Alle Rechte, auch die der Übersetzung, des Nachdrucks und der Vervielfältigung der PPT-Folien bzw. der daraus erzeugten PDF-Dateien oder Teilen daraus bleiben Frau Dr. G. Seidel vorbehalten und sind nur mit schriftlicher Zustimmung durch sie zulässig. Sie dürfen die PPT-Folien bzw. PDF-Dateien nur zum Zweck der persönlichen Information verwenden und keinesfalls an Dritte weitergeben.

# Health Literacy –

# was können wir von Patientinnen und Patienten lernen?

Dr. Gabriele Seidel,
Patientenuniversität Medizinische Hochschule Hannover

## Themen

- Was weiß man aktuell über den Stand der Gesundheitskompetenz der Bevölkerung?
- Was wird auf der gesundheitspolitischen Ebene für die Erhöhung der Gesundheitskompetenz unternommen?
- Gesundheitskompetenzvermittlung durch Gesundheitsbildung – ein praktisches Beispiel
- Was können Sie selbst unternehmen?

Was können wir von Patientinnen und Patienten lernen?

Was sagen Studien?



## Viel Information und Unterstützung, aber ….

- Das Ausnahmevermögen von Patienten wird überschätzt. Psychische Aspekte, wie Angst und Stress, beeinflussen die Wissensaufnahme und -verarbeitung (Roter & Russell 1994, Bieda et al. 1997).
- Fehlannahme: „Stumme“ Patienten sind zufrieden. Patienten wollen den Professionellen nicht zur Last fallen und nicht unhöflich sein. „Es sollen die Fragen den Arzt nicht verstimmen“ (Dierks et al 2001).
- 14,5 % (7,5 Mill.) der erwachsenen Bevölkerung zwischen 18 und 64 Jahren gelten als funktionale Analphabeten. 26,5 % (13 Mill.) Menschen können nur langsam oder fehlerhaft lesen und schreiben, aber keine zusammenhängende und kürzere Texte verstehen.

Anke Grotlüschen, Wibke Riekmann (Hrsg.) Funktionaler Analphabetismus in Deutschland
Ergebnisse der ersten leo. – Level-One Studie 2012, Alphabetisierung und Grundbildung, Band 10, 300 Seiten, broschiert, 36,90 €, ISBN 978-3-8309-2775-4

Wann sollte auf die Einnahme von Schmerzmitteln verzichtet werden?

**46 %**
der Befragten wissen nicht, dass man bei **Blutgerinnungsstörungen** keine Schmerzmittel nehmen sollte.

**55 %**
der Befragten wissen nicht, dass man bei **Beeinträchtigung der Leberfunktion** keine Schmerzmittel nehmen sollte.

**71 %**
der Befragten wissen nicht, dass man bei **Magenschmerzen, Übelkeit und Durchfall** keine Schmerzmittel nehmen sollte.

https://www.stada.de/fileadmin/user_upload/A_stada.de/4_Service_Gesundheit/03_Alles_Gute-Initiative/stada-gesundheitsreport-2015.pdf



## Studie 2015

30% der Frauen sind der Meinung, dass die Teilnahme am Mammographie-Screening vor Brustkrebs schützt.

Dierks & Schmacke, 2015, Gesundheitsmonitor

## Folgen geringer Gesundheitskompetenz

- Medikationsfehler (Davis et al. 2006), mangelndem Wissen über eigene Erkrankung (Williams et al. 1998),
- mehr Notfallbehandlungen, Krankenhausaufenthalte und Wiedereinweisungen (Baker et al. 2002, Mitchell et al. 2012),
- schlechtere Gesundheitsvorsorge, schlechterem Umgang mit chronischer Erkrankung (Schillinger et al. 2002, Schillinger et al. 2003, Williams et al. 1998, Sanders et al. 2009),
- höhere Mortalität (Baker et al. 2007, Sudore et al. 2006; Bostock & Steptoe 2012; Yaffe et al. 2006)
- folgt sozialem Gradienten (Sørensen et al. 2015, Kickbusch, Pelikan und Apfel 2013)

