaben, aus Geldmangel vom Arzt verschriebene Medikamente nicht gekauft. 60% haben Arztbesuche unterlassen, weil sie die nötigen finanziellen Mittel für die Zuzahlungen nicht aufbringen konnten. Eine zusätzliche Belastung besteht darin, dass sich bei etwa der Hälfte der Überschuldeten Freunde oder Familie aufgrund der finanziellen Notlage zurückziehen. (Münster et al. 2008)

Einen vollständigen Überblick über die Ergebnisse der ASG-Studie in Rheinland-Pfalz gibt der aktuell veröffentlichte Bericht des Bundesministeriums für Familie, Frauen, Senioren und Jugend mit dem Titel Materialien zur Familienpolitik Nr. 22/2008: "Lebenslagen von Familien und Kindern" / "Überschuldung privater Haushalte". Unter folgender Internetadresse ist dieser Bericht, der die Expertise „Überschuldung, Gesundheit und soziale Netzwerke“ (Autoren: Prof. Dr. Münster und Prof. Dr. Letzel) beinhaltet, beim Bundesministerium herunterladbar:

<http://www.bmfsfj.de/bmfsfj/generator/Kategorien/Forschungsnetz/forschungsberichte,did=111808.html>

Um dem problematischen Umstand der weiten Verbreitung von Überschuldung und Zahlungsunfähigkeit und dem Zusammenhang zur Gesundheit innerhalb der deutschen Bevölkerung entgegenzutreten zu können, müssen nachhaltige Präventionsansätze auf einer soliden wissenschaftlich-interdisziplinären Basis entwickelt werden. Bereits seit dem Jahr 2005 fördert das Bundesland Rheinland-Pfalz das Exzellenzcluster „Gesellschaftliche Abhängigkeiten und soziale Netzwerke“, um durch historische und gegenwartsbezogene Forschungsprojekte der

Universitäten Trier und Mainz die Schuldensituation aus verschiedenen wissenschaftlichen Blickrichtungen heraus untersuchen zu können. Innerhalb des Exzellenzclusters wurde die ASG-Studie durchgeführt. Aufbauend darauf finanziert der BKK Bundesverband im Rahmen seiner Initiative zur Verminderung sozial bedingter Ungleichheit „Mehr Gesundheit für alle“ seit 2008 die Entwicklung von Ansätzen zur Gesundheitsförderung bei überschuldeten Privatpersonen am Institut für Arbeits-, Sozial- und Umweltmedizin der Johannes Gutenberg-Universität Mainz. Diesbezüglich wird der Workshop „Gesundheitsförderung bei überschuldeten Privatpersonen“ am 28. Oktober 2008 an der Universität Mainz stattfinden. Unterlagen hierzu können unter Aktuelles der Homepage des Instituts für Arbeits-, Sozial- und Umweltmedizin entnommen werden:  
<http://www.uni-mainz.de/FB/Medizin/asu/>

Literaturhinweise:

Münster E, Rüter H, Ochsmann E, Alsmann C, Letzel S (2007) Überschuldung und Gesundheit – sozialmedizinische Erkenntnisse für die Versorgungsforschung. Arbeitsmedizin Sozialmedizin Umweltmedizin 42: 628-634

Münster E, Rüter H, Ochsmann E, Alsmann C, Letzel S (2008) Überschuldung und Zuzahlungen im deutschen Gesundheitssystem – Benachteiligung bei Ausgabenarmut. Das Gesundheitswesen (eingereicht)

Münster E, Rüter H (2008) Überschuldung bei Krebspatienten: Finanzielle Not, ein Thema für das medizinische Versorgungssystem. FORUM MitgliederMagazin der Deutschen Krebsgesellschaft e.V.

[www.destatis.de](http://www.destatis.de) (Stand: 10.04.2008) Statistisches Bundesamt Deutschland

Kontaktadresse:

Prof. Dr. oec. troph. Eva Münster, MPH  
Juniorprofessorin für Sozialmedizin/ Public Health

Institut für Arbeits-, Sozial- und Umweltmedizin der  
Johannes Gutenberg-Universität Mainz  
Obere Zahlbacher Str. 67  
D-55131 Mainz  
Tel.: 0049 (0) 6131/39-3 02 78  
Fax: 0049 (0) 06131/39-3 66 80  
Email: [eva.muenster@uni-mainz.de](mailto:eva.muenster@uni-mainz.de)  
<http://www.uni-mainz.de/FB/Medizin/asu/>

Weiterführende Informationen: <http://www.uni-mainz.de/FB/Medizin/asu/>

(21.08.2008, )

---

### **30.-31. Oktober 2008, London, UK- EfH Managementkonferenz**

**Das europäische Netzwerk Enterprise for Health (EfH) veranstaltet seine zweite Managementkonferenz in Kooperation mit GlaxoSmithKline, UK.**

Weitere Informationen erhalten Sie hier:

Weiterführende Informationen: <http://www.enterprise-for-health.org/index.php?id=211>

(15.01.2008, )

---

### **06.-07. November, Berlin - Gesund, kreativ, innovativ - Neue Wege für mehr Gesundheit in KMU**

**Die FH für Technik und Wirtschaft Berlin startet ein dreijähriges Forschungsprojekt zur Einführung eines innovativen Gesundheitsmanagements (InnoGema).**

Weiterführende Informationen: <http://www.innogema.de/index.php?id=kongressmesse>

(06.08.2008, )

(20.08.2008, )

---

### **1.-3. Dezember 2008, Köln - Wettbewerbsvorteil Gesundheit**

**Eine erfolgreiche Veranstaltungsreihe des BKK Bundesverbandes zum betrieblichen Gesundheitsmanagement.**

Weiterführende Informationen: <http://www.bkk.de/bkk/powerslave.id,1423,nodeid..html>

(05.05.2008, )

---

### **04. Dezember 2008, Berlin - Satellitenveranstaltung Mehr Gesundheit für alle**

**Die Satellitenveranstaltung des BKK Bundesverbandes findet auch in diesem Jahr in Verbindung mit dem Kongress "Armut und Gesundheit" (05.-06. Dezember 2008) in Berlin statt.**

(14.01.2008, )

---

### **BKK Faktenspiegel - Schwerpunktthema Ernährung und Bewegung**

Weiterführende Informationen: <http://www.move-europe.de/index.php?id=27#1145>

(22.08.2008, )

---

### **IGAaktuell 02-2008**

**Die IGAaktuell 2/2008 ist mit einer Nachbetrachtung zur 3. Netzwerkkonferenz des DNBGF, einer Vorschau auf das aktualisierte IGACheck-Instrument zur Gefährdungsermittlung sowie den aktuellen Infos zu IGA-Veranstaltungen und -Veröffentlichungen erschienen.**

Weiterführende Informationen: <http://www.iga-info.de/index.php?id=115>

(19.08.2008, )

---

>> Newsletter [abonnieren](#)  
>> Newsletter [Archiv](#)