

x sund

blieba

VORARLBERGER
GESUNDHEITSFÖRDERUNGS-
UND PRÄVENTIONSSTRATEGIE
2024-2030

2030

x s u n d

blieba

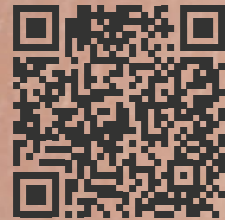
IMPRESSUM

HERAUSGEBER, MEDIENINHABER, VERLAGSORT:
AMT DER VORARLBERGER LANDESREGIERUNG
ABTEILUNG SANITÄTSANGELEGENHEITEN
LANDHAUS, RÖMERSTRASSE 15, 6901 BREGENZ
GESUNDHEITSFOERDERUNG@VORARLBERG.AT
WWW.VORARLBERG.AT/GESUNDHEITSFOERDERUNG

BREGENZ, APRIL 2024

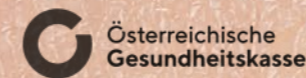
IN KOOPERATION MIT:
ÖSTERREICHISCHE GESUNDHEITSKASSE (ÖGK)
EXPERTISEZENTRUM GESUNDHEITSFÖRDERUNG,
PRÄVENTION UND PUBLIC HEALTH
JAHNGASSE 4
6850 DORNBIRN
GESUNDLEBEN-19@OEGK.AT

GRAFIKONZEPT UND GESTALTUNG:
MAGDALENA TÜRTSCHER, BUERO-MAGMA.AT
PRODUKTION UND DRUCK:
DRUCKHAUS GÖSSLER, DORNBIRN



Halte das Smartphone mit geöffneter Kamera oder geöffnetem QR-Code-Scanner einige Sekunden vor den abgebildeten Code. Der gescannte Code (Link) führt zur Online- Version der vorliegenden Publikation (pdf-Datei). Dort finden sich aktive Links, die zu den Websites führen, die in der Printversion eingebettet sind.

YLVIE, 4 MONATE



»Unsere Haut ist unsere Hülle. Sie dient uns ein Leben lang. Sie prägt uns. Wir prägen sie. Haut erzählt von unserem Leben. Narben erinnern an Verletzungen. Falten zeigen Lebenserfahrung.«

Die vorliegende Publikation wird umrahmt von Fotos menschlicher Haut. Jedes Kapitel beginnt mit dem Haut-Porträt eines Menschen in Vorarlberg. Die Serie beginnt mit Ylvie (vier Monate) und schließt mit Margrit (84 Jahre) ab.

Die Vorarlberger Gesundheitsförderungs- und Präventionsstrategie 2024-2030 dient dem Ziel „gesund bleiba“. Gesundheit und Wohlbefinden aller Menschen fördern. Krankheit vermeiden.

Bildserie »das sind Wir«
Magdalena Türtscher



MARKUS WALLNER
LANDESHAUPTMANN



MARTINA RÜSCHER
LANDESRÄTIN



MANFRED BRUNNER (ÖGK)
LANDESSTELLEN-
AUSSCHUSSVORSITZENDER



CHRISTOPH JENNY (ÖGK)
LANDESSTELLEN-
AUSSCHUSSVORSITZENDER

Vorwort

„GESUNDHEIT IST NICHT ALLES, ABER OHNE GESUNDHEIT
IST ALLES NICHTS.“ ARTHUR SCHOPENHAUER

Mehr gesunde Lebensjahre für die Vorarlberger Bevölkerung – das ist das gemeinsame Ziel des Landes und der Sozialversicherung. Ganz im Sinne von Public Health stehen die Förderung von Gesundheit und präventive Maßnahmen im Mittelpunkt.

Mit der vorliegenden Vorarlberger Gesundheitsförderungs- und Präventionsstrategie bauen wir auf den österreichischen Gesundheitszielen auf und setzen Schwerpunkte für Vorarlberg. Die Strategie zielt darauf ab, die Lebensqualität der Menschen in Vorarlberg zu verbessern, zu einem gesunden Lebensstil zu motivieren, Krankheiten frühzeitig zu erkennen und präventive Maßnahmen weiter auszubauen. Die Ziele der Gesundheitsförderungsstrategie aus dem Jahr 2013 und die aktuellen Daten und Analysen des aus Vorarlberger Gesundheitsbericht 2022 „Wie gesund ist Vorarlberg?“ sind wichtige Grundlagen für die Handlungsagenda der kommenden Jahre.

Die 20 strategischen Ziele für Vorarlberg im vorliegenden Dokument werden ergänzt durch eine dynamische [#Online-Dokumentation](#), die einen Überblick über die geplanten und in Umsetzung befindlichen Maßnahmen und Projekte bietet und laufend aktualisiert wird. Damit werden die mittel- und langfristigen strategischen Ziele der Gesundheitsförderungs- und Präventionsstrategie mit den kurz- und mittelfristigen konkreten Maßnahmen verknüpft.

Für die Umsetzung des eingeschlagenen Wegs braucht es innovative Ideen und umsetzbare Projektvorschläge unterschiedlicher Organisationen in den verschiedenen Settings. Die Mittel des Gesundheitsförderungsfonds (GFF) wurden erhöht und stehen für die Strategie-Umsetzung in den nächsten Jahren zur Verfügung.

Wir hoffen, dass die vorliegende Strategie somit nicht nur Informationsquelle, sondern auch Handlungsanleitung und Inspirationsquelle für eine nachhaltige Entwicklung der Gesundheitsförderung und Prävention in unserer Region ist!

Wir freuen uns auf die gemeinsame Arbeit für die Gesundheit der Vorarlberger Bevölkerung!

**SCHWERPUNKTE DER NEUEM GESUNDHEITSFÖRDERUNGS-
UND PRÄVENTIONSSTRATEGIE 2024-2030**

ZIELGRUPPEN IM FOKUS	AUSGEWÄHLTE SETTINGS	INHALTLICHE SCHWERPUNKTE
KINDER UND JUGENDLICHE	BILDUNGSEINRICHTUNGEN	ERNÄHRUNG
ÄLTERE MENSCHEN	ARBEITSWELT	BEWEGUNG
VULNERABLE GRUPPEN	VEREINE UND COMMUNITIES	MENTALE GESUNDHEIT
	REGIONEN UND KOMMUNEN	VORSORGEUNTERSUCHUNG
	GESUNDE UMWELT	IMPFWESEN
	DIGITALE RÄUME	UNFALLVERHÜTUNG
		SEKUNDÄRPRÄVENTION

Die Kennzahlen des Vorarlberger Landesgesundheitsberichts 2022 und die in einem Grundlagendokument festgehaltenen Ergebnisse der Workshops zur Formulierung von Zielen und die darauffolgende Festlegung thematischer Schwerpunkte bilden das Fundament der neuen Vorarlberger Gesundheitsförderungs- und Präventionsstrategie 2024–2030.

Gesundheitsförderung ist eine Querschnittsmaterie. Die vorliegende Strategie berücksichtigt ein breites Spektrum an Maßnahmen und Programmen unabhängig von der Finanzierung. Der Fokus liegt auf Projekten, die vom Landesgesundheitsförderungsfonds (LGFF) für Vorarlberg finanziert werden.

Für die neue Gesundheitsförderungs- und Präventionsstrategie wurden 20 Vorarlberger Ziele formuliert, die den #Österreichischen Gesundheitszielen zugeordnet werden können und in den kommenden Jahren in konkrete Programme, Projekte und Maßnahmen der Gesundheitsförderung und Prävention münden werden.

Der #health in all policies-Grundsatz bestimmt die Arbeitsweise bei der Umsetzung der strategischen Ziele. Großen Stellenwert in der Strategie-Umsetzung genießen hohe nachhaltige Wirkung und die Erreichung möglichst aller Bevölkerungsgruppen z.B. durch langfristige Kooperationen sowie die hohe Kosteneffizienz aller Maßnahmen.

KAPITEL EINS	MOTIVATION UND AUSGANGSLAGE	S. 11			
	EINLEITUNG MOTIVATION UND AUSGANGSLAGE	S. 12			
	WISSENSCHAFTLICHE GRUNDLAGEN, WERTE UND HANDLUNGSLEITENDE PRINZIPIEN	S. 13			
	1.1. Werte und Prinzipien	S. 13			
	1.2. Das bio-psycho-soziale Modell und die Gesundheitsdeterminanten	S. 14			
	1.3. Public Health Action Cycle	S. 18			
KAPITEL ZWEI	GESUNDHEITZUSTAND DER VORARLBERGER BEVÖLKERUNG	S. 21			
KAPITEL DREI	BESTEHENDE ANGEBOTE IM VORARLBERG - EIN ÜBERBLICK	S. 25			
KAPITEL VIER	VISION UND ZIELE	S. 29			
	4.1. VISION FÜR VORARLBERG	S. 30			
	4.2. DIE ÖSTERREICHISCHEN GESUNDHEITZIELE	S. 30			
KAPITEL FÜNF	STRATEGISCHE ZIELE UND SCHWER- PUNKTE FÜR VORARLBERG 2024-2030	S. 37			
KAPITEL SECHS	GESUNDHEITSFÖRDERUNG UND PRÄVENTION - HANDLUNGSAGENDA 2024-2030	S. 43			
	6.1. ZIELGRUPPEN IM FOKUS	S. 44			
	6.1.1. Kinder und Jugendliche	S. 44			
	6.1.2. Ältere Menschen	S. 45			
	6.1.3. Vulnerable Gruppen - Gesund- heitliche Chancengerechtigkeit	S. 46			
	6.2. AUSGEWÄHLTE SETTINGS	S. 49			
			6.2.1. Bildungseinrichtungen	S. 49	
			6.2.2. Arbeitswelt	S. 51	
			6.2.3. Vereine, Communities	S. 52	
			6.2.4. Regionen, Städte und Gemeinden	S. 53	
			6.2.5. Gesunde Umwelt	S. 54	
			6.2.6. Digitalisierung in der Gesundheitsförderung	S. 57	
			6.3. INHALTLICHE SCHWERPUNKTE	S. 58	
			6.3.1. Ernährung	S. 58	
			6.3.2. Bewegung	S. 59	
			6.3.3. Psychische Gesundheit	S. 60	
			6.3.4. Impfwesen	S. 62	
			6.3.5. Vorsorge	S. 63	
			6.3.6. Unfallverhütung	S. 64	
			6.4. PROJEKTE DER SEKUNDÄR-PRÄVENTION	S. 65	
			6.4.1. Verbesserung der Diabetes-Vorsorge	S. 65	
			6.4.2. Herzmobil - Messdaten am Smartphone	S. 66	
			6.4.3. Nephrologisches Screening	S. 66	
			6.4.4. Telemedizinisches Therapie- Monitoring in der Onkologie	S. 67	
			6.4.5. Psychosoziale Versorgungs- zentren	S. 69	
			KAPITEL SIEBEN	MONITORING UND EVALUIERUNG	S. 71
			KAPITEL ACHT	QUELLEN UND WEITERFÜHRENDE LITERATUR	S. 75

Motivation und Ausgangslage

Die Vorarlberger Gesundheitsförderungs- und Präventionsstrategie 2024–2030 ersetzt die erste Auflage¹, die vor rund zehn Jahren erschienen ist, ergänzt um einige innovative Bereiche der Primär- und Sekundärprävention. Damals wurden im Zuge der Zielsteuerung Gesundheit² in allen Bundesländern Landesgesundheitsförderungsfonds (LGFF) eingerichtet, um vermehrt Projekte der Gesundheitsförderung und Prävention finanzieren zu können. Der Stellenwert von präventiven Maßnahmen zur Stärkung der Gesundheit bzw. Vermeidung von Krankheit ist dadurch deutlich erhöht worden.

Im Zeitraum 2014–2022 konnten zahlreiche LGFF-Projekte realisiert und einige davon bereits in die Regelversorgung überführt werden (Kapitel 3). Anfang 2024 startete die neue Förderperiode des LGFF, der in Vorarlberg eine besonders wichtige Finanzierungsquelle für Gesundheitsförderung und Prävention darstellt. Das Land Vorarlberg und die österreichischen Sozialversicherungen finanzieren und steuern den LGFF gemeinsam. Anträge auf Finanzierung von Projekten der Gesundheitsförderung können mithilfe standardisierter Formulare eingereicht werden, die Projektbewertung liegt in der Verantwortung einer Kommission, die von Land und Vorarlberg und den Sozialversicherungsträgern mit Fachexpertinnen und Fachexperten besetzt wird.

Die zehn Österreichischen Gesundheitsziele (Kapitel 4) bieten den inhaltlichen Rahmen für Gesundheitsförderung und Prävention auf Bundes- und Landesebene.

Darauf aufbauend leitet sich die thematische Auswahl von Projekten aus den 20 strategischen Zielen für Vorarlberg ab (Kapitel 5).

Einige Maßnahmen der Gesundheitsförderung und Prävention werden in Kapitel 6 exemplarisch und sehr knapp beschrieben. Die dynamische [#Online-Dokumentation](#) für aktuell in Umsetzung befindliche und geplante Projekte der Gesundheitsförderung sowie der Primär- und Sekundärprävention bietet eine annähernd vollständige Darstellung.

Die Verankerung von Gesundheit in allen Politikfeldern ist zu einer Notwendigkeit geworden, um die Lebenswelten der Menschen gesundheitsförderlich zu gestalten. Daher fanden in der ersten Phase der Strategiekonzeption ressortübergreifende Arbeitstreffen im engeren Gesundheitskontext (z.B. Sozialpsychiatrie & Sucht, Kinder- und Jugendhilfe, Sport & Vorarlberg bewegt, usw.) und später im weiteren Gesundheitskontext (z.B. Raumplanung/Wohnen, Umweltschutz, Mobilität/Verkehr, usw.) statt. Ergänzend dazu wurde die Sichtweise von Expertinnen und Experten eingeholt. Die ressort- und abteilungsübergreifende Zusammenarbeit soll in Zukunft intensiviert werden, um das Potenzial von Kooperationen bestmöglich ausschöpfen zu können.

Die Kennzahlen des Landesgesundheitsberichts Vorarlberg 2022³ geben Aufschluss über den aktuellen Gesundheitszustand der Vorarlberger Bevölkerung

(Kapitel 2). Neben positiven Ergebnissen wie der hohen Lebenserwartung und der großen Zufriedenheit mit dem subjektiv erlebten Gesundheitszustand wird auch Handlungsbedarf in mehreren Bereichen sichtbar: Der Bewegungsmangel vieler Menschen (auch im Kindes- und Jugendalter), Übergewicht und weitverbreiteter Konsum von Alkohol und Tabakwaren sowie die steigende Anzahl an chronischen und psychisch bedingten Erkrankungen sind wichtige Hinweise für die strategische Ausrichtung der Gesundheitsförderung und Prävention bzw. die Beibehaltung bestehender Schwerpunkte und gut etablierter Projekte. Die Kennzahlen des Gesundheitsberichts sind wichtig für das Monitoring der Strategie-Umsetzung sowie für die Evaluation LGFF-finanzierter Projekte (Kapitel 7).