- Nur 33 Prozent der Studenten mit Migräne und 15 Prozent der Studenten mit Spannungskopfschmerz sind informiert, auf welche Erkrankung ihre Beschwerden zurückzuführen sind (n=2169), Schmerzklinik Kiel, BARMER und Zies GmbH. Pilotprojekt KopfHoch – Kopfschmerz und Migräne an der Hochschule kompetent vorbeugen https://www.aerztezeitung.de/politik_gesellschaft/versorgungsforschung/article/976043/versorgungsforschung-studenten-wissen-kopfweh.html



## Ökonomische Folgen niedriger Gesundheitskompetenz

Mehrausgaben im Gesundheitssystem in Höhe von 3-5% wegen geringer Gesundheitskompetenz (in den USA zwischen 7 und 17 %).

Für Deutschland könnten dies Kosten von 9 bis 15 Milliarden EUR jährlich bedeuten (Kolpatzik 2016).

Aber was ist Health Literacy oder Gesundheitskompetenz genau?

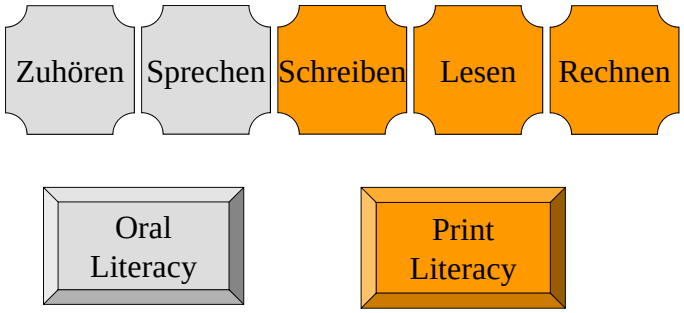


## Health Literacy

Der Begriff “Health literacy” wurde das erste Mal in den USA im Jahr 1974 definiert:

HL ist die Fähigkeit von Personen, grundlegende Gesundheitsinformationen und -dienste zu finden, zu verarbeiten und zu verstehen,
die für eine angemessene Gesundheitsentscheidung erforderlich sind. (Simonds, 1977).

## Komponenten von Health Literacy (Committee on Health Literacy 2004)






- Criticial health literacy“
- Medical literacy“
- Digital literacy
- Health system literacy
- Gesundheitsbezogene Wissen,
- Fähigkeit zu hören und zu kommunizieren,
- Motivation, Einstellungen und Selbstwirksamkeit
- Zugang zu gesundheitsbezogene Informationen
- Informationssuche
- Informationsverständnis
- Informationsbewertung

## Was ist Gesundheitskompetenz?

„Gesundheitskompetenz ist die Fähigkeit, sinnvolle Entscheidungen in Bezug auf die eigene Gesundheit zu treffen – und zwar im Kontext des täglichen Lebens – zuhause, in der Gemeinde, am Arbeitsplatz, im Gesundheitssystem und auf der politischen Ebene“ (WHO 2012)



## Welche Konzepte werden hier noch tangiert?

Empowerment

Patient(inn)enorientierung

Ressourcenorientierung

Capacity Building

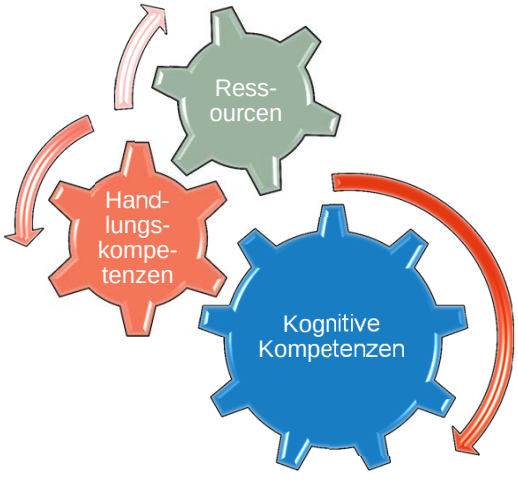
Gesundheitsförderung

## Gesundheitskompetenz messen

- **Aktuell ca. 120 Erhebungsinstrumente, davon die Hälfte generisch**
- Zwei Drittel von allen basieren auf dem TOFHLA - Test of Functional Health Literacy in Adults (funktionales Leseverständnis) und dem
- ReAlm – Rapid Estimate of Adult Literacy in Medicine), einem Worterkennungstest
- Spezifische: Krebs, Diabetes, HIV, Asthma



