



Christian Benekendorff von Physiomedico in Hannover (links) bei einer Medimousemessung. Dieses von ihm angewandte Analyseverfahren bietet er Unternehmen als Dienstleistung aus dem Bereich Gesundheitsmanagement an. „Mit der Medimouse komplettieren wir unseren Befund durch eine objektive Vermessung der einzelnen Wirbelsäulensegmente. Dadurch bekommen wir Informationen, welche Segmente sich bei Bewegung ungünstig verhalten, wo Hyper- und Hypomobilitäten zu finden sind. Diese Daten werden in der Therapie verwendet.“

Unser Angebot für Firmen haben wir erst seit rund einem halben Jahr fertig, sind aber begeistert über die Resonanz in der kurzen Zeit. In den nächsten Monaten sind Aktivitäten mit drei Unternehmen geplant, drei weitere sollen folgen.“

Wie viele andere Akteure im Gesundheitssektor ist auch Benekendorff absolut überzeugt davon, dass das Thema Prävention in Zukunft ein größeres Gewicht in der Gesundheitsdebatte einnehmen wird als jemals zuvor. „Prävention wird in Zukunft eine große Rolle spielen und muss es auch, denn nur so sind schwere Erkrankungen aufzuhalten. Schön wäre nur, wenn die Krankenversicherer dies auch entsprechend honorieren würden.“ Dr. Rolf Simon ist Studienleiter im Berufsverband Deutscher Präventologen mit Hauptsitz in Hannover: „Nach unseren Erfahrungen sind es die Organisationskrankheiten wie Burn-out, innere Kündigung, Mobbing und Rückenbeschwerden, die enorm zunehmen. Diese kommen meistens nicht vom schweren Heben oder ungünstigen körperlichen Arbeitsbelastungen, sondern vom Druck, der auf den Mitarbeitern lastet.“ Vor allem der psychische Druck in Arbeitsverhältnissen belastet Menschen immer mehr bis hin zu schweren körperlichen und psychischen Leiden. Auch hier ist Prävention die Antwort, so Dr. Simon. „Grundsätzlich müssen in den Firmen Führungskultur, Unternehmenskultur, Wertschätzung und Anerkennung wieder Einzug halten, um den Frust und die psychischen Belastungen abzubauen.“ Für einen Arbeitgeber hat der Experte für Präventologie ganz konkrete Empfehlungen. Damit Mitarbei-



Unten: Die Praxis von Physimedico in Hannover. Christian Benekendorff: „Ein individueller Trainingsplan ist sehr entscheidend für die persönliche Zielsetzung des Patienten: Grundsätzlich stellen wir uns mit dem Patienten die Frage: Welchen Status finde ich bei mir vor und wo will ich hin?“



ter dauerhaft gesund und motiviert sind, seien vor allem gegenseitiges Vertrauen, der respektvolle Umgang miteinander, Wertschätzung, Anerkennung sowie eine Vorbildfunktion der Führungskräfte unerlässlich. Auf den ersten Bild scheinen dies utopisch wohlklingende Schlagworte zu sein. Aber: Sie lassen sich tatsächlich ganz konkret in den Arbeitsalltag integrieren. Dr. Simon: „Es ist ganz wichtig, strukturierte Arbeitsabläufe zu schaffen. Dazu gehört eine klare Aufgaben-, Kompetenz- und Zuständigkeitsverteilung, aber ebenso sehr auch störungsfreie und schnelle Prozesse. Auch in punkto Qualifizierung sollte ein Unternehmer Standards schaffen, Stichwort hierbei ist lebenslanges Lernen.“

Sicher sind sich Dr. Simon und seine Kollegen, dass die in Deutschland leise startende Entwicklung hin zu gesundheitlichen Managementthemen erst der Anfang ist. Firmeninterne Ruhe- und Fitnessräume sind in US-amerikanischen Unternehmen schon keine Besonderheit mehr, hier ist dieser Trend erst am Anfang und steht auch nicht ohne Kritiker da. „Um die neuen Zivilisationskrankheiten wirkungsvoll zu vermeiden, müssen die Führungsetagen ihre Kultur durch ein aktives Betriebliches-Gesundheits-Management (BGM) ergänzen. Angebote für die Freizeitgestaltung können ebenfalls dazugehören sowie soziale Verantwortung der Unternehmen. Dies erfordert in hohem Maße den Willen zur Veränderung in den Führungsetagen und einen anderen Führungsstil. Es bedeu-