1. WISSENSCHAFTLICHE GRUNDLAGEN, WERTE UND HANDLUNGSLEITENDE PRINZIPIEN

Für die erfolgreiche Umsetzung der Strategie sind – neben klar formulierten Zielen – Prinzipien und Werte von zentraler Bedeutung. Sie definieren nicht das „Was“, sondern das „Wie“ auf dem Weg von der Idee bis hin zur erfolgreichen Projektumsetzung und Evaluation. Diese Grundpfeiler stammen zum Teil aus der bis Ende 2023 geltenden Vorarlberger Gesundheitsförderungsstrategie und weiteren Planungsgrundlagen (Arbeitsprogramm der Vorarlberger Landesregierung, Österreichische Gesundheitsziele, Zielsteuerung Gesundheit usw.). Einige leiten sich aus Erfahrungen der abgelaufenen Förderperiode (2014–2023) ab oder sind das Ergebnis von

Beteiligungsprozessen. Das auf Basis der Arbeitsgruppen am Olympiazentrum Vorarlberg verfasste Grundlagenpapier fließt hier besonders ein, da bewährte vorhandene Strukturen, Prozesse und Projekte erfasst wurden.

1.1. Werte und Prinzipien

Die Umsetzung der Vorarlberger Gesundheitsförderungs- und Präventionsstrategie 2024–2030 orientiert sich an folgenden Werten und handlungsleitenden Prinzipien:

1. Maßnahmen und Projekte der Gesundheitsförderung setzen in den [#Lebenswelten \(Settings\)](#) der Menschen an. Gesundheitsförderung und Prävention orientieren sich an den wichtigsten Gesundheitsdeterminanten.
2. Die Steigerung der [#Gesundheitskompetenz](#) der Menschen ist in allen Maßnahmen zu beachten unter besonderer Berücksichtigung der Möglichkeiten von [#e-health](#) und Digitalisierung im Gesundheitswesen.
3. Maßnahmen werden aufbauend auf bestehenden Ressourcen und Stärken der Individuen entwickelt. Wesentliche Säulen dafür sind Partizipation und Selbsthilfe. Gesundheitsfördernde Lebenswelten werden gestärkt, gesundheitsschädigende Faktoren reduziert.
4. Ressourcenorientierung ist auch hinsichtlich Wirtschaftlichkeit anzustreben, die Schaffung von neuen Kooperationen bzw. die Festigung vorhandener Netzwerke ist der Gründung neuer Strukturen oder Institutionen jedenfalls vorzuziehen.

1: Gesundheitsförderungsstrategie Vorarlberg 2013-2022. Hrsg.: Land Vorarlberg/VGKK. Bregenz/Dornbirn 2014.

2: Übereinkunft von Bund, Ländern und Sozialversicherung zur Steuerung der österreichischen Gesundheitsversorgung;

Weblink: [Zielsteuerung-Gesundheit – Monitoring-Berichte \(sozialministerium.at\)](#)

3: Weblink: [Landesgesundheitsbericht Vorarlberg 2022](#)

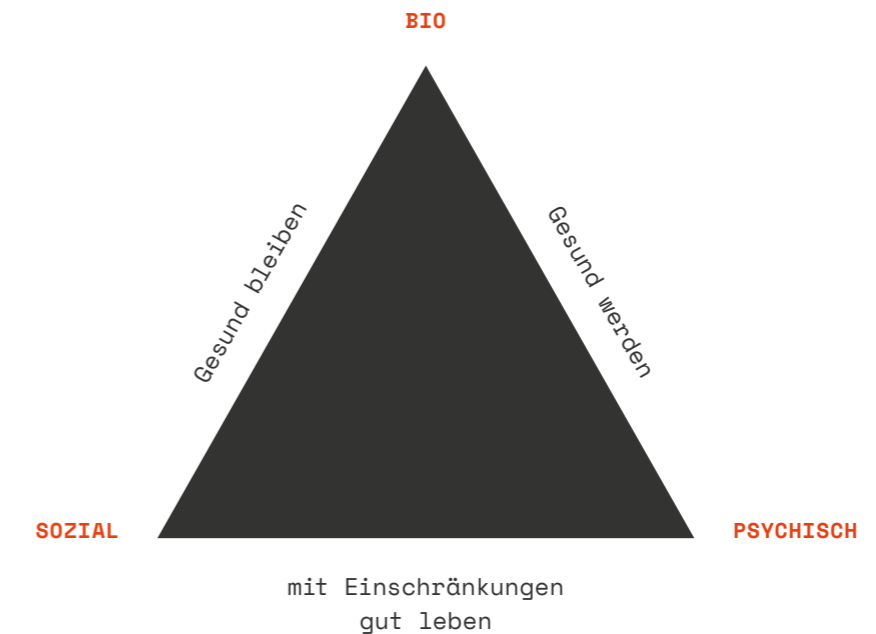
5. Langfristige und nachhaltige Wirkung sind maßgeblich für die Auswahl der zu fördernden Projekte.
6. Die Gesundheit der Menschen wird in allen Politikfeldern bedacht („Health in All Policies“).
7. Die Förderung der **#Chancengerechtigkeit** in der Bevölkerung ist in allen Projekten zu berücksichtigen, die Ressourcen in Gesundheitsförderung und Prävention – aber auch in der Behandlung von Erkrankungen – stehen der gesamten Bevölkerung zur Verfügung. Unabhängig von sozioökonomischen Faktoren wie Bildungsgrad, Einkommen oder Geschlecht haben alle Bevölkerungsgruppen Zugang zu Programmen, Projekten und Maßnahmen der Gesundheitsförderung.
8. Gesundheitsförderung und Prävention werden auf Basis wissenschaftlicher Grundlagen geplant und umgesetzt. Die Erfahrung in der Durchführung bereits abgeschlossener Projekte wird berücksichtigt, die Sichtweisen unterschiedlicher Nutzergruppen fließen bereits in die Konzeption von neuen Projekten ein, Partizipation wird aber auch verstärkt in die Projektevaluation eingeplant. Grundlage für die Entscheidung über die Projektfinanzierung bilden die entsprechenden Förderrichtlinien des LGFF und fachliche Bewertung der Projektanträge der Gesundheitsförderungskommission.

1.2. Das bio-psycho-soziale Modell und die Gesundheitsdeterminanten

Entstehung von Gesundheit und Krankheit:

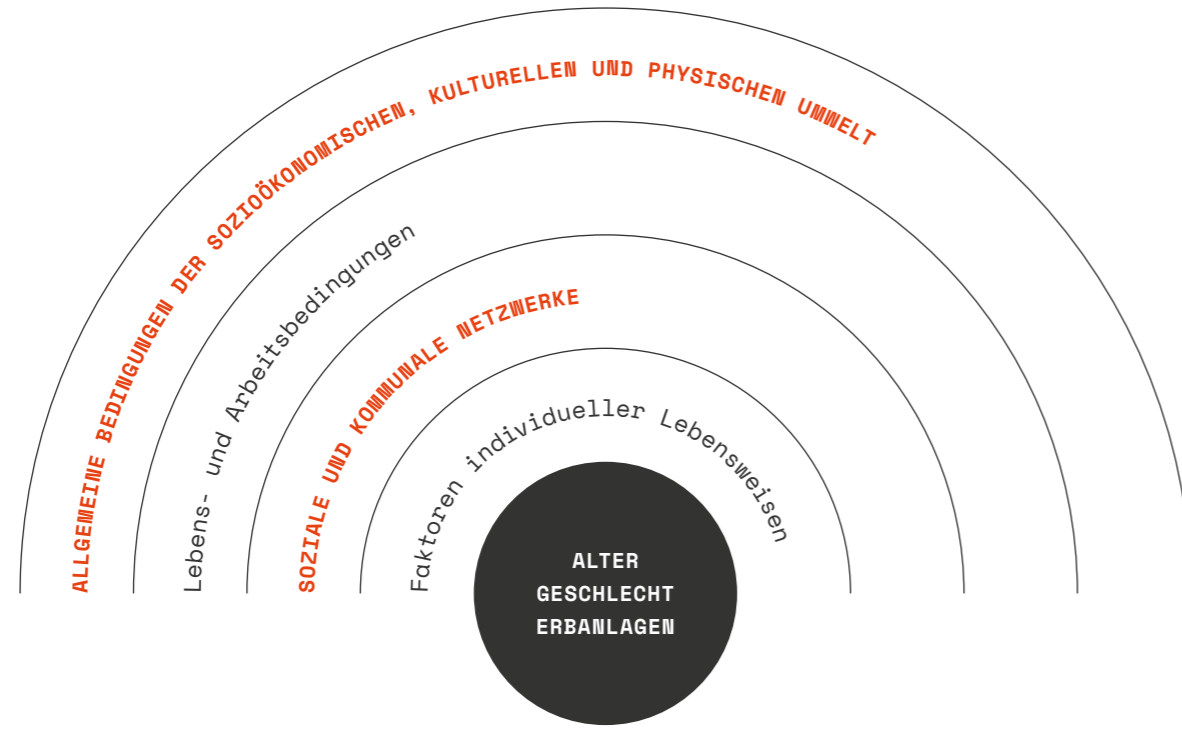
Die vorliegende Strategie geht von einem bio-psycho-sozialen Modell der Entstehung von Krankheit bzw. Wiedererlangung und Aufrechterhaltung von Gesundheit aus. Diesem Modell folgend bewegt sich der Gesundheitszustand auf einem Kontinuum zwischen völliger Gesundheit und völliger Krankheit. Die beiden Enden des Kontinuums sind nur theoretisch erreichbar. Selbst bei sehr schweren Erkrankungen verbleiben Ressourcen, um die Gesundheit ein wenig zu fördern bzw. Symptome zu lindern. Subjektiv betrachtet mag es häufig das Gefühl eines perfekten Gesundheitszustandes geben, bei objektiver Betrachtung wird es aber Parameter biologischer, psychischer oder seelischer Natur geben, die sich nicht auf einem optimalen Niveau befinden. Gesundheit kann daher immer und für alle Menschen gefördert werden.

GESUNDHEIT GANZHEITLICH BEGREIFEN BIO-PSYCHO-SOZIALE GESUNDHEIT



Gesundheitsdeterminanten:

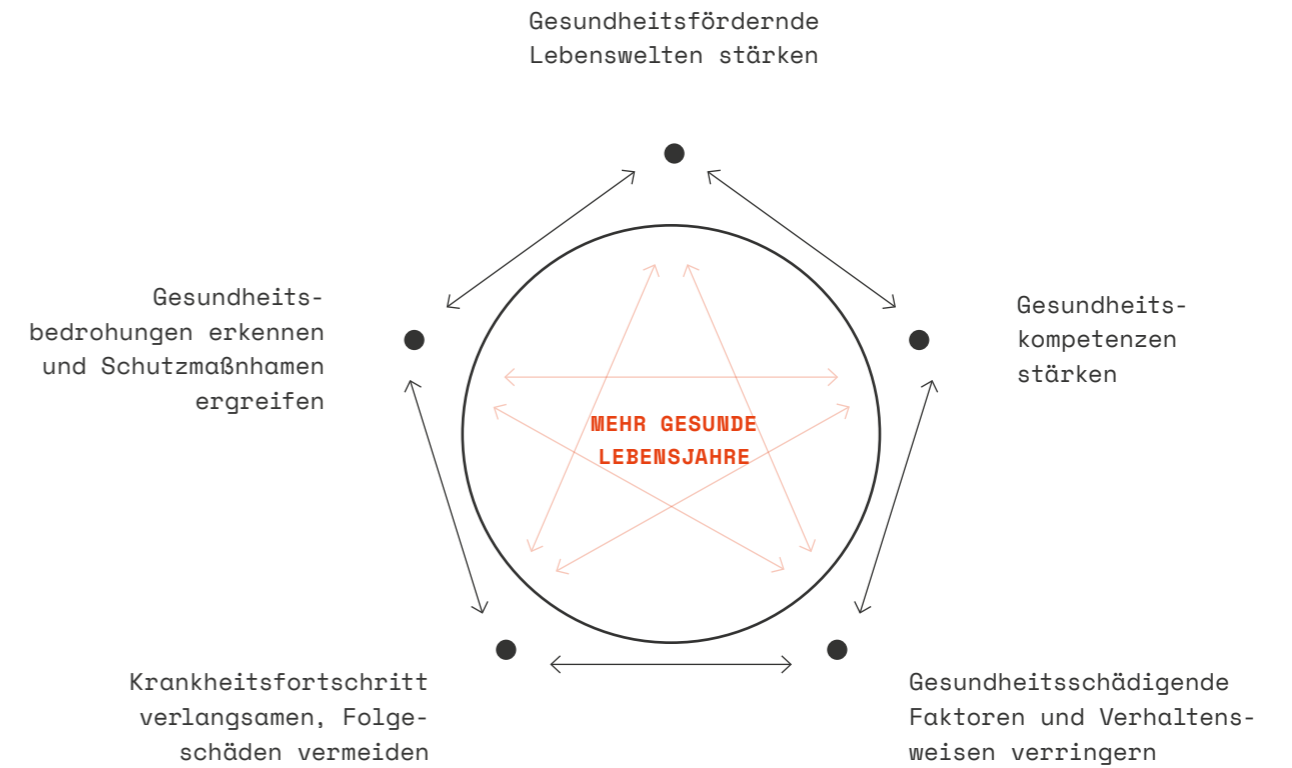
Viele Faktoren bestimmen letztlich, ob wir uns beschwerdefrei und gut fühlen, Tatendrang und Freude verspüren, Widerstandskraft gegen Krankheiten aufbauen oder anfällig dafür sind. Die Gesundheitsdeterminanten lassen sich grob einteilen in Bestimmungsgrößen in unserer Umwelt (verhältnisbezogene Faktoren) und auf das Individuum bezogene Eigenschaften und Ressourcen in Kombination mit den Lebensgewohnheiten (verhaltensbezogene Determinanten). Die Menge an Bestimmungsgrößen macht Gesundheitsförderung und Prävention zu einer vielschichtigen Aufgabe. Die meisten Gesundheitsdeterminanten stehen in Beziehung zueinander und beeinflussen einander gegenseitig.



Die Vision der Gesundheitsförderungs- und Präventionsstrategie 2024–2030 ist eine Steigerung der gesunden Lebensjahre für alle Menschen in Vorarlberg (siehe Kapitel 4). Aus dieser Vision leiten sich strategische Ziele ab, die in konkrete Maßnahmen übersetzt werden.