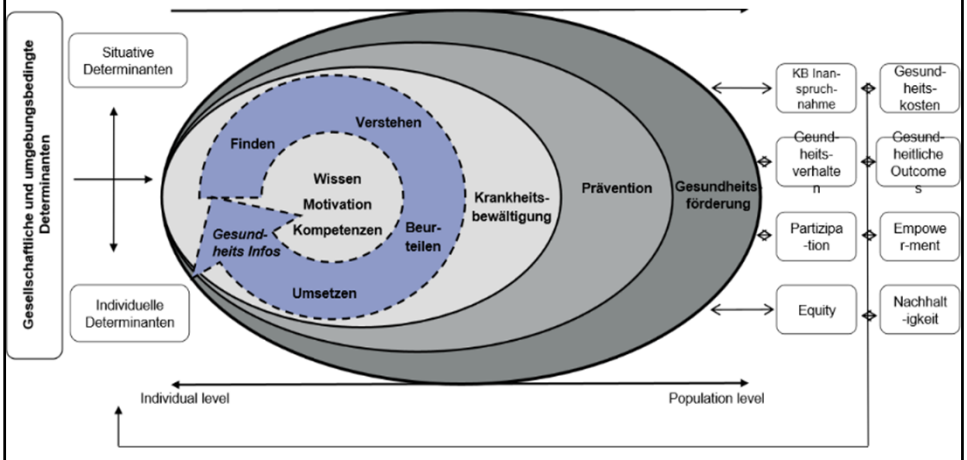
## Gesundheitskompetenz verstehen und messen – theoretische Modelle



## Health Literacy - Das Drei-Ebenen-Modell nach Nutbeam, 2000

| Die drei „Health Literacy Ebenen“ | | |
|---|---|---|
| **Kritische** Health Literacy Ebene | Fortgeschrittenes Gesundheitswissen<br>Kritisches Denken und Analysefähigkeit<br>Soziales Unterstützungsnetzwerk | Pro-aktiv |
| **Interaktive** Health Literacy Ebene | Kommunikative Fähigkeiten | Aktiv |
| **Funktionale** Health Literacy Ebene | Funktionale „Literacy“ (Schreib- und Lesefähigkeit)<br>Basis Gesundheitswissen | Passiv |






Sorensen et al. (2011): Health literacy and public health: A review and integration of definitions and models. BMC Public Health

Dr. Gabriele Seidel, 17.11.2018
Medizinische Hochschule Hannover

## Definition: Gesundheitskompetenz

Gesundheitskompetenz basiert auf **Literacy** und umfasst das **Wissen**, die **Motivation** und die **Fähigkeiten** von Menschen, 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 ihre Lebensqualität während des gesamten Lebenslaufs erhalten oder verbessern. (Sørensen et al. 2012, p. 3, Übersetzung durch Jürgen Pelikan und Kristin Ganahl)



## STUDIEN ZUR GESUNDHEITSKOMPETENZ

| | |
|---|---|
| **2009 – 2012** | Beteiligung von Nordrhein-Westfalen (NRW) an der **HLS-EU-Studie** |
| **2014** | **Erhebung bei Mitgliedern der gesetzlichen Krankenkassen durch die AOK/WIdO** |
| **2013 – 2014** | Studien des Robert-Koch-Instituts – KIGGS und GEDA |
| **2014 – 2015** | Vertiefende Erhebung bei vulnerablen Gruppen in NRW durch die Universität Bielefeld (HLS-NRW) |
| **2014 – 2017** | Gesundheitskompetenz im Kindes- und Jugendalter als Ziel für Gesundheitsförderung und Primärprävention (HLCA), Forschungsverbund Universität Bielefeld |