tet aber auch, dass in Zukunft nicht nur Geld und Entlohnung geeignete Mittel zur Honorierung von Leistung sein müssen.“ Dr. Mario Krause ist Ärztlicher Leiter des Deutschen Zentrums für Individualisierte Prävention und Leistungsverbesserung, der DZIP GmbH in Hannover. Hier werden Gesundheit und Leistungssteigerung aus verschiedenen Blickwinkeln angegangen. Im Leistungs-Coaching zum Beispiel steht das Training der mentalen Stärke zur Disposition. „Mentale Stärke ist ein trainierbarer Muskel und Stoffwechsel-Tuning der Einspritzer für die Körperzellen“, so die These des DZIP. Führungskräften wird ein maßgeschneidertes „Health-Management“ angeboten. Laut Umfragen, so Dr. Krause, stehen fast 25 Prozent aller Führungskräfte kurz vor dem Burn-out. „Führungskräfte benötigen daher individuelles Health-Management und Gesundheits-Coaching.“ Neben dem klassischen mentalen Ansatz werden auch medizinische Verfahren eingesetzt, um auf Stoffwechselebene zusätzliche Kräfte zu mobilisieren. Dabei wird Wert auf eine ganzheitliche Herangehensweise gelegt, die unter anderem Ernährung, Bewegung, mentale Stärke und einen energetischen Ausgleich berücksichtigt. Auch Genomisches Coaching gehört zum Aufgabenbereich des DZIP. „Wir sind auf der einen Seite spezialisiert auf all das, was mit Erschöpfung zu tun hat. Ob das nun das klassische Burn-out ist oder Leistungseinbußen anderer Art“, erklärt Dr. Krause. Symptome hierfür können Schlafprobleme, Konzentrationsstörungen, Magen-



Freude, soziale Bindungen und Entspannung stehen als Voraussetzungen für ein gesundes Leben ganz oben. Auch in den Angeboten des Deutschen Zentrums für Individualisierte Prävention und Leistungsverbesserung in Hannover (Bild unten) verfolgt man ganzheitliche Therapieansätze, die diese Punkte berücksichtigen.



Darm-Beschwerden, Rücken- oder Kopfschmerzen sowie depressive Phasen sein. „Wir suchen einen Weg, wie wir die Leistungsfähigkeit und damit die Lebensqualität wieder erhöhen und die Erschöpfung beseitigen können. Dies ist die erste Gruppe unserer Patienten und Kunden. Zur zweiten Gruppe gehören die Leute, denen es eigentlich im Moment gut geht, die sich ihre Leistungsfähigkeit aber auch für die Zukunft erhalten wollen. Die dritte Gruppe ist bereits leistungsfähig, möchte diese jedoch trotzdem noch weiter steigern.“ Ein ganzheitliches, biochemisches Leistungsprogramm in Kombination mit einem mentalen Coaching-Programm in einer emotionalen Atmosphäre ist es, was das DZIP anbieten möchte. Dr. Krause: „Wir schaffen die Freiräume, die der Patient benötigt, um schnellstmöglich wieder der zu sein, der er war oder der er sein möchte. Und genau diese Ganzheitlichkeit ist unser USP.“

Der wirtschaftliche Schaden, den berufsbedingte Krankheiten verursachen, ist enorm. Laut einer 2009 veröffentlichten Studie der Betriebskrankenkassen entstehen allein durch die beruflichen Ausfälle von Burn-out-Patienten Kosten in Höhe von 6,3 Milliarden Euro, zitiert zum Beispiel auch der Spiegel, der dem Thema erst vor Kurzem eine ganze Ausgabe widmete. Etwa drei Milliarden Euro kosten die Behandlungen, den Schaden durch die

krankheitsbedingten Ausfälle von Mitarbeitern benennen Experten mit 3,3 Milliarden Euro. Etwa neun Millionen Menschen in Deutschland leiden unter Burn-out, so die Statistik. Die Dunkelziffer ist auch aufgrund der schwierigen Diagnose hoch.

Insgesamt ist in Niedersachsen laut Erhebung der KKH-Allianz der Krankenstand bei den Versicherten gestiegen. Simon Kopelke von der KKH-Allianz in Hannover liefert die Zahlen: „Im Jahr 2009 blieben demnach Arbeitnehmer durchschnittlich an rund 14 Tagen ihrem Job fern – im Jahre 2010 bereits an 15 Tagen. Im Vergleich liegt Niedersachsen damit noch immer unter dem bundesweiten Durchschnitt. Dieser lag bei 16 Fehltagen.“

Das Thema Gesundheit ist als eines der dringendsten in der heutigen Zeit für zahlreiche Akteure in Politik und Wirtschaft ein heißes Eisen. Nicht zuletzt, weil es unterm Strich um den wirtschaftlichen Erfolg von Unternehmen und Ländern, vor allem aber um das Wohl eines jeden Einzelnen geht, sind hier alle Beteiligten aufgefordert, pragmatische und vielleicht auch unkonventionelle Lösungen zu finden. Die Zeit wird zeigen, welche Konsequenzen Unternehmer und Mitarbeiter aus den aktuellen Entwicklungen ziehen. Nur eins werden sie nicht können, soviel steht fest: Die Frage nach der Gesundheit unbeantwortet zu lassen. □