Auf dem Weg zur Erreichung dieser Vision gibt es fünf Bereiche, an denen Gesundheit entsteht und durch Maßnahmen beeinflusst werden kann. In der Planung der Gesundheitsförderung sollten jene Stellhebel bewegt werden, die eine besonders starke positive und nachhaltige Wirkung auf die Erhaltung der Gesundheit bei möglichst vielen Menschen haben.

Abbildung 2: Verhaltens- und verhältnisbezogene Gesundheitsdeterminanten im Überblick



#Gesundheitsförderung:

Gesundheitsförderung stellt einen Prozess dar, der Menschen in die Lage versetzen soll, mehr Einfluss auf die Gesundheitsdeterminanten zu entwickeln und ihre Gesundheit aktiv zu verbessern. Laut der richtungsweisenden #Ottawa Charta der WHO, 1986 zielt Gesundheitsförderung „auf einen Prozess, allen Menschen ein höheres Maß an Selbstbestimmung über ihre Gesundheit zu ermöglichen und sie damit zur Stärkung ihrer Gesundheit zu befähigen.“

sozialem Wohlbefinden erreichbar zu machen. Und das, indem sie Menschen motiviert, sich für eine gesunde Lebensführung zu entscheiden. Neben dieser Verhaltensänderung ist aber vor allem die Veränderung der Lebensverhältnisse ein wesentlicher Bestandteil von Gesundheitsförderung. Maßnahmen der Gesundheitsförderung zielen auf die Ressourcensteigerung und Erhöhung der Gesundheitspotenziale von Bevölkerungsgruppen in unterschiedlichen Lebenszusammenhängen ab.

Ziel der Gesundheitsförderung ist es, für alle Menschen einen Zustand von körperlichem, geistig-seelischem und

Abbildung 3: Modell zur Wirkung von Gesundheitsförderung und Prävention

#Prävention:

Prävention bedeutet Krankheitsvorbeugung bzw. Krankheitsverhütung. Während die Gesundheitsförderung durch Stärkung und Pflege von Ressourcen alle der Gesundheit dienlichen Maßnahmen im Rahmen einer Gesellschaft umfasst, ist die Prävention auf Vermeidung und Verhütung von (Krankheits-) Risiken und damit verknüpft auch auf die Früherkennung von Krankheiten gerichtet. Es wird unterschieden zwischen Primär-, Sekundär- und Tertiärprävention.

Primärprävention setzt an, noch bevor es zur Krankheit kommt. Sie trägt dazu bei, gesundheitsschädigende Faktoren zu erkennen und zu vermeiden, um die Entstehung von Krankheiten zu verhindern.

Sekundärprävention soll das Fortschreiten von Krankheiten verhindern. Sie greift also in bestehende Erkrankungs- und Risikosituationen ein und versucht, diese abzuwenden und negative Krankheitsfolgen zu vermindern.

Tertiärprävention konzentriert sich bei bestehender Krankheit auf die Wiederherstellung der Gesundheit. Folgeschäden soll damit vorgebeugt und Rehabilitation ermöglicht werden.

1.3. Public Health Action Cycle

Maßnahmen und Projekte der Gesundheitsförderung können anhand eines idealtypischen Kreislauf-Modells dargestellt werden. Der #Public Health Action Cycle besteht aus vier aufeinanderfolgenden Schritten:

- 1. Analyse/Problemdefinition:**
Die aktuelle Situation wird anhand gesundheitsbezogener Kennzahlen beschrieben und analysiert, die wesentlichen Handlungsfelder werden bestimmt.
- 2. Strategie- und Zielformulierung:**
Handlungsoptionen zur Verbesserung der Situation werden gesammelt, verschiedene Alternativen durchdacht; Ziele werden festgelegt und Prioritäten gesetzt anhand fachlicher und praxisbezogener Kriterien (Aufwand, Realisierbarkeit); Die Strategie wird fixiert.
- 3. Implementierung der Strategie:**
Die Strategie wird in Aktionspläne übersetzt, die in Maßnahmen münden;
- 4. Strategiebewertung/Evaluation:**
Die Umsetzung der Strategie wird hinsichtlich Zielerreichung und erreichter Effekte bewertet.

Das Ende des Zyklus ist zugleich der Ausgangspunkt für die Adaptierung der bestehenden Strategie auf Basis der Bewertung des bisher Erreichten. Dabei ist nicht nur der Erfolg der Strategie-Umsetzung zu bewerten. In der Regel ändern sich Rahmenbedingungen beträchtlich innerhalb von ein paar Jahren, was in der Überarbeitung der Strategie berücksichtigt werden muss.

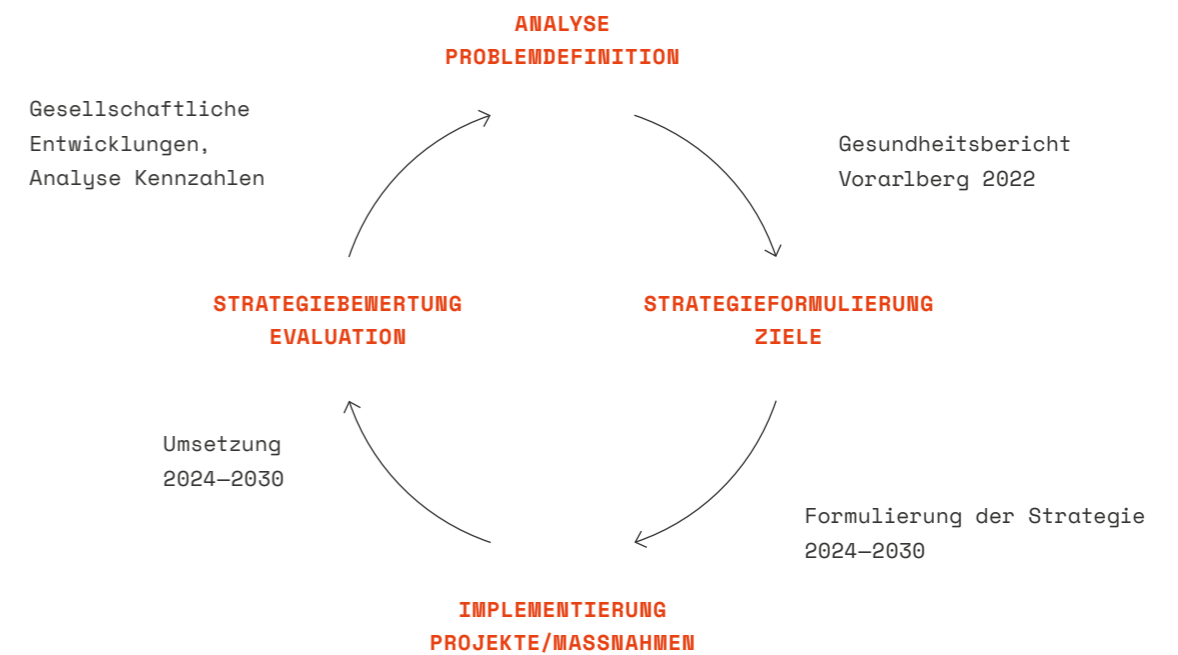


Abbildung 4: Die vier Schritte im Ablauf des idealtypischen Public Health Action Cycle

KAPITEL
ZWEI

Gesundheits-
zustand
Vorarlberger
Bevölkerung

Der #Vorarlberger Landesgesundheitsbericht 2022 wurde im Juni 2023 der Öffentlichkeit vorgestellt. Der Bericht informiert umfassend über den Gesundheitszustand der Bevölkerung anhand belastbarer „harter“ Daten (z.B. zur Inanspruchnahme medizinischer Leistungen) aber auch mithilfe von „weichen“ Daten aus unterschiedlichen Befragungen in Österreich oder der gesamten EU. Folgende Datenquellen wurden für die Berechnung von Kennzahlen herangezogen:

- **Bevölkerungsstatistik** (Basis: Zentrales Melderegister)
- **Todesursachenstatistik** (Basis: Auswertung der ärztlichen Todesbescheinigungen)
- **Diagnosen- und Leistungsdokumentation (DLD)** der österreichischen Krankenanstalten (Erfassung aller stationären Aufenthalte mit Angaben zum Aufenthalt und den gestellten Diagnosen (nach ICD-10) sowie personenbezogenen Angaben wie Geschlecht, Alter, Wohnort usw.)
- **Krebsstatistik** (Basis: Berechnung der Krebsinzidenz, Länder-Register, Todesursachenstatistik)
- **ATHIS** Gesundheitsbefragung (beruht auf einer europäischen Gesundheitsbefragung mit einer Stichprobe von rund 15.000 über 15-jährigen Personen in Österreich)
- **HBSC-Studie** (größte europäische Kinder- und Jugendgesundheitsstudie)
- **EU-SILC** (standardisierte jährliche Erhebung der Lebensbedingungen von Privathaushalten in der gesamten Europäischen Union; für Österreich eine für Österreich repräsentative Stichprobe mit rund 6.000 Haushalten).
- **Statistik** der Straßenverkehrsunfälle mit Personenschaden
- **Bildungsstandregister** (Erfassung formaler Bildungsabschlüsse der österreichischen Wohnbevölkerung im Alter ab 15 Jahren)

Die Lebenserwartung in Vorarlberg steigt nach wie vor. Sie ist in Vorarlberg höher als in allen anderen Bundesländern. Auch die Lebenserwartung in guter oder sehr guter Gesundheit liegt in Vorarlberg über dem österreichischen Durchschnitt, insbesondere bei den Frauen. Der Lebenserwartung in (sehr) guter Gesundheit

liegt die Frage der Beurteilung des eigenen allgemeinen Gesundheitszustands zugrunde, die in Vorarlberg bei den Menschen ab 60 Jahren im Vergleich mit den anderen Bundesländern besonders positiv ausfällt. Der allgemeine Gesundheitszustand der älteren Bevölkerung zeigt sich auch anhand der Einschränkungen im täglichen Leben (ADL), die in Vorarlberg seltener sind als im österreichischen Durchschnitt.

Entsprechend der steigenden Lebenserwartung war die Gesamtsterblichkeit leicht, aber insbesondere die vorzeitige Sterblichkeit – jene vor dem 70. Lebensjahr – deutlich rückläufig in Vorarlberg. Haupttodesursachen bei unter 70-jährigen sind Krebserkrankungen, Herz-Kreislauf-Erkrankungen sowie Verletzungen und Vergiftungen. Letztere fallen insbesondere bei Männern ins Gewicht – vor allem dann, wenn es um die Messung der verlorenen Lebensjahre geht, weil sie oft auch in jungen Jahren zum Tod führen. Tödliche Verletzungen und Vergiftungen liegen in Vorarlberg eher unter dem österreichischen Durchschnitt und bleiben seit 2010 auf einem ähnlichen Niveau. Suizid, ein diesbezüglicher Teilaspekt, ist langfristig stark rückläufig, doch seit 2010 zeigt sich hier nur mehr ein leichter Rückgang mit deutlichen jährlichen Schwankungen.

Auch hinsichtlich konkreter krankheitsbezogener Aspekte kann Vorarlberg ein vergleichsweise positives Bild beschieden werden. Die Mundgesundheit ist besser als im österreichischen Durchschnitt, die Zahnvorsorge mit einem Zahnarztbesuch pro Jahr wird häufiger in Anspruch genommen. Dennoch gibt es hier Verbesserungspotenzial, denn etwa ein Viertel der Bevölkerung war im letzten Jahr nicht bei der Zahnärztin bzw. beim Zahnarzt und die WHO-Ziele hinsichtlich der Kariesprävalenz sind noch nicht erreicht.

Die Prävalenz chronischer Krankheiten ist im letzten Jahrzehnt deutlich gestiegen, 64 Prozent der Vorarlberger Bevölkerung haben zumindest eine chronische Krankheit oder ein chronisches Gesundheitsproblem. Die häufigsten diesbezüglichen Beschwerden sind in

dieser Reihenfolge: chronische Rückenschmerzen, Bluthochdruck, Allergien, erhöhte Cholesterinwerte, Nackenschmerzen und Arthrosen. Akute Myokardinfarkte treten in Vorarlberg überdurchschnittlich häufig auf, sind aber insbesondere bei Männern rückläufig. Die Inzidenz ischämischer Schlaganfälle entsprach zuletzt dem österreichischen Durchschnitt. Mit Ausnahme der Allergien sind all diese Beschwerden mit Bewegungsmangel und ungesunder Ernährung assoziiert. Die Krebsinzidenz der Vorarlberger Bevölkerung entspricht in etwa dem österreichischen Durchschnitt und hat sich seit 2010 wenig verändert.

Die COVID-19-Pandemie scheint Vorarlberg im Vergleich mit dem österreichischen Durchschnitt gut bewältigt zu haben, denn die Infektionszahlen lagen zwar über dem Durchschnitt, aber sowohl die Hospitalisierungsrate als auch die Mortalität lagen 2020 leicht und 2021 deutlich unter dem Durchschnitt.

Entgegen der allgemein guten gesundheitlichen Situation hat sich die im Jahr 2010 noch unterdurchschnittliche Dauer von Krankenständen in Vorarlberg bis 2021 weitgehend dem Bundesdurchschnitt angenähert. Gestiegen sind vor allem Krankenstände aufgrund psychischer Erkrankungen.

Eine Analyse der individuellen Determinanten der Gesundheit macht deutlich, wo Gesundheitsförderung und Prävention primär ansetzen sollten: Knapp 33 Prozent der Vorarlberger Bevölkerung ab 15 Jahren sind übergewichtig und rund 14 Prozent adipös. Das ist zwar weniger als im österreichischen Durchschnitt, zeigt aber trotzdem die Dringlichkeit der Gegensteuerung. Der Konsum von Obst und Gemüse hat sich seit 2014 eher verringert, ein Drittel der Bevölkerung isst weder Obst noch Gemüse täglich. Die österreichischen Bewegungsempfehlungen, eine Kombination von Ausdauer und Muskelkräftigung, werden nur von einem Fünftel der Vorarlberger Bevölkerung erfüllt. Auch dies hat sich seit 2014 verschlechtert, obwohl die pandemiebedingten Einflüsse hier noch gar nicht erfasst sind. Die Erreichung

dieser Ziele sinkt deutlich mit dem Alter, denn nur mehr 13 Prozent der ab 60-Jährigen erfüllen die Bewegungsempfehlungen. Ein positiver Trend zeichnet sich immerhin bezüglich der Bewältigung von Alltagswegen ab, die 2019 häufiger zu Fuß oder mit dem Fahrrad erledigt wurden als 2014, und dies insbesondere von der älteren Bevölkerung. Fast ein Viertel der Vorarlberger Bevölkerung (über 15 Jahren) raucht täglich, ein höherer Wert als in allen anderen Bundesländern. Der Alkoholkonsum der erwachsenen Bevölkerung liegt eher unter dem österreichischen Durchschnitt.