# MESSINSTRUMENT HLS-EU-Q47

| Gesundheits-kompetenz… | Informationen finden | Informationen verstehen | Informationen beurteilen | Informationen anwenden |
|---|---|---|---|---|
| **...für Krankheits-bewältigung** | Informationen über Krankheits-bewältigung finden | Informationen über Krankheits-bewältigung verstehen | Informationen über Krankheits-bewältigung beurteilen | Informationen über Krankheits-bewältigung anwenden |
| **...für Prävention** | Informationen über Prävention finden | Informationen über Prävention verstehen | Informationen über Prävention beurteilen | Informationen über Prävention anwenden |
| **...für Gesundheits-förderung** | Informationen über Gesundheits-förderung finden | Informationen über Gesundheits-förderung verstehen | Informationen über Gesundheits-förderung beurteilen | Informationen über Gesundheits-förderung anwenden |

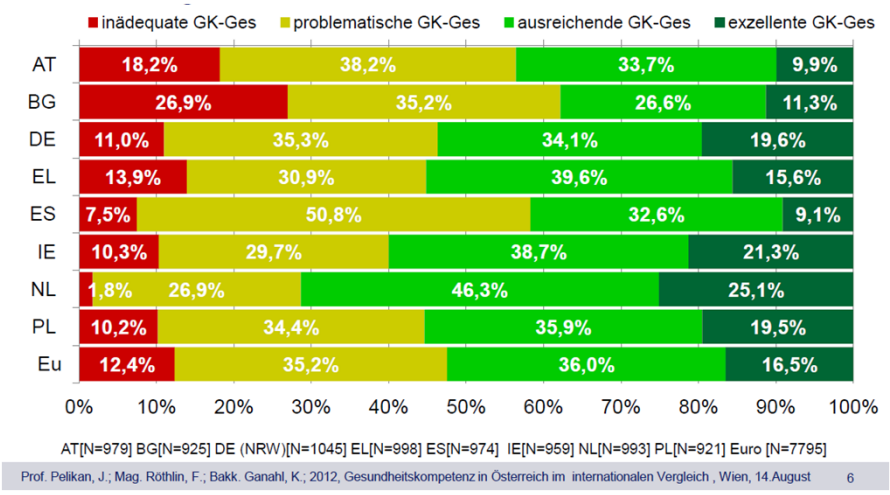


Die neue App AOK Gesundheitskompetenz für Android-Geräte und für ios-Geräte.

Die neue App AOK Gesundheitskompetenz für Android-Geräte und für ios-Geräte.

Dr. Gabriele Seidel, 17.11.2018
Medizinische Hochschule Hannover

# Ergebnisse der HLS-EU Studie




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] Euro [N=7795]

Prof. Pelikan, J.; Mag. Röthlin, F.; Bakk. Ganahl, K.; 2012, Gesundheitskompetenz in Österreich im internationalen Vergleich , Wien, 14.August 6



# GESUNDHEITSKOMPETENZSURVEY DEUTSCHLAND

**Projektdauer: 2013-2016, Förderung BMJV**

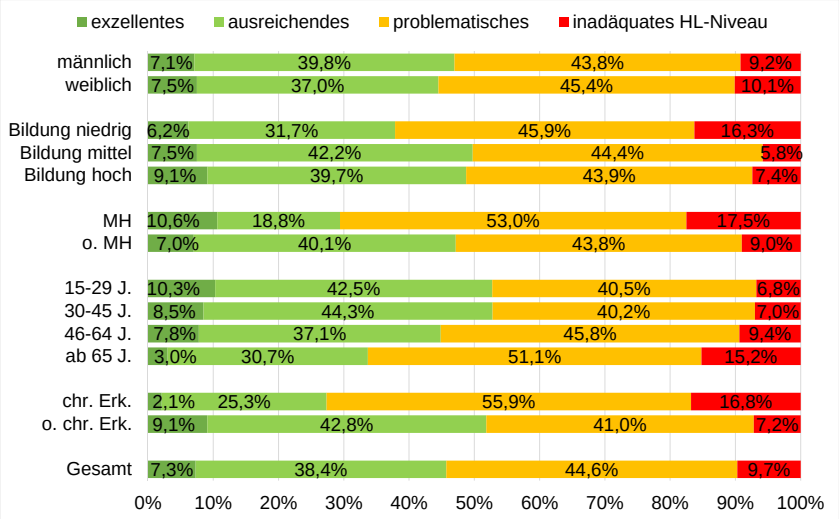
- Querschnittsstudie der Bevölkerung in Deutschland
- Repräsentative Stichprobe von 2.000 Befragten
- Befragte im Alter ab 15 Jahren
- Datenerhebung mittels computergestützter persönlicher Interviews (2014)