Bei verhältnisbezogenen Determinanten sind vor allem Armut und Bildung hervorzuheben. Die Armutsgefährdung und andere Armutsindikatoren liegen in Vorarlberg seit 2012 über dem österreichischen Durchschnitt, und durch die Pandemie hat sich die Armut bzw. die Ungleichheit eher verstärkt. Auch das Bildungsniveau der Vorarlberger Bevölkerung liegt eher unter dem österreichischen Durchschnitt.

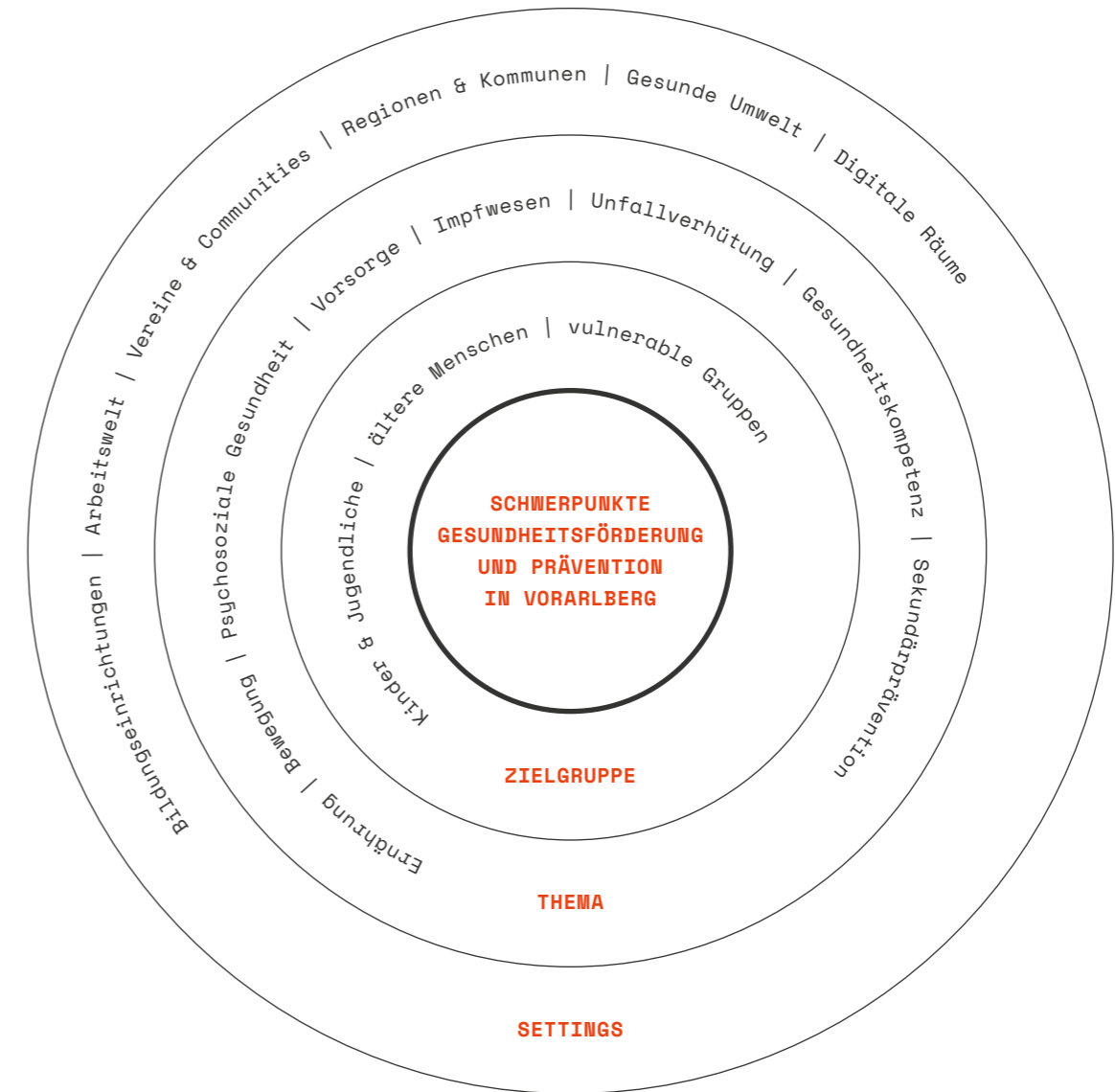
Zwar ist die Inanspruchnahme allgemeiner Vorsorgeuntersuchungen eher sinkend und Vorarlberg liegt hier nunmehr eher unter dem österreichischen Durchschnitt, doch ein anderer, präventiv sehr gut adressierbarer Aspekt, die Sturzprävention, ist optimistisch zu beurteilen. Vorarlberg liegt hinsichtlich sturzbedingter Frakturen mit deutlich sinkendem Trend etwa im österreichischen Durchschnitt. Drei Outcome-Indikatoren für das Vorarlberger Gesundheitswesen, die potenziell vermeidbare Sterblichkeit, die 30-Tage-Sterblichkeit nach akutem Myokardinfarkt und auch die 30-Tage-Sterblichkeit nach einem Schlaganfall liegen allesamt unter dem österreichischen Durchschnitt.

Vor dem Hintergrund, dass in den nächsten Jahrzehnten ein enormer Anstieg der Bevölkerung ab 75 Jahren zu erwarten ist, ist der möglichst lange Erhalt der Gesundheit von besonders großer Bedeutung.

KAPITEL
DREI

Bestehende
Angebote in
Vorarlberg:
Überblick

MARLENE, 28 JAHRE



In einer Erhebung bestehender Projekte der Gesundheitsförderung und Prävention wurden über 150 Projekte erfasst, die ein breites Spektrum an Themen abdecken. Die tabellarische Darstellung der Ergebnisse ist auf der Website [#Gesundheitsförderung \(vorarlberg.at\)](https://www.vorarlberg.at/Gesundheitsfoerderung) einsehbar. Die folgende Abbildung zeigt zusammengefasst die erhobenen Zielgruppen, Settings und Themen.

Abbildung 5: Gesundheitsförderung und Prävention im Überblick

KAPITEL
VIER

Visionen
und
Ziele

CHRISTOPH, 32 JAHRE

4.1. VISION FÜR VORARLBERG

Das übergeordnete Ziel ist es, **die Anzahl gesunder Lebensjahre aller Vorarlbergerinnen und Vorarlberger zu erhöhen**. Es gilt, die Gesundheit der Vorarlberger Bevölkerung durch Maßnahmen auf der Verhaltens- aber auch auf der Verhältnisebene zu erhalten und zu fördern.

Insbesondere um gesundheitsförderliche Verhältnisse zu schaffen, ist oft nicht der Gesundheitssektor allein gefordert. Daher gilt es im Sinne des Health in All Policies (HiAP)-Ansatzes, andere Sektoren ihrer Rolle in der Gesundheitsförderung und Prävention bewusst zu machen.

Der Umsetzungsplan in diesem Dokument stellt keine abschließende Aufzählung dar, sondern ist als „living paper“ zu sehen. Zusätzlich zu den im Umsetzungsplan angeführten Projekten sollen – im Sinne des HiAP-Ansatzes – andere Sektoren dazu aufgefordert werden, die Gesundheit der Vorarlberger Bevölkerung in ihren Maßnahmen mitzudenken und im Sinne dieser zu handeln.

Die Erarbeitung der Österreichischen Gesundheitsziele wurde von der Bundesgesundheitskommission (BZK) beschlossen. Dieser gehören Bund, Länder und Sozialversicherungen an. Die Österreichischen Gesundheitsziele wurden in einem breit angelegten Prozess erarbeitet und bieten österreichweit für alle Sektoren einen geeigneten Handlungsrahmen. Daher werden diese auch in der Vorarlberger Gesundheitsförderungs- und Präventionsstrategie als Leitlinien verwendet.

4.2. DIE ÖSTERREICHISCHEN GESUNDHEITZIELE

Die Österreichischen Gesundheitsziele decken das gesamte Spektrum von Gesundheitsförderung und Prävention ab. Sie dienen als eine wichtige Brücke zur Österreichischen Gesundheitsförderungsstrategie, aber auch zu vielen anderen Planungsunterlagen des Bundes, der Länder und der Sozialversicherungen (siehe Quellenverzeichnis).

Auf den folgenden Seiten sind die zehn #Österreichischen Gesundheitsziele abgedruckt, sie bilden gemeinsam mit der #Österreichischen Gesundheitsförderungsstrategie (derzeit in Überarbeitung) den Rahmen für die Neuaufgabe der Vorarlberger Gesundheitsförderungs- und Präventionsstrategie.

Die 20 für Vorarlberg entwickelten Ziele können den Österreichischen Gesundheitszielen zugeordnet werden, sind konkret auf die Situation in Vorarlberg zugeschnitten und gehen ins Detail.



GESUNDHEITSFÖRDERLICHE LEBENS- UND ARBEITSBEDINGUNGEN FÜR ALLE BEVÖLKERUNGSGRUPPEN DURCH KOOPERATION ALLER POLITIK- UND GESELLSCHAFTSBEREICHE SCHAFFEN.

Die Gesundheit der Bevölkerung wird wesentlich von den Rahmenbedingungen der Lebens- und Arbeitswelt und somit von Entscheidungen in allen Politikbereichen bestimmt und nicht nur von individuellem Verhalten und von körperlichen Faktoren. Besonders im Alltag, also dort, wo Menschen leben, spielen, lernen, arbeiten, unterwegs sind und ihre Freizeit verbringen, werden die Lebensqualität und die Gesundheit der Menschen geschaffen. Daher ist es von zentraler Bedeutung, die Lebens- und Arbeitswelten der Menschen so zu gestalten, dass diese gesundheitsförderlich sind und die Vereinbarkeit von Berufs- und Privatleben möglich ist. Dazu braucht es den Beitrag aller relevanten Akteurinnen und Akteure und damit das Zusammenwirken von Bund, Ländern, Gemeinden/Städten, Körperschaften öffentlichen Rechts und der Sozialpartnerschaft über alle Politik- und Gesellschaftsbereiche hinweg. Hohen Stellenwert haben des weiteren Beteiligungs-, Mitgestaltungs- und Mitentscheidungsmöglichkeiten der Bürger/innen für ihre Lebens- und Arbeitswelten.



FÜR GESUNDHEITLICHE CHANCENGERECHTIGKEIT ZWISCHEN DEN GESCHLECHTERN UND SOZIO-ÖKONOMISCHEN GRUPPEN, UNABHÄNGIG VOM DER HERKUNFT, FÜR ALLE ALTERSGRUPPEN SORGEN.

Alle Bevölkerungsgruppen sollen über gerechte Chancen verfügen, ihre Gesundheit zu fördern, zu erhalten und wiederherzustellen. Bildung ist neben Sozialstatus und Einkommen ein zentraler Einflussfaktor auf die Gesundheit. Insbesondere in Hinblick auf gesunde Lebenserwartung und Krankheitslast ist die Chancengerechtigkeit sicherzustellen. Es soll für alle Altersgruppen gewährleistet sein, dass unabhängig von Herkunft oder Wohnregion sowie Geschlecht dieselben Gesundheitschancen bestehen. Hierzu bedarf es unter anderem der Stärkung benachteiligter Bevölkerungsgruppen in allen Lebensbereichen sowie fairer Ausgangsbedingungen im Bildungssystem. Das Gesundheits- und Sozialsystem ist so zu gestalten, dass ein gleicher, zielgruppengerechter und barrierefreier Zugang für alle Bevölkerungsgruppen gewährleistet ist. Schaffung und nachhaltige Sicherstellung des Zugangs für alle zu evidenzbasierten Innovationen im Gesundheitsbereich muss gemeinsames Ziel aller Akteurinnen und Akteure im Gesundheitssystem sein.



DIE GESUNDHEITSKOMPETENZ DER BEVÖLKERUNG STÄRKEN.

Die Gesundheitskompetenz ([#Health Literacy](#)) ist ein wichtiger Eckpunkt zur Förderung der Gesundheit und der gesundheitlichen Chancengleichheit der Bevölkerung. Sie soll die Menschen dabei unterstützen, im Alltag eigenverantwortlich Entscheidungen zu treffen, die ihre Gesundheit fördern. Dazu gilt es unter anderem, bei sämtlichen Bevölkerungsgruppen, insbesondere bei benachteiligten Gruppen, die persönlichen Kompetenzen und das Verantwortungsbewusstsein zu stärken, den Zugang zu verständlicher, unabhängiger und qualitätsgesicherter Information zu erleichtern sowie das Bewusstsein für Gesundheitsvorsorge zu fördern. Im Gesundheitssystem soll die Rolle der Patientinnen und Patienten bzw. Nutzer/innen und damit auch die Patientensouveränität gestärkt werden. Für die Menschen soll es auf einfache Weise möglich sein, sich im Gesundheits-, Bildungs- und Sozialsystem zurechtzufinden und die Rolle als verantwortliche Partner/innen im System wahrzunehmen.



DIE NATÜRLICHEN LEBENSGRUNDLAGEN WIE LUFT, WASSER UND BODEN SOWIE ALLE UNSERE LEBENSÄUMLICHEN RÄUME AUCH FÜR KÜNFTIGE GENERATIONEN NACHHALTIG GESTALTEN UND SICHERN.

Eine gesunde Umwelt stellt eine wichtige gesundheitliche Ressource dar. Umweltfaktoren können Gesundheit und Wohlbefinden aber auch beeinträchtigen und chronische Erkrankungen (wie Atemwegserkrankungen und bestimmte Krebserkrankungen) mitverursachen. Die Bevölkerung ist in unterschiedlichem Ausmaß Umweltbelastungen ausgesetzt. Vulnerable Gruppen und Kinder müssen besonders geschützt werden. Im Sinne einer nachhaltigen Gesundheitssicherung ist es von hoher Bedeutung, Luft, Wasser, Boden und den gesamten natürlichen Lebensraum zugänglich und sauber zu halten sowie sichere und qualitativ hochwertige Lebensmittel zu produzieren. Eine nachhaltige Gestaltung unserer Lebensräume und eine Stärkung der persönlichen Umweltkompetenz sind Beiträge für die Gesundheit heutiger und zukünftiger Generationen.



DURCH SOZIALEN ZUSAMMENHALT DIE GESUNDHEIT STÄRKEN.

Soziale Beziehungen und Netzwerke leisten einen wichtigen Beitrag für Gesundheit und Wohlbefinden - solidarische Gesellschaften sind gesünder. Der soziale Zusammenhalt sowohl innerhalb der als auch zwischen verschiedenen Generationen und Geschlechtern sowie sozioökonomischen und soziokulturellen Gruppen ist für die Lebensqualität in einer Gesellschaft von Bedeutung. Sozialer Zusammenhalt, wertschätzender Umgang mit Vielfalt sowie Mitgestaltungsmöglichkeiten und ein gestärktes Verantwortungsbewusstsein des Einzelnen für die Gesellschaft stärken das Gemeinschaftsgefühl. Sie bilden damit im Zusammenwirken mit entsprechenden Sozialkompetenzen der Menschen eine wichtige Basis für gesellschaftlichen Zusammenhalt und für die Gesundheit der Bevölkerung. Die Pflege von sozialen Beziehungen, ehrenamtliche Tätigkeit und die Teilhabe an demokratischen, gemeinschaftlichen Prozessen (soziale Gesundheit) brauchen Zeit sowie entsprechende Strukturen.



GESUNDES AUFWACHSEN FÜR ALLE KINDER UND JUGENDLICHEN BESTMÖGLICH GESTALTEN UND UNTERSTÜTZEN.

Kinder und Jugendliche verdienen besondere Beachtung, da in der frühen Lebensphase die Grundlage für eine gesunde Lebensweise und lebenslange Gesundheit gelegt wird. Ungleichheiten in den Gesundheitschancen in der frühen Kindheit können sich in Ungleichheiten im Erwachsenenalter fortsetzen, auch den Gesundheitszustand betreffend. Optimale Rahmenbedingungen für Kinder und Jugendliche haben daher einen langfristigen Nutzen für die Betroffenen wie auch für die Gesellschaft. Bereits in der Schwangerschaft und in den ersten Lebensjahren der Kinder ist es wichtig, Eltern und Erziehungsberechtigte dabei zu unterstützen, ihre Kinder gut zu versorgen und eine sichere und positive Bindung zu ihnen aufzubauen, weil dies einen bedeutenden Schutzfaktor für Gesundheit darstellt. Daher soll neben alltagspraktischer Unterstützung die Beziehungs- und Erziehungskompetenz von Eltern auch in Hinblick auf ihre Vorbildwirkung und Verantwortung gefördert werden. Die geschlechtsspezifische Förderung von Bildung und Lebenskompetenzen im Kindesalter ist ein wichtiger Beitrag für eine gesunde Lebensgestaltung. Darüber hinaus ist eine umfassende und für alle zugängliche Versorgung von Kindern und Jugendlichen mit bedarfsgerechten Gesundheitsleistungen sicherzustellen.



GESUNDE ERNÄHRUNG MIT QUALITATIV HOCHWERTIGEN LEBENSMITTELN FÜR ALLE ZUGÄNGLICH MACHEN.

Die Ernährung übt einen grundlegenden Einfluss auf die Gesundheit und das Wohlbefinden von Menschen in allen Lebensphasen aus. Durch eine ausgewogene Ernährung kann das Risiko für viele chronische Erkrankungen (insbesondere Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Diabetes) reduziert werden. Das Angebot in der Gemeinschaftsverpflegung – sei es in Kindergarten, Schule, Betrieb, Krankenhaus oder Seniorenheim – soll daher nach gesundheitsförderlichen Kriterien zusammengestellt und schonend zubereitet sein und auch besondere Ernährungsbedürfnisse berücksichtigen. Gesundheitliche, ökologische und soziale Aspekte sollen auch bei der Herstellung, Verarbeitung und Vermarktung von Lebensmitteln berücksichtigt werden. Eine gesundheitsförderliche Ernährung mit hochwertigen Lebensmitteln muss für alle Bevölkerungsgruppen zugänglich sein. Saisonale und regionale Lebensmittel sind ein wichtiger Bestandteil einer qualitativ hochwertigen Ernährung. Die Ernährungskompetenz soll bei allen Menschen – insbesondere bei Kindern, Jugendlichen, Schwangeren, Eltern/Erziehungsberechtigten und älteren Menschen – gefördert werden.



GESUNDE UND SICHERE BEWEGUNG IM ALLTAG DURCH DIE ENTSPRECHENDE GESTALTUNG DER LEBENSWELTEN FÖRDERN.

Regelmäßige körperliche Aktivität beeinflusst Gesundheit grundlegend und nachhaltig positiv. Sie beugt vielen chronischen Krankheiten vor und begünstigt psychisches und körperliches Wohlbefinden. Ausreichend Bewegung ist vom frühen Kindesalter bis ins hohe Alter unverzichtbarer Bestandteil der Gesundheitsförderung. Ziel ist deshalb, ausreichend Bewegung in den Alltag zu integrieren, wofür die Lebenswelten inklusive Infrastruktur (wie Radwege, Spielplätze, Schulwege und Pausenräume) so gestaltet sein müssen, dass sie Bewegung ermöglichen und dazu anregen. Neben dem Schaffen von Freiräumen für sichere Bewegung im Alltag sollen Bewegungskompetenz und Freude an Bewegung und Sport insbesondere in Kindergärten und Schulen, in Senioren- und Pflegeheimen sowie im Vereinswesen gefördert werden. Die Bedürfnisse von Menschen mit Behinderung sind ebenfalls zu berücksichtigen.



PSYCHOSOZIALE GESUNDHEIT BEI ALLEN BEVÖLKERUNGSGRUPPEN FÖRDERN.

Psychosoziale Gesundheit ist ein wichtiger Faktor für die Lebensqualität und steht in Wechselwirkung mit akuten und insbesondere chronischen Erkrankungen. Die Lebens- und Arbeitsbedingungen sollen so gestaltet werden, dass die psychosoziale Gesundheit in allen Lebensphasen gefördert wird und psychosoziale Belastungen und Stress möglichst verringert werden. Besonderes Augenmerk soll auf die Stärkung der Lebenskompetenzen und auf Maßnahmen zur Gewalt- und Suchtprävention (z. B. Abhängigkeit von legalen und illegalen Substanzen, substanzungebundenen Suchtverhalten wie Essstörungen) gelegt werden. Das Wissen und die Sensibilität in Bezug auf psychische Erkrankungen soll erhöht werden, mit dem Ziel einer umfassenden Entstigmatisierung. Menschen mit psychischen Erkrankungen und deren Angehörige (vor allem Eltern und Kinder) müssen umfassend und bedarfsgerecht versorgt und in der Gesellschaft integriert bleiben bzw. in sie integriert werden.



QUALITATIV HOCHSTEHENDE UND EFFIZIENTE GESUNDHEITSVERSORGUNG FÜR ALLE NACHHALTIG SICHERSTELLEN.

Die Sicherung der Gesundheit der Bevölkerung braucht eine an den Patientinnen und Patienten orientierte, bedarfsgerechte, koordinierte, wirkungs- und prozessorientierte sowie qualitätsgesicherte Versorgung mit Gesundheitsleistungen. Das öffentliche solidarische Gesundheitssystem muss daher nachhaltig abgesichert sein. Prioritäre Anliegen sind das Stärken von Prävention und Vorsorge sowie der primären Gesundheitsversorgung und die Gewährleistung des zielgruppenspezifischen und diskriminierungsfreien Zugangs, insbesondere für benachteiligte Bevölkerungsgruppen. Integrierte, multiprofessionelle und gesundheitsförderliche Versorgungssysteme und Netzwerkstrukturen leisten einen wichtigen Beitrag zur Qualität, Effektivität und Effizienz. Wirksame Früherkennung, Frühintervention, integrierte Versorgung und das Stärken der Patientenkompetenz im Umgang mit ihrer Erkrankung sind von zentraler Relevanz. Ein zukunftsorientiertes Gesundheitswesen bedarf effizienter und zweckmäßiger Planung, Steuerung und Finanzierung in gemeinsamer Verantwortung auf Basis eines partnerschaftlichen Zielsteuerungssystems. Transparenz und Orientierung an Qualitätszielen sind im Hinblick auf Patientensicherheit und Patientennutzen erforderlich. Entsprechende Kapazitätsentwicklung (Capacity building) in den Bereichen Public Health, Gesundheitsökonomie, Gender-Medizin, Versorgungsforschung sowie praxisnahe und bedarfsgerechte Ausbildung und kontinuierliche Fortbildung für Gesundheitsberufe sind erforderlich. Gute Arbeitsbedingungen der Gesundheitsberufe können einen wesentlichen Beitrag zu einer qualitativ hochstehenden Gesundheitsversorgung leisten.

KAPITEL
FÜNF

Strategische
Ziele und
Schwerpunkte
für
Vorarlberg
2024 – 2030

SCHWERPUNKTE DER NEUEN GESUNDHEITSFÖRDERUNGS- UND PRÄVENTIONSSTRATEGIE 2024-2030

Die Österreichischen Gesundheitsziele decken das gesamte Spektrum von Gesundheitsförderung und Prävention ab. Sie dienen als eine wichtige Brücke zur Österreichischen Gesundheitsförderungsstrategie, aber auch zu vielen anderen Planungsunterlagen des Bundes, der Länder und dver Sozialversicherungen (siehe Quellenverzeichnis).

Die Vorarlberger Gesundheitsziele sind auf die spezifischen Gegebenheiten und Bedürfnisse des Landes zugeschnitten und berücksichtigen die erarbeiteten Grundlagen sowie vorhandene Angebote der Gesundheitsförderung und Prävention. Alle Ziele für Vorarlberg sind eng mit jenen Ergebnissen und Kennzahlen aus dem

Vorarlberger Gesundheitsbericht verknüpft, die auf den größten Handlungsbedarf in der Gesundheitsförderung hinweisen.

Die verfügbaren finanziellen Ressourcen müssen möglichst effektiv eingesetzt werden. Dies erfordert die Festlegung von Prioritäten. Im Hinblick auf die praktische Nutzung der Vorarlberger Gesundheitsförderungs- und Präventionsstrategie 2030 als ein Instrument der Planung und Steuerung werden bestimmte Zielgruppen, ausgewählte Settings und besonders wichtige inhaltliche Themen in das Zentrum der Betrachtung gerückt und miteinander verschränkt.

ZIELGRUPPEN IM FOKUS	AUSGEWÄHLTE SETTINGS	INHALTLICHE SCHWERPUNKTE
KINDER UND JUGENDLICHE	BILDUNGSEINRICHTUNGEN	ERNÄHRUNG
ÄLTERE MENSCHEN	ARBEITSWELT	BEWEGUNG
VULNERABLE GRUPPEN	VEREINE UND COMMUNITIES	MENTALE GESUNDHEIT
	REGIONEN UND KOMMUNEN	VORSORGEUNTERSUCHUNG
	GESUNDE UMWELT	IMPFWESEN
	DIGITALE RÄUME	UNFALLVERHÜTUNG
		SEKUNDÄRPRÄVENTION

Tabelle: Zielgruppen, Settings und inhaltliche Schwerpunkte im Fokus von Gesundheitsförderung und Prävention in Vorarlberg.

Die **thematischen Schwerpunkte, ausgewählte Zielgruppen und Settings** der Gesundheitsförderungs- und Präventionsstrategie 2024-2030 sind ausschlaggebend für die Bewertung, Auswahl und Finanzierung von Programmen, Projekten und einzelnen Maßnahmen bis zum Jahr 2030 und insbesondere für die LGFF-Förderperiode 2024-2028.

Die Vorarlberger Gesundheitsziele

#1 Vorarlberg ist der **chancenreichste Lebensraum für Kinder und Jugendliche**, ihnen stehen die notwendigen Ressourcen zur Erhaltung einer guten Gesundheit zur Verfügung.

#2 Allen Menschen wird **bis ins hohe Alter ein gesundes Leben in Selbstständigkeit und sozialer Teilhabe** ermöglicht, ein gesundheitsförderliches Umfeld in Städten und Gemeinden unterstützt sie dabei.

#3 In Vorarlberg haben alle Bevölkerungsgruppen einen **gerechten und fairen Zugang** zu gesundheitsfördernden und präventiven Ressourcen.

#4 Kinder und Jugendliche werden in **Vorarlberger Bildungseinrichtungen** in ihren Gesundheitskompetenzen gestärkt, die Lern-, Arbeits- und Freizeitorte bieten ihnen ein gesundheitsförderliches Umfeld. Dabei werden Bildungseinrichtungen durch Wissensvermittlung und Erfahrungsaustausch bedarfsgerecht unterstützt.

#5 Mitarbeitende in Vorarlberger Betrieben erhalten und stärken durch gezielte **betriebliche Gesundheitsförderung** ihre eigene Gesundheit. Betriebe werden dabei durch Wissensvermittlung und Erfahrungsaustausch bedarfsgerecht unterstützt.

#6 **Vereine und Communities** bieten ihren Mitgliedern ein gesundheitsförderndes Umfeld und werden dabei durch Wissensvermittlung und Erfahrungsaustausch bedarfsgerecht unterstützt. Die sozialen Funktionen der

Organisationen (soziale Teilhabe, Integration, Inklusion) finden besondere Beachtung und Wertschätzung.

#7 In **Regionen, Städten und Gemeinden** Vorarlbergs wird die Gesundheit der Menschen wohnortnah gefördert, das Potenzial bestehender Strukturen und vorhandener Ressourcen wird genutzt.

#8 Die Gesundheit der Vorarlberger Bevölkerung wird durch eine **intakte Umwelt** unterstützt, die Gesundheitskompetenz im Umgang mit den Auswirkungen des Klimawandels wird gestärkt, um Anpassungsmaßnahmen in allen Lebensbereichen vorzunehmen und protektive Verhaltensweisen zu etablieren.

#9 Die **Möglichkeiten der Digitalisierung** und das Potenzial digitaler Informationskanäle werden verstärkt genutzt, um Zielgruppen besser zu erreichen und unter Berücksichtigung von Kriterien der Gesundheitskompetenz.

#10 Das Wissen über **gesunde Ernährung** mit hochwertigen und regionalen Lebensmitteln und die entsprechende Auswirkung auf die eigene Gesundheit ist gestärkt. Für alle Kinder und Jugendlichen ist eine gesunde Ernährung zugänglich.

#11 Das Wissen über **gesunde und sichere Bewegung** und die entsprechende Auswirkung auf die eigene Gesundheit ist gestärkt. In allen Settings werden ein bewegungsförderliches Umfeld geboten und motivierende Anreize für mehr Bewegung im Alltag gesetzt.

#12 Das Wissen über **psychosoziale Gesundheit**, gesundheitsförderliche Faktoren im Alltag und den Umgang mit psychischen Problemen und Krisen ist gestärkt, Vorurteilen und Stigmatisierung wird dadurch entgegengewirkt und die rechtzeitige Inanspruchnahme von Unterstützungssystemen erleichtert.

#13 Das Wissen über die hohe Bedeutung von **Impfungen zur Verhinderung von Krankheiten** und über den persönlichen Impfstatus ist gestärkt, die Inanspruchnahme von Impfungen steigt, insbesondere bei den kostenfreien österreichweiten Impfprogrammen für Kinder, Jugendliche und Erwachsene.