**Messung von:**

- Gesundheitskompetenz (HLS-EU-Q47)
- Nutzung des Gesundheitssystems
- sozio-demografische Indikatoren
- Gesundheitszustandsindikatoren

Schaeffer D, Vogt D, Berens E-M, Hurrelmann K. Gesundheitskompetenz der Bevölkerung in Deutschland. Ergebnisbericht 2016 [Available from: http://www.uni-bielefeld.de/gesundhw/ag6/downloads/Ergebnisbericht_HLS-GER.pdf, accessed on: 21 February 2017].

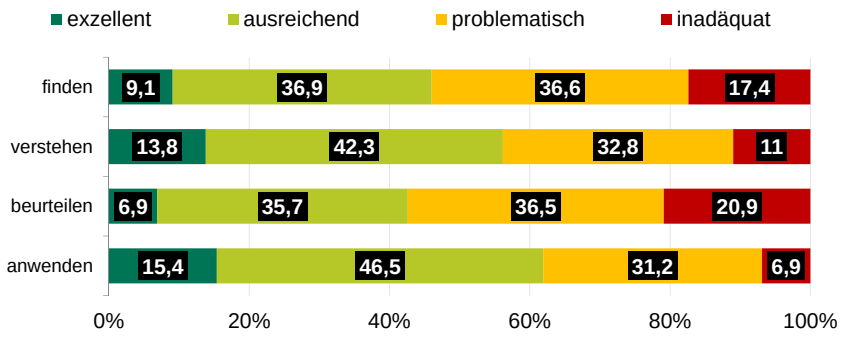
# Gesundheitskompetenz der Deutschen




N=2000; Schaeffer et al 2016

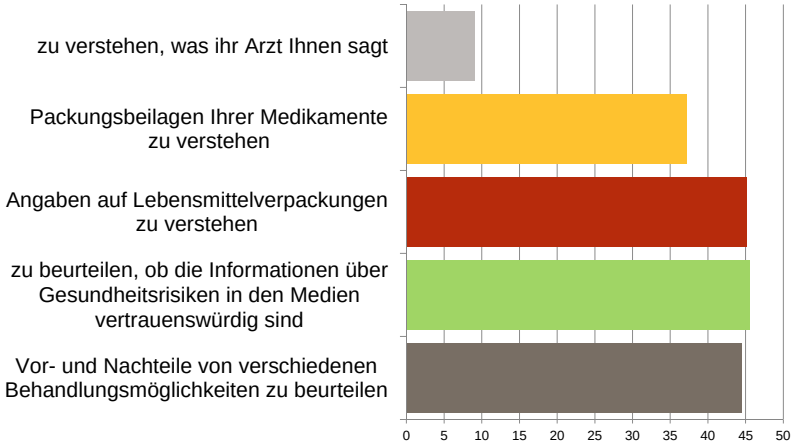


# DIMENSIONEN DER GESUNDHEITSKOMPETENZ




Ausprägung der Gesundheitskompetenz in Deutschland, aufgeschlüsselt nach Dimensionen
Schaeffer et al. 2016

## Schwierig/sehr schwierig ….




Schaeffer et al 2016, Gesundheitskompetenz der Bevölkerung in Deutschland



## Niedrige Gesundheitskompetenz ist assoziiert mit Schwierigkeiten …

- Einnahmevorschriften für Medikamente zu verstehen
- bei chronischen Erkrankungen die Kontrolle von Funktionswerten richtig durchzuführen.
- akut behandlungsbedürftige Symptome zu erkennen
- Mit Professionellen adäquat zu kommunizieren.