#14 Das Wissen über den persönlichen Nutzen von **Vorsorgeuntersuchungen** und medizinischen Screening-Programmen ist gestärkt, der individuelle Zugang ist erleichtert und die Inanspruchnahme steigt.

#15 Das **Risiko für Freizeit- und Arbeitsunfälle** und die Anzahl von Unfällen mit schwerwiegenden Gesundheitsfolgen wird reduziert.

#16 Die **Versorgung von Patientinnen und Patienten mit Diabetes** wird durch gezielte niederschwellige Wissensvermittlung sowie Beratungs- und Therapieangebote gestärkt und der Krankheitsverlauf damit positiv beeinflusst.

#17 Die Versorgung und Beratung von **Patientinnen und Patienten mit Herzinsuffizienz** im Krankenhaus, nach einer Spitalsentlassung sowie im niedergelassenen

Bereich wird durch ein telemedizinisches Netzwerk gestärkt und der Krankheitsverlauf damit positiv beeinflusst.

#18 **Patientinnen und Patienten mit einem Risiko einer Nierenerkrankung** werden durch ein systematisches Screening rechtzeitig erkannt, zielgerichtet behandelt und beraten, dadurch wird einer Verschlechterung des Gesundheitszustandes vorgebeugt.

#19 Die intra- und extramurale Versorgung und Beratung von **onkologischen Patientinnen und Patienten** wird durch ein telemedizinisches Therapie-Monitoring gestärkt und der Krankheitsverlauf damit positiv beeinflusst.

#20 Die Versorgung und Beratung von **Patientinnen und Patienten mit psychischen Erkrankungen** wird durch die Weiterentwicklung der Sozialpsychiatrischen Dienste (SpDi) in Kooperation mit dem Landeskrankenhaus Rankweil in allen Bezirken Vorarlbergs verbessert und damit die Genesung beschleunigt oder einer möglichen Krankheitsverschlechterung rascher entgegengewirkt.

KAPITEL
SECHS

Gesundheits-
förderung und
Prävention:
Handlungsagenda
2024 – 2030

MARIA, 46 JAHRE

6.1. ZIELGRUPPEN IM FOKUS

6.1.1. Kinder und Jugendliche

#1 Vorarlberg ist der chancenreichste Lebensraum für Kinder und Jugendliche, ihnen stehen die notwendigen Ressourcen zur Erhaltung einer guten Gesundheit zur Verfügung.

#Landesgesundheitsbericht 2022: Rund 16 Prozent sind der Vorarlberger Bevölkerung sind unter 14 Jahre alt. Die Säuglingssterblichkeit ist in Vorarlberg äußerst gering. Todesfälle sind bis zum vollendeten 14. Lebensjahr selten, die meisten passieren bald nach der Geburt bzw. im ersten Lebensjahr und sind auf die Perinatalphase zurückzuführen. Verletzungen mit Todesfolge sind für 12 Prozent (Mädchen) und 10 Prozent (Buben) der Todesfälle verantwortlich. Straßenverkehrsunfälle sind in Österreich jährlich für mehr als 60 schwer bis tödlich verletzte junge Menschen bis 19 Jahre verantwortlich, wären also potenziell vermeidbar. Bei den verhaltensbezogenen Gesundheitsdeterminanten sind Adipositas und Bewegungsmangel als Risikofaktoren hervorzuheben. Besonders starken Einfluss auf die Gesundheit im Erwachsenenalter haben geringe Bildungschancen und Armut bzw. Armutsgefährdung im Kindesalter. Hier besteht großer Handlungsbedarf, beispielsweise brechen sechs bis sieben Prozent der 15–17-Jährigen vorzeitig ihre Ausbildung ab.

Investitionen in die Gesundheit der Kinder und Jugendlichen zahlen sich mehrfach aus. Schon moderate Alltagsbewegung an der frischen Luft (wie zu Fuß zur Schule gehen) wirken sich positiv auf die Konzentrations-

fähigkeit, die Entwicklung des Gehirns und den Erwerb motorischer Fertigkeiten aus. Sportliche Aktivität in einem Verein verstärkt die genannten Effekte deutlich. Wer in Kindheit und Jugend Sport betreibt, der wird auch als Erwachsener leichter wieder einen Zugang dazu finden, die grundlegenden Fertigkeiten sind im Gedächtnis fest verankert. Nicht umsonst heißt es „Radfahren verlernt man nicht, wenn man es einmal gekonnt hat“.

Eng verknüpft mit Alltagsbewegung und sportlicher Aktivität sind die Ernährungsgewohnheiten. In jungen Jahren nehmen die Eltern durch ihre Auswahl beim Kauf von Lebensmitteln und die Art der Zubereitung von Speisen großen Einfluss auf die Gesundheit der Kinder, der Zahnstatus ist nur ein plakatives Beispiel für diesen Zusammenhang. Sport kann eine ungesunde Ernährung nicht kompensieren, aber es entsteht bei Eltern und Kindern eher ein Bewusstsein für die Wichtigkeit gesunder Nahrungsmittel. Sowohl gesunde Ernährung aber noch viel mehr die Bewegung fördern das seelische Wohlbefinden und die mentale Gesundheit.

Ernährung, Bewegung und seelisches Wohlbefinden sind über die gesamte Lebensspanne zentrale Einflussfaktoren auf die Gesundheit, aber in Kindheit und Jugend sind sie die Stellhebel für die Gesundheit schlechthin. 2035 kann Vorarlberg nur mit einer gesundheitsförderlichen Unterstützung während der Schwangerschaft und den ersten Lebensjahren der Kinder zum chancenreichsten Lebensraum für Kinder (**#chancenreich** – Marke Vorarlberg)

werden. Die **#Frühen Hilfen** sind ein wichtiger Baustein zur Herstellung von Chancengerechtigkeit, Familien werden bedarfsorientiert begleitet und unterstützt.

Aktuell widmet sich bereits ein großer Teil der Maßnahmen der Gesundheitsförderung den Kindern und Jugendlichen. Mehrere der 20 neuen Vorarlberger Gesundheitsziele in den folgenden Abschnitten befassen sich mit der gesunden Entwicklung von Kindern und Jugendlichen. Anhand der Ergebnisse des Landesgesundheitsberichts sollen die bestehenden Angebote angepasst oder bei Bedarf neue Projekte entwickelt werden.

Hier geht es zur dynamischen **#Online-Projektübersicht**.

6.1.2. Ältere Menschen

#2 Allen Menschen wird bis ins hohe Alter ein gesundes Leben in Selbstständigkeit und sozialer Teilhabe ermöglicht, ein gesundheitsförderliches Umfeld in Städten und Gemeinden unterstützt sie dabei.

#Landesgesundheitsbericht 2022: Die **Altersquote** beschreibt den Anteil der über 60-Jährigen im Vergleich zu den 15- bis 59-Jährigen. Sie betrug im Jahr 2021 in Vorarlberg 40,4 Prozent (Österreich 43,7 %), während sie im Jahr 2010 noch knapp 33 Prozent betragen hatte. 2021 lag die Lebenserwartung der Vorarlbergerinnen bei 85,0 Jahren, jene der Männer bei 80,1 Jahren. Im Jahr 2019 betrug die Lebenserwartung in guter Gesundheit für Vorarlbergerinnen 70,1 und für Vorarlberger 65,5 Jahre. Die Differenz zur Lebenserwartung ins-

gesamt wird somit in mittelmäßiger, schlechter oder sehr schlechter Gesundheit verbracht. In den nächsten Jahrzehnten ist ein starker Anstieg der Bevölkerung ab 75 Jahren zu erwarten. Der möglichst lange Erhalt der Gesundheit ist daher von besonders großer Bedeutung.

Was heißt schon alt? Aus der Perspektive vieler Jugendlichen sind Menschen über 50 Jahre bereits „steinalt“. Dem Prozess des Älterwerdens stehen viele Menschen nicht sehr positiv gegenüber. Das Alt-Sein verbindet viele mit einem beschwerlichen Alltag, Vorstellungen über vielleicht auftretende Erkrankungen und die Angst vor einem beschwerlichen Weg bis zum Tod sind weit verbreitet. Die häufig genutzten Klischees in den Medien (Menschen im Rollstuhl oder in einem Pflegebett, ...) tragen zu diesem Negativ-Image bei. Tatsächlich ist es aber so, dass die Lebenserwartung in Vorarlberg seit Jahrzehnten ansteigt und nach dem Ausscheiden aus dem Berufsleben in der Regel viele gesunde Lebensjahre zu erwarten sind.

Gesundheitsförderung kann einen wesentlichen Beitrag zu körperlicher Fitness und Wohlbefinden bis ins hohe Alter leisten. Eine alternde Gesellschaft erfordert Anpassungen im Gesundheitswesen, der Bedarf an Pflegekräften wird steigen und altersbedingte Erkrankungen werden zunehmen. Daher müssen Anstrengungen unternommen werden, um hochbetagten Menschen ein Leben in Selbstständigkeit zu ermöglichen. Projekte wie die erfolgreiche **#Aktion Demenz** leisten einen wichtigen Beitrag dazu.

Der in ganz Österreich gestartete [#Dialog gesund und aktiv altern](#) wird auch in Vorarlberg initiiert, wichtig ist die Berücksichtigung der vorhandenen Stärken und besonderen lokalen Gegebenheiten. Vorarlberg zeichnet sich durch ein hohes Ausmaß an [#Freiwilligenengagement und Beteiligung](#) aus. Die aktive Beteiligung an den Aktivitäten im persönlichen Umfeld und das Pflegen sozialer Beziehungen bereitet Freude und wirkt Einsamkeit entgegen. Die Gestaltung der Wohnquartiere, der Gemeinden und Städte hat einen wesentlichen Einfluss auf die Lebensqualität. Orte der Begegnung können gezielt ausgebaut und Bewegungsangebote im öffentlichen Raum geschaffen werden. Kommunen sollen in der Planung und Umsetzung von geeigneten Maßnahmen unterstützt werden. Unfälle stellen ein Gesundheitsrisiko dar, das nicht unterschätzt werden darf. Die Vermeidung von Haushaltsunfällen (insbesondere von Stürzen) kann wesentlich zur Erhaltung eines Lebens in Selbstständigkeit beitragen, da Knochenbrüche häufig zu längeren Krankenhausaufenthalten führen. Wichtig ist auch eine auf die Zielgruppe abgestimmte Informationsaufbereitung und -vermittlung.

Das Altern ist ein vielfältiger Prozess, der die Betrachtung aus mehreren Perspektiven erfordert und praktisch alle Politikfelder betrifft, den Herausforderungen kann nur gemeinsam begegnet werden. Die Chancen einer zunehmend älter werdenden Bevölkerung für die Gesellschaft können nur gemeinsam entdeckt und genutzt werden. In der Umsetzung der vorliegenden Strategie ist die Gesundheit der älteren Menschen besonders zu berücksichtigen. Projekte zur Erhaltung der Selbstständigkeit sind bis ins hohe Alter sind zu forcieren.

Die zu bearbeitenden Handlungsfelder sind (1) Mobilität und (sichere) Bewegung, (2) Information und Angebote im Wohnumfeld, (3) soziale Teilhabe und Aktivität sowie (4) das eigenständige Wohnen und damit verbundene bedarfsgerechte Unterstützungsangebote nach dem Prinzip „ambulant vor stationär“. Hier geht es zur dynamischen [#Online-Projektübersicht](#).

6.1.3. Vulnerable Gruppen – Gesundheitliche Chancengerechtigkeit

#3 In Vorarlberg haben alle Bevölkerungsgruppen einen gerechten und fairen Zugang zu gesundheitsfördernden und gesundheitspräventiven Ressourcen.

[#Landesgesundheitsbericht 2022](#): Das Bildungsniveau, die Einkommensverhältnisse und der Erwerbsstatus sind die verhältnisbezogenen Einflussfaktoren mit dem stärksten Einfluss auf die Gesundheit. Ein geringer Bildungsstand, Armut/Armutgefährdung und Arbeitslosigkeit führen zu einer höheren Krankheitslast und einer geringeren Lebenserwartung. Von Armut sind häufiger Frauen betroffen. Hauptursache für verlorene Lebensjahre von Frauen sind Krebserkrankungen, bei Männern haben Verletzungen und Vergiftungen eine größere Bedeutung. Tendenziell zeigt sich eine Angleichung zwischen den Geschlechtern hinsichtlich Rauchen, Alkoholkonsum und bei drogenbedingten Todesfällen, dennoch rauchen Männer häufiger, sie trinken häufiger und sterben öfter an Drogenkonsum als Frauen. Insgesamt ist die Krankheitslast bei Männern höher.

Die Verteilung von Ressourcen und der Zugang zu gesundheitlichen Ressourcen werden vor allem von den sozioökonomischen Gesundheitsdeterminanten Bildung, Einkommen und Erwerbsstatus bestimmt. Weitere wichtige Faktoren, die Ungleichheit verursachen können, sind Migrationshintergrund, Wohnregion, Lebensalter, das Geschlecht und Familienstand. Die Lebensverhältnisse der Menschen haben einen starken Einfluss auf die eigene Gesundheit, häufig haben die individuellen Lebensweisen einen geringeren Anteil an Gesundheit und Wohlbefinden als die allgemeinen sozioökonomischen Gesundheitsdeterminanten. Das bedeutet, dass mehrere nicht mit Gesundheit assoziierte Politikbereiche einen großen Beitrag zu guter Gesundheit und Krankheitsprävention leisten. Diesem Umstand wird mit dem „Health in All Policies“-Ansatz Rechnung getragen, die abteilungsübergreifende Arbeit soll gestärkt werden.

In der für die Gesundheitsförderung weltweit richtungsweisenden [#Ottawa-Charta](#) (Schlussdokument einer Gesundheitsförderungskonferenz in der kanadischen Hauptstadt Ottawa) aus dem Jahr 1986 wird bereits das Ziel formuliert, gesundheitliche Ungleichheit zu verringern und Chancengerechtigkeit in Bezug auf Gesundheit zu erreichen. In der WHO-Strategie [#Gesundheit für alle](#) werden ebenfalls gerechte Gesundheitschancen gefordert.

Die vorliegende Strategie fokussiert auf das Gesundheitswesen und die mit öffentlichen Mitteln finanzierten Maßnahmen der Gesundheitsförderung, der LGFF spielt neben den Ausgaben der Sozialversicherungsträger und bestimmten Budgetpositionen des Landes eine besonders wichtige Rolle.

Die gendergerechte Medizin und Gesundheitsförderung sind primär dem Gesundheitssektor zuzuordnen und geplante Maßnahmen zu diesem Themenfeld werden in den folgenden Abschnitten knapp beschrieben.