## RELATIONALES MODELL

Parker 2009

„Gesundheitskompetenz wird sowohl von den persönlichen Kompetenzen des Individuums als auch von den Anforderungen und der Komplexität der jeweiligen Lebensumwelt beeinflusst."



Gesundheitskompetenz
entwickelt sich nicht in einem
isolierten persönlichen Rahmen,
sondern in einem sozialen bzw.
gesellschaftlichen Kontext.

Die Stärkung der Gesundheitskompetenz ist
ein gesamtgesellschaftlicher Auftrag.

# Allianz für Gesundheitskompetenz

Von 14 Institutionen des Gesundheitswesen

**Ziele**

- Gesundheitliche Ungleichheit verringern
- Wirksame zielgerichtete Maßnahmen zur Förderung von Gesundheitskompetenz,
  - die die gesellschaftlichen Bedingungen des Erwerbs von Fähigkeiten stärken sowie
  - bestehende Schwierigkeiten und Hemmnisse abbauen.
- Machbarkeitsstudie zur Entwicklung eines Nationalen Gesundheitsportals im Internet (BMG)

- Bundesministerium für Gesundheit
- Gesundheitsministerkonferenz der Länder
- Der Beauftragte der Bundesregierung für die Belange der Patientinnen und Patienten sowie Bevollmächtigter für Pflege
- Bundesärztekammer
- Bundeszahnärztekammer
- Bundesvereinigung Deutscher Apothekerverbände e.V.
- BAG SELBSTHILFE e.V.
- Deutsche Krankenhausgesellschaft
- Deutscher Pflegerat e.V.
- Gemeinsamer Bundesausschuss
- GKV-Spitzenverband
- Kassenärztliche Bundesvereinigung
- Kassenzahnärztliche Bundesvereinigung
- Verbraucherzentrale Bundesverband e.V.
- Verband der Privaten Krankenversicherung e.V.

http://www.bundesgesundheitsministerium.de/ministerium/meldungen/2017/juni/allianz-fuer-gesundheitskompetenz.html

## Nationaler Aktionsplan Gesundheitskompetenz

- Kooperationsprojekt der Universität Bielefeld und der Hertie School of Governance, mit Unterstützung der Robert Bosch Stiftung und unter der Schirmherrschaft von Bundesgesundheitsminister (ehemals Hermann Gröhe).
- Unterstützt durch einen Expertenbeirat, bestehend aus 11 anerkannter Expertinnen und Experten aus Politik, Wirtschaft, Zivilgesellschaft und Wissenschaft.

http://www.nap-gesundheitskompetenz.de/

## NATIONALE AKTIONSPLÄNE

USA 2010

Wales 2010

Irland 2012

Kanada 2012

Australien 2014

Schottland 2014

England 2015

Schweiz 2016

Schottland 2017

Deutschland 2018

## GK Aktivitäten

- Gesundheitsziele.de
- Präventionsgesetz
- Ausschreibungen Innovationsfond: Themenfeld: Verbesserung der Kommunikation mit Patientinnen und Patienten und Förderung der Gesundheitskompetenz
- Ausschreibung des BMG zum Thema Gesundheitskompetenz in drei Bereichen
  - Stärkung der Gesundheitskompetenz
    - in der Bevölkerung
    - durch effektive, zielgruppengerechte Informationskonzepte
    - durch höhere Kommunikationskompetenz der im Gesundheitswesen Tätigen



## Praktisches Beispiel

Förderung der Gesundheitskompetenz durch

Gesundheitsbildung

Patienten UNIVERSITÄT

Eine weitere Reisestation war die Patientenuniversität der Medizinischen Hochschule Hannover (MHH). Hier engagieren sich Studierende und Professoren, um Bürgerinnen und Bürger praxisnah über Gesundheitsthemen zu informieren.