Frauengesundheit

[Im österreichischen Frauengesundheitsbericht 2022](#) wird betont, dass besonders wichtige Aspekte der Gesundheit von Frauen immer im Kontext gesellschaftlicher Strukturen zu betrachten sind. Selbstbestimmung in allen Altersphasen und Lebenssituationen spielte eine Schlüsselrolle für die Gesundheit von Frauen. Mehrfachbelastungen und Mental Load als Belastungsverstärker beeinträchtigen die Gesundheit vieler Frauen. Auswirkungen sind häufig Stress, Arbeitsdruck, Schlafstörungen und Kopfschmerzen. Frauenspezifische Gesprächsangebote zum Umgang mit Belastungen und bei Frauen häufiger auftretenden gesundheitlichen Beeinträchtigungen sind daher ein besonders wichtiger Bestandteil des gesundheitsförderlichen Angebots für Frauen.

Menstruationsgesundheit ist ein bisher eher vernachlässigter gesundheitlicher Aspekt, der für Frauen eine zentrale Rolle in ihrer körperlichen Gesundheit und ihrem Wohlbefinden spielt. Es geht dabei nicht nur um medizinische Aspekte, sondern auch um psychosoziale und gesellschaftliche Betrachtungsweisen, die untrennbar miteinander verbunden sind und in klassischen Gesundheitsberichten und Strategiedokumenten oft noch wenig Beachtung finden.

Häufiger bei Frauen auftretenden Erkrankungen wie Osteoporose, Herz-Kreislaufkrankungen und Endometriose sollte mehr Aufmerksamkeit geschenkt werden, die Gesundheitskompetenz der Frauen gestärkt und das Wissen der Fachkräfte gesteigert werden.

Männergesundheit

Im Alltag verhalten sich Männer oft weniger gesundheitsbewusst als Frauen. Viele Männer sind in traditionellen Rollenbildern verhaftet, die eher eine Achtsamkeit und Aufmerksamkeit für den eigenen Körper vernachlässigen, dies begünstigt die Bereitschaft, Risiken einzugehen. Männer achten weniger auf den eigenen Gesundheitszustand und nehmen insgesamt seltener an Angeboten zur Gesundheitsförderung teil. Die Ernährung ist oft weniger gesund, der Alkoholkonsum ist häufiger riskant. Auch im Straßenverkehr und bei Sportaktivitäten gehen Männer höhere Risiken ein.

Geschlechtsspezifische Unterschiede bestehen auch bei psychischen Erkrankungen. Starke Stressbelastungen oder Depressionen werden seltener bei Männern diagnostiziert als bei Frauen. Dennoch nehmen sich Männer viel häufiger das Leben als Frauen. Es wird angenommen, dass Männer seltener (professionelle) Unterstützungsangebote in Anspruch nehmen. Psychische Probleme kommen häufig in gesteigerter Aggression zum Ausdruck, die in einer Depression begründet ist. Generell muss die Gesundheitsförderung darüber aufklären, dass neben der körperlichen Gesundheit auch die psychische Gesundheit Aufmerksamkeit braucht, bei Männern ist dieses Bewusstsein in der Regel weniger ausgeprägt.

Zur Förderung der Männergesundheit und zur Steigerung der männlichen Lebenserwartung ist ein gesundheitsförderlicher Lebensstil mit körperlicher Bewegung, ausgewogener Ernährung und positiver Stressbewältigung wichtig.

Gesundheit von LGBTIQ+ Personen

Bis zum Erscheinen des [#LGBTIQ+ Gesundheitsbericht 2022](#) gab es in Österreich bislang kaum Daten und Informationen zu Gesundheit und Versorgung von LGBTIQ+-Personen. Für die Studie wurde die Literatur durchforstet, Expertengespräche durchgeführt und über 1.000 Personen befragt. Im Ergebnis zeigt sich, dass besonders das psychische Wohlbefinden häufig durch psychosoziale Belastungen und Diskriminierungserfahrungen beeinträchtigt wird.

Für Vorarlberg wurde in einem breit angelegten Partizipationsprozess der [#Aktionsplan LGBTIQ+](#) erarbeitet, der im Juni 2021 präsentiert wurde. In Vorarlberg werden mehrere Beratungsstellen und Selbsthilfegruppen unterstützt, die LGBTIQ+ Personen mit Rat und Tat zur Seite stehen, im Aktionsplan sind diese Angebote aufgelistet. Der Aktionsplan empfiehlt die Umsetzung weiterer Maßnahmen in drei Handlungsfeldern: Die erfolgten Sensibilisierungsmaßnahmen sollen weiter ausgebaut werden. Das Wissen zum Thema LGBTIQ+ soll in Lehrplänen verankert werden. Besonders wichtig ist geschultes Personal im Gesundheitswesen. Der Zugang zu Beratung und psychotherapeutischer Unterstützung soll sichergestellt werden.

In Zukunft sollen die Anliegen und Bedürfnisse in Gesundheitsfragen von LGBTIQ+ Personen stärker in der Gesundheitsförderung verankert werden, spezifische Informationsangebote sind im Sinne einer erhöhten Gesundheitskompetenz bereitzustellen.

Hier geht es zur dynamischen [#Online-Projektübersicht](#).

6.2. AUSGEWÄHLTE SETTINGS

6.2.1. Bildungseinrichtungen

#4 Kinder und Jugendliche werden in Vorarlberger Bildungseinrichtungen in ihren Gesundheitskompetenzen gestärkt, die Lern- und Freizeiträume bieten ihnen ein gesundheitsförderliches Umfeld. Dabei werden Bildungseinrichtungen durch Wissensvermittlung und Erfahrungsaustausch bedarfsgerecht unterstützt.

Die Ergebnisse des [#Landesgesundheitsberichts 2022](#) und anderer rezenter Studien (z.B. die groß angelegte [#KiGGS-Studie](#)) zeigen deutlich die drei wichtigsten Handlungsfelder mit all ihren Facetten für Krankheitsprävention auf: Bewegung, Ernährung und psychische Gesundheit. Ein wichtige Planungsgrundlage stellt die erstmals 2011 – und mittlerweile überarbeitete – [Österreichische Kinder- und Jugendgesundheitsstrategie](#) dar.

Anfangs in den [#elementarpädagogischen Bildungs- und Betreuungseinrichtungen](#) und später in den Schulen verbringen Kinder und Jugendliche sehr viel Zeit. In Kinderbildungs- und Betreuungseinrichtungen sind Maßnahmen zur Gesundheitsförderung, einschließlich eines

Bewegung und Ernährungsplanes für Kinder im pädagogischen Konzept verpflichtend zu verankern und in der Bildungsarbeit- und in der Betreuungsarbeit umzusetzen. Bildungseinrichtungen sind nicht nur Orte zum Lernen für Kinder und Jugendliche, sie sind auch Arbeitsplatz für Pädagoginnen und Pädagogen. Maßnahmen der Gesundheitsförderung richten sich auch an die dort arbeitenden Erwachsenen. Durch ihre Kinder sind die Erziehungsberechtigten ein Teil der Gemeinschaft in elementarpädagogischen Bildungs- und Betreuungseinrichtungen sowie Schulen, sie werden durch Präventionsprojekte (mit-) erreicht und können gesundheitsförderliche Maßnahmen zuhause umsetzen. Erziehungsberechtigte sind aktiv in die Bildungs- und Betreuungsarbeit einzubeziehen, wodurch unter anderem ihr Wissen über einen gesunden Lebensstil erweitert werden kann.

Gesundheit und Wohlbefinden entstehen durch das Zusammenspiel körperlicher, psychischer und sozialer Faktoren, daraus ergibt sich eine Vielzahl an möglichen Interventionen zum Erlernen von Verhaltensweisen, die dieses Zusammenspiel positiv beeinflussen. Einen ganzheitlichen Ansatz verfolgt das Projekt [#gesund aufwachsen](#), eine Fortbildung für die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in den elementarpädagogischen Bildungs- und Betreuungseinrichtungen. In den Fortbildungen werden theoretische Grundsätze und praktische Tipps vermittelt. Die Kinder sollen dabei unterstützt werden, ihre eigenen Ressourcen und Potenziale zu erkennen und auszubauen.

In den ersten Lebensjahren eignen sich Kinder wahrscheinlich mehr Fähigkeiten und Wissen an als in der

ganzen darauffolgenden Lebenszeit. Die Stärkung der Gesundheit entsteht durch die Umsetzung der pädagogischen Konzepte, die neben der Wissensvermittlung beispielsweise gemeinsame Aktivitäten im Freien, Musizieren und Basteln und selbständiges Spielen beinhalten. Alle Aktivitäten sind wichtig für die körperliche Entwicklung aber ebenso für die Entwicklung des Gehirns. Das Projekt Bewegungseinrichtungen möchte bereits im Kleinkind- und Kindergartenalter die Freude an Bewegung fördern. [#Zahnprophylaxe](#) und andere gesundheitsförderliche Maßnahmen werden bereits flächendeckend angeboten.

Ziel der schulischen Gesundheitsförderung ist zunächst die Schule als Lebens-, Lern- und Arbeitswelt aller dort beteiligten Menschen zu verstehen und diese gemeinsam gesundheitsförderlich zu gestalten. Am Anfang der Umgestaltung steht die Analyse der Situation in einem gemeinsamen Prozess aus der Perspektive der unterschiedlichen Nutzerinnen und Nutzer. Betrachtet werden unter anderem die Gestaltung und Nutzung der Innen- und Außenräume, verschiedene Abläufe im Schulalltag, die Vernetzung mit dem Schulumfeld und die Verpflegung – Ziel ist die nachhaltige Umgestaltung dieser verhältnisbezogenen Gesundheitsdeterminanten zu einer angenehmen und unterstützenden Umgebung, die sich positiv auf die Menschen und ihr Verhalten auswirkt. Die verhaltensbezogenen Maßnahmen zielen auf persönliche Kompetenzen und Ressourcen und den sozialen Umgang miteinander (kommunikative Fähigkeiten) ab. Die [#Tägliche Bewegungseinheit](#) an Schulen und Kinderbildungs- und Betreuungseinrichtungen hat im Projekt [#Schulgesundheit](#) mehrere Maßnahmen gebündelt, die

schrittweise umgesetzt werden. Die Abteilung Sanitätsangelegenheiten hat die Organisation der Schuluntersuchungen übernommen und die Untersuchungsinhalte adaptiert und den geänderten Lebenswelten der Kinder und Jugendlichen angepasst, die anonymisierten Ergebnisse der Untersuchungsdaten werden von der [#Landesstelle für Statistik](#) aufbereitet und analysiert. Das [#Pilotprojekt School-Nurses](#) gehört ebenfalls zu den bereits gesetzten Maßnahmen. Derzeit befindet sich ein eigener schulärztlicher Pool in Aufbau, um die Organisation der Schuluntersuchungen zu erleichtern. [#Schulsozialarbeit](#) und [#Schulpsychologie](#) sind besonders wichtige Angebote zur psychosozialen Begleitung von Schülerinnen und Schülern.

Die [#Servicestelle Gesunde Schule](#) der Österreichischen Sozialversicherung bietet eine breite Palette an Ressourcen für die Planung und Umsetzung von Maßnahmen, Informationsmaterialien greifen Themen wie Ernährung, Mobbing und Suchtmittel auf. Schulen können sich bei der Sozialversicherung bewerben, um professionell begleitet zu werden auf dem Weg zur gesundheitsförderlichen Lebenswelt Schule.

Land Vorarlberg, die Österreichische Gesundheitskasse (ÖGK) und die Versicherungsanstalt öffentlich Bediensteter, Eisenbahnen und Bergbau ([BVAEB](#)) werden ihre Kräfte in der schulischen Gesundheitsförderung bündeln und aufeinander abstimmen. Dazu wird 2024 eine eigene Steuerungsgruppe eingerichtet. Die gesamthafte Betrachtung und die Konzentration auf die Schaffung nachhaltig gesundheitsförderlicher Rahmenbedingungen hat die höchste Priorität, was die Bedeutung bereits eta-

blierter Projekte nicht schmälert, sondern ihre Wirkung durch die Einbettung in ein Gesamtkonzept verstärkt.

Hier geht es zur dynamischen [#Online-Projektübersicht](#).

6.2.2. Arbeitswelt

#5 Mitarbeitende in Vorarlberger Betrieben erhalten und stärken durch gezielte betriebliche Gesundheitsförderung ihre eigene Gesundheit. Betriebe werden dabei durch Wissensvermittlung und Erfahrungsaustausch bedarfsgerecht unterstützt.

[#Betriebliche Gesundheitsförderung](#) (BGF) ist eine moderne Unternehmensstrategie mit dem Ziel, Krankheiten am Arbeitsplatz vorzubeugen, Gesundheit zu stärken und das Wohlbefinden der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter zu verbessern.

BGF ist als eine Organisationsentwicklungsstrategie zu begreifen, die sich an jenen Faktoren der Arbeitswelt orientiert, die Krankheiten auslösen können. Da der Gesundheitszustand der Beschäftigten natürlich auch ihrem persönlichen Lebensstil und ihrem Risikoverhalten abhängt, kann bei betrieblichen Gesundheitsförderungsprojekten der Verhaltensänderung durchaus Aufmerksamkeit geschenkt werden. [#fit2work](#) ist ein bundesweites Beratungsangebot für Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer zur Erhaltung, Förderung oder Wiederherstellung der Arbeitsfähigkeit. fit2work unterstützt auch Unternehmen bei der Konzeption gesundheitsförderlicher Maßnahmen im Betrieb.

ÖGK und BVAEB begleiten Betriebe bei der Implementierung Betrieblicher Gesundheitsförderung, der Prozess der Umsetzung ist in fünf Schritte untergliedert.