Quelle: BMG/Krampe

https://www.bundesgesundheitsministerium.de/ministerium/meldungen/2017/august/gesundheitsinformationsreise.html



## Charakteristika

- Gegründet 2006 (Prof. Schwartz, Prof. Dierks) an der Medizinischen Hochschule Hannover
- Unabhängig und offen für „Jedermann“
- Finanziert durch Eigenmittel der MHH
- Unterstützt durch einen Patientenvertreterbeirat und einen Teilnehmerbeirat

# Ziele der Patientenuniversität

- Das universitäre Wissen und aktuelle Forschungsergebnisse der Bevölkerung zur Verfügung stellen.
- Wissen der Medizin vermitteln und über körperliche und seelische Abläufe im menschlichen Körper aufklären.
- Kenntnisse über das Gesundheitswesen, Patientenrechte oder Möglichkeiten der Vorbeugung von Erkrankungen verständlich machen.
- Qualitativ hochwertige Informationen vermitteln
- Kommunikative Fähigkeiten stärken
- Gesundheitskompetenz und Selbstmanagementfähigkeiten stärken



# Struktur der Veranstaltungen Gesundheitsbildung für Jedermann

Teil I Expertenvortrag

Grundlagen und neue Forschungsergebnisse

In den vergangenen zehn Jahren hat die Patientenuniversität an der MHH knapp 200 Gesundheitsbildungsveranstaltungen mit ungefähr 3.200 Lernstationen und Informationsständen konzipiert und durchgeführt.
Ca. 50.000 Teilnehmende

Medizin zum Hören, Sehen und Anfassen

Gespräche mit Experten und anderen Teilnehmern

Reflexives Lernen

## Die Patientenuniversität an der MHH

Wissenserwerb
Handlungskompetenz
Lernen mit Kopf, Herz und Hand
Korrektur von Deutungsmustern
Selbstwahrnehmung
Identitätsfindung

Unterstützt durch ein Tutorensystem

## Themen an den Lernstationen

- Mikroskopie
- Makroskopie
- Modelle
- Physiologie
- Diagnostische Verfahren – wie sieht es im Körper aus
- Häufige Erkrankungen - Therapien
- Experimente
- Medikamente
- Prävention (Bewegung, Ernährung, Entspannung, Früherkennung)
- Empowerment (Patientenrechte, Informationen finden, Fragen stellen)

Bewegte Pause

Beitrag zum Kunstwettbewerb „Kopf & Schmerz" 1982

http://www.gesundheitsforschung-bmbf.de/_media/chronischer_schmerz.pdf

## „Was uns schmerzt – Der Leib-Seele Zusammenhang bei chronischen Schmerzen"

**Anatomie**

- Das Rückenmark – die erste Umschaltstelle und das Gehirn – die zweite Umschaltstelle

**Physiologie**

- Entstehung und Wahrnehmung von Schmerz / Schmerzformen
- Das biopsychosoziale Modell und die Symptomkreislauf - Schmerzspirale
- Wer ist der Parasympatikus und der Sympatikus und was machen die beiden?

**Mikroskopie**

- Nervenzellen und Mechanorezeptoren unter dem Mikroskop

**Diagnostik**

- Diagnostik von akuten und chronischen Schmerzen - Qualitative sensorische Testung - Ob und ab wann der Schmerz gespürt wird
- Körperliche Muster des Schmerzes – Messung mittels Schmerzzeichnungen auf dem SensationMapper

Beitrag zum Kunstwettbewerb „Kopf & Schmerz" 1982

http://www.gesundheitsforschung-bmbf.de/_media/chronischer_schmerz.pdf

**Therapie**

- Die Schmerzambulanz stellt sich vor
- Homöopathische Schmerzreduktion durch Gerüche
- Die multimodale Schmerztherapie in der Palliativversorgung
- Schmerzbewältigungsgruppe – Schmerzpsychotherapie

**Pharmakologie**

- Medikamentöse Schmerztherapie

**Prävention**

- Schmerz und Bewegung
- Hypnose

**Selbstbestimmt im Gesundheitssystem**

- Schmerz- und Medikamententagebuch - warum? Und was bringt die Nutzung von Apps?
- Informationen zur Voraussetzung für eine multimodale Schmerztherapie und Informationen zur Wahl eines Therapeuten
- Die Deutsche Schmerzliga stellt sich und ihre Arbeit vor

**Empowerment oder auch En-Passant-Angebote**

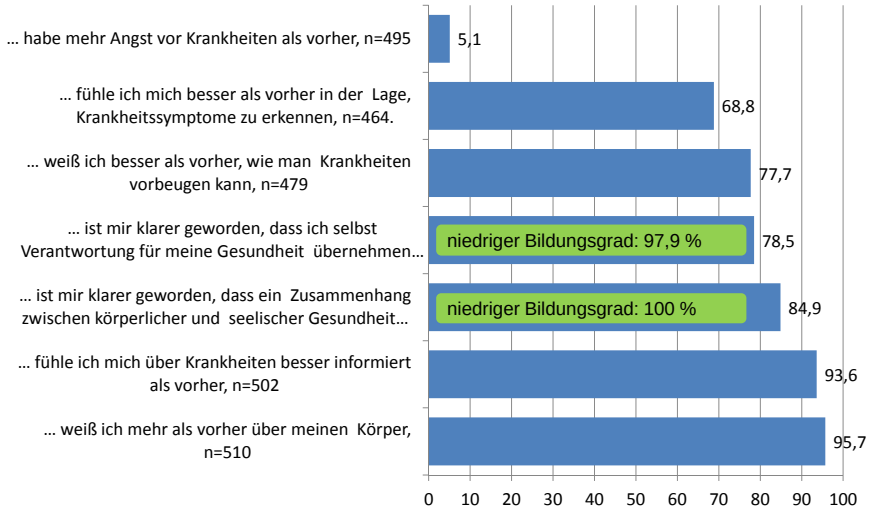
## Struktur der Teilnehmenden

Zwei Drittel sind Frauen
Mittleres Alter 60

| | |
|---|---|
| 56 % | chronisch krank |
| 74 % | GKV-versichert |
| 25 % | Privat versichert |
| 40 % | hoher Bildungsgrad |



## Erhöhung des Gesundheitswissens




Dr. Gabriele Seidel, 17.11.2018
Medizinische Hochschule Hannover

## Mehr Mut ...

Bin selbstbewusster, verstehe das System besser.

Bin aufmerksamer und mutiger geworden.

Bin in der Lage, fundierter und nachdrücklicher zu argumentieren.

Ich lasse mir nicht mehr so schnell etwas einreden, was sich unlogisch anhört.



## Was können Sie selbst unternehmen? Eine Auswahl …

https://www.uke.de/extern/shild/ergebnisse.html



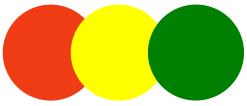
Patienten UNIVERSITÄT

www.patienten-universitaet.de

## Bewusstsein für niedrige Gesundheitskompetenz schaffen

Teach Back
Einfache Sprache
Zuhören
Sich einlassen

Einfache Botschaften
Unterschiedliche Kanäle



http://www.bmjv.de/SharedDocs/Downloads/DE/Artikel/01252017_Broschuere_Gesundheitskompetenz.pdf;jsessionid=FFB4FE1C394A2D3D8F09AEEB918C8DFB.2_cid324?__blob=publicationFile&v=1



## Verständlichkeit von Gesundheitsinformationen

- Flesch-Formel
- Frog
- Wiener Sachtext
- Hamburger Verständ-lichkeitskonzept

Netzwerk Leichte Sprache

# Ask me three

Was ist mein wichtigstes Gesundheitsproblem?

Was kann ich dagegen tun?

Warum soll ich das tun? Warum ist das wichtig?

https://oepgk.at/wp-content/uploads/2016/07/Ask-me-3-weiterf%C3%BChrende-Informationen.pdf



## Empfehlungen im englischen National Health Service

Schriftliche Zusammenfassung der Gespräche

Mitschnitt einer Konsultation

Zusendung eines zusammenfassenden Briefes nach dem Gespräch

http://guidance.nice.org.uk/CSGBC/Guidance/pdf/English

Patienten UNIVERSITÄT

www.patientenuniversitaet.de

Patienten UNIVERSITÄT