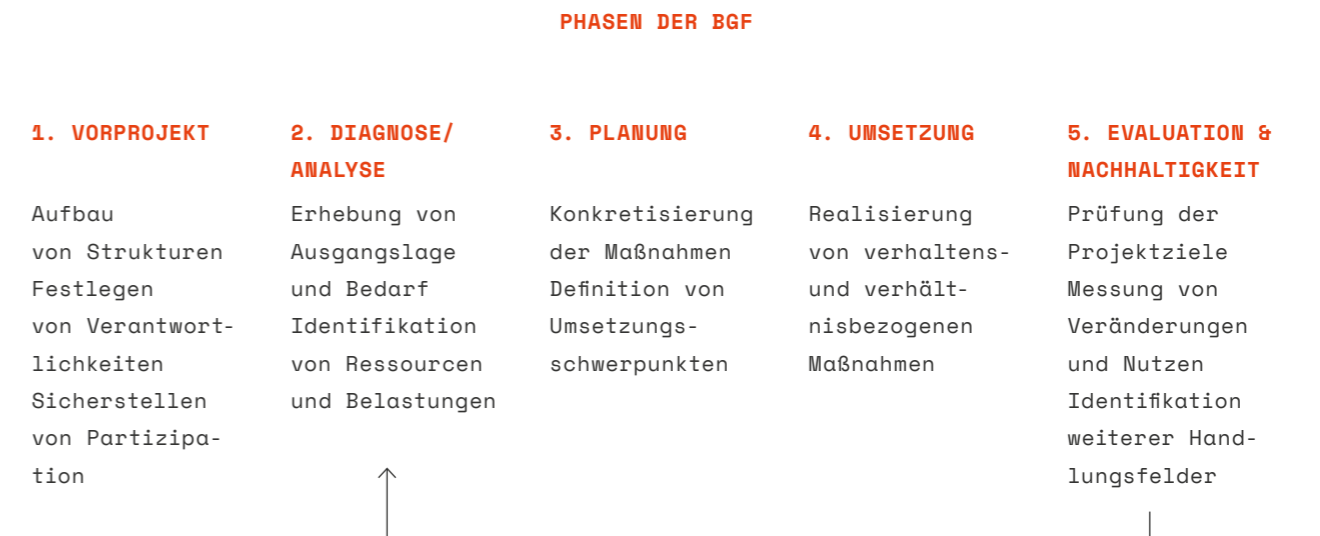


Abbildung 6: Ablauf der Betrieblichen Gesundheitsförderung in fünf Phasen

Die Prozessbegleitung der Betriebe wird von der ÖGK und der BVAEB angeboten, schrittweise soll das Angebot ausgeweitet werden, jährlich werden jene Unternehmen ausgezeichnet, die erfolgreich den BGF-Prozess durchlaufen haben, sie erhalten das #Österreichische BGF-Gütesiegel. Der Gesundheitsförderung von Lehrlingen sollte sowohl in den Betrieben als auch in den Berufsschulen mehr Aufmerksamkeit geschenkt werden.

Das #salvus-Unternehmensnetzwerk organisiert im Jahr mehrere Veranstaltungen und greift dabei aktuelle BGF-Themen auf. Das Netzwerk zeichnet sich dadurch aus, dass Land Vorarlberg, ÖGK, Wirtschaftskammer und Arbeiterkammer gemeinsam das Programm planen und jeweils für sie relevante Aspekte eines Themas einbringen können.

Hier geht es zur dynamischen #Online-Projektübersicht.

6.2.3. Vereine, Communities

#6 Vereine und Communities bieten ihren Mitgliedern ein gesundheitsförderndes Umfeld und werden dabei durch Wissensvermittlung und Erfahrungsaustausch bedarfsgerecht unterstützt. Die sozialen Funktionen der Organisationen (soziale Teilhabe, Integration, Inklusion) finden besondere Beachtung und Wertschätzung.

#Freiwilliges Engagement in Vorarlberg in unterschiedlichen Sport- und Kulturvereinen, Rettungs- und Feuerwehrorganisationen, Religionsgemeinschaften und Selbsthilfeorganisationen sind Beispiele für die unter-

schiedlichen Formen der Beteiligung in sozialen Gemeinschaften. Beim Großteil der Vorarlberger Bevölkerung genießen das freiwillige Engagement und der soziale Zusammenhalt einen hohen Stellenwert mit einer langen Tradition.

Das Land Vorarlberg fördert Selbsthilfegruppen, #Empowerment und Selbstvertretung genießen einen hohen Stellenwert. Unter der Prämisse „Nicht ohne uns, sondern mit uns!“ sind an vielen Planungsprozessen selbstverständlich Selbstvertreterinnen und Selbstvertreter beteiligt (z.B. #Inklusive Region Vorarlberg). #Selbsthilfe Vorarlberg unterstützt Selbsthilfegruppen durch Informationsangebote oder auch in der Organisation von Veranstaltungen.

In Deutschland wird die Selbsthilfe häufig als „vierte Säule“ des Gesundheitswesens bezeichnet – neben der stationären Versorgung, den ambulanten Angeboten und dem öffentlichen Gesundheitsdienst. Der Austausch mit anderen Betroffenen einer bestimmten Erkrankung gibt Kraft und reduziert das Gefühl von Hilflosigkeit und Ohnmacht. Die Selbsthilfe ist als eine große Ressource der Gesundheitsförderung anzusehen, die sehr viel zur Lebensqualität beitragen kann und dabei praktisch keine finanziellen Ressourcen benötigt, Schätzungen zufolge liegt der Anteil für Selbsthilfe an den gesamten Ausgaben für das Gesundheitswesen bei 0,2 bis 0,3 Prozent.

Die Sozialversicherung fördert #Projekte der Selbsthilfegruppen im ganzen Bundesgebiet, damit regional und lokal Betroffene (und Angehörige) Fachveranstaltungen usw. organisieren können. Die an der Gesundheit Öster-

reich GmbH angesiedelte Österreichische Kompetenz- und Servicestelle für Selbsthilfe ([#https://oekuss.at/](https://oekuss.at/)) setzt in den jährlichen Arbeitsprogrammen verschiedene Themenschwerpunkte und unterstützt sowohl fachlich als auch organisatorisch.

Besonders wichtig sind Sportvereine, die sportliche Betätigung hat in mehrfacher Hinsicht positive Effekte auf die Gesundheit. Durch die Festlegung von Förderkriterien kann Gesundheitsförderung und Nachwuchsarbeit belohnt werden. Die #Sportstrategie des Landes Vorarlberg betont die hohe Bedeutung der Ausbildung der Sporttrainerinnen -trainer. Bei im Spitzensport tätigen Sportlerinnen und Sportlern sind psychische Erkrankungen (z.B. Essstörungen, Angsterkrankungen, Depressionen) ein wichtiges Thema. Das Olympiazentrum Vorarlberg setzt daher auf mentale Trainings und Schulungen, die Sensibilität für bestimmte psychische und körperliche Erkrankungen soll erhöht werden. Bei vielen gesundheitsrelevanten Themen können Sportvereine mit einfachen Mitteln die aktiven Sportlerinnen und Sportler aber auch ihr soziales Umfeld erreichen.

Ein wichtiges Betätigungsfeld der Zukunft sind Projekte zur Erhöhung der Gesundheitskompetenz in Vereinen und Communities mit Unterstützung von Multiplikatoren, die Vertrauen genießen. Partizipative Elemente und Beteiligungsprozesse helfen dabei, den Wissenstransfer zu ermöglichen und die Gesundheitskompetenz zu stärken.

Hier geht es zur dynamischen #Online-Projektübersicht.

6.2.4. Regionen, Städte und Gemeinden

#7 In Regionen, Städten und Gemeinden Vorarlbergs wird die Gesundheit der Menschen wohnortnah gefördert, das Potenzial bestehender Strukturen und vorhandener Ressourcen wird genutzt.

#Landesgesundheitsbericht 2022: Die soziale Unterstützung wird von Männern und Frauen in Vorarlberg höher eingeschätzt als im österreichischen Durchschnitt. Personen mit einem hohen Ausmaß sozialer Unterstützung erachten deutlich häufiger ihre Gesundheit als gut oder sehr gut. 92 Prozent der Vorarlberger Bevölkerung mit hohem sozialem Vertrauen fühlen sich sehr gut oder gut, das gilt nur für 73 Prozent derjenigen mit niedrigem sozialem Vertrauen.

Kommunale Gesundheitsförderung beschreibt die systematische Planung und Herstellung gesundheitsfördernder Lebensbedingungen für die Bewohnerinnen und Bewohner einer Kommune zur Förderung gesundheitlicher Chancengerechtigkeit.

Die Zuständigkeit von Regionen, Städten und Gemeinden liegt in der Daseinsvorsorge, von der Wiege bis zur Bahre, das betrifft Betreuungseinrichtungen für Kleinkinder, Schulen, Vereine, Alten- und Pflegeheime, aber auch die infrastrukturelle Ausstattung für die Mobilität (Fuß- und Fahrradwege, öffentlicher Verkehr etc.), für Treffpunkte (Spielplätze, attraktive Straßen, Säle, etc.), Naherholung (Wald, Wanderwege, Sporteinrichtungen, etc.). Die Gestaltung dieser Lebenswelten/Lebensräume bietet großes Potenzial für Gesundheitsförderung.

Kommunale Gesundheitsförderung beginnt bereits mit einfachen, relativ kostengünstigen Maßnahmen zur Gestaltung der Quartiere. Ein Klettergerüst oder der sichere Schulweg für die Kinder, schattenspendende/kühlende Bepflanzungen, Brunnen oder Sitzbänke wirken oft über Jahrzehnte hinweg und werden von jedem Schuljahrgang bzw. der Bevölkerung an den unterschiedlichen Orten genutzt. Der Fitnessparcours im Ort oder Trainingsgeräte führen die Menschen zusammen. Die Erfahrung zeigt, dass viele Gemeinden die große Wirkung dieser Maßnahmen unterschätzen. Die Gestaltung der Wohnumgebung wird bereichert durch Einbeziehung unterschiedlicher Bevölkerungsgruppen (Partizipation), es werden die Bedürfnisse aller gesammelt und dabei auch das soziale Miteinander gestärkt. Beteiligungsprozesse wecken auch das Interesse für demokratische Prozesse und die Politik am eigenen Wohnort.

Nicht nur im städtischen Kontext, auch im ländlichen Raum ist die Versorgung mit Grünräumen gesundheitsförderlich. Grüne Freiflächen und begrünte Gebäude in ausreichender Größe helfen der Bevölkerung zum einen, die Folgen des Klimawandels zu bewältigen, und wirken sich zum anderen positiv auf die Gesundheit und das Wohlbefinden der Menschen aus. Grün- und Freiräume sind gleichzusetzen mit qualitativ hochwertigen urbanen Lebensräumen.

Die Gestaltung der Wohnumgebung wird bereichert durch Einbeziehung unterschiedlicher Bevölkerungsgruppen (Partizipation), es werden die Bedürfnisse aller gesammelt und dabei auch das soziale Miteinander gestärkt. Mit der gezielten Förderung kleinerer kommu-

naler Projekte in Kooperation mit dem Fonds Gesundes Österreich (FGÖ) wird diesem Segment zukünftig mehr Aufmerksamkeit geschenkt.

Hier geht es zur dynamischen [#Online-Projektübersicht](#).

6.2.5. Gesunde Umwelt

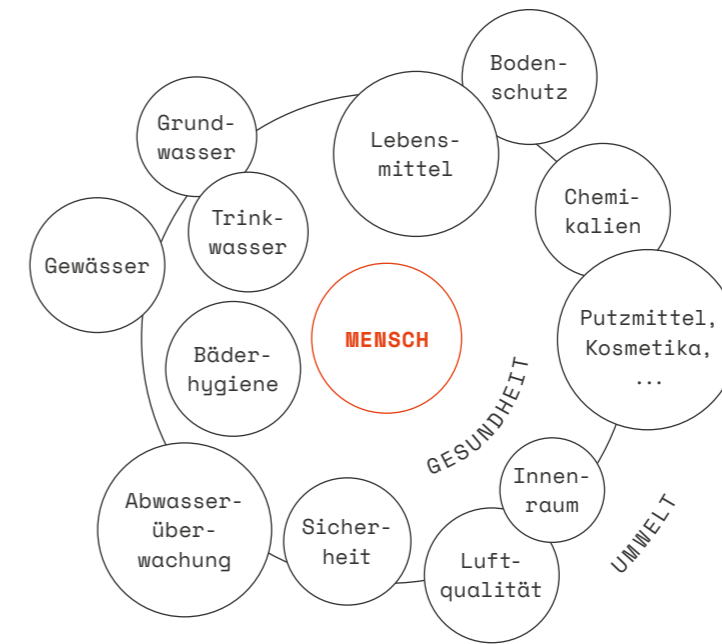
#8 Das Monitoring von Schadstoffen und Krankheitserregern in der Umwelt und die Gewährleistung von Lebensmittelsicherheit sind Teil der gesundheitlichen Vorsorge. Maßnahmen gegen schädliche Umwelteinflüsse und die negativen Folgen des Klimawandels werden ausgebaut. Durch gezielte Aufklärung wird Wissen über eine gesunde Lebensweise und Verhaltensregeln zur Reduktion schädlicher Umwelteinflüsse vermittelt.

#Landesgesundheitsbericht 2022: Die Lebensqualität und das Wohlbefinden werden unmittelbar durch das Wohnumfeld und den Lebensraum beeinflusst. Die Wasserqualität in Vorarlberg ist sehr hoch und die Belastung der Luft mit einigen Schadstoffen ist gesunken. Vorarlberg gehört zu den Bundesländern mit einer hohen verkehrsbedingten Lärmbelastung.

Essen, Trinken und Atmen sind die primären Lebensvoraussetzungen. Somit wird die Bedeutung einer intakten Umwelt und gesunder Lebensmittel für die Gesundheit, insbesondere in Hinsicht auf die Vorsorge sichtbar. Diese Zusammenhänge werden beim Transfer von Schadstoffen oder Krankheitserregern von Boden, Wasser und Luft in unsere Lebensmittel und unser Trinkwasser

deutlich. Über verschiedene Konsumentenprodukte wie zum Beispiel Reinigungsmittel oder Pflegeprodukte kann eine Gesundheitsbeeinträchtigung durch eine Schadstoffexposition auch direkt erfolgen. Die WHO und die EU fassen diese Zusammenhänge unter dem Begriff „One Health“ zusammen. Die fachliche Verknüpfung wurde in Vorarlberg sehr früh erkannt. Bereits 2006 wurden die Aufgaben des Umweltinstituts, der Lebensmittelunter-

suchungsanstalt und der Lebensmittelkontrolle unter einem Dach vereint. Diese breite Bündelung der Themen am [#Vorarlberger Umweltinstitut](#) ist einzigartig und stellt die vernetzte und dadurch effiziente Durchführung der unterschiedlichen Kontroll- und Untersuchungsaufgaben sicher (siehe Abbildung), Risiken können rascher erkannt und zukünftige Entwicklungen besser prognostiziert werden.



MONITORING UND UNTERSUCHUNG
SACHVERSTÄNDIGENTÄTIGKEIT
KONTROLLE, INSPEKTION, AUFSICHT
INFORMATION UND BERATUNG

Abbildung 7: Aufgaben des Vorarlberger Umweltinstituts

Die folgende Auflistung zeigt die beispielhaft die Vielfalt der Aufgaben des Instituts für Umwelt und Lebensmittelsicherheit:

- **Boden:** Gesunde und möglichst schadstoffarme Böden sind die Grundvoraussetzung für das Wachstum von unbelasteten pflanzlichen Lebensmitteln und Futtermitteln, daher werden die Böden im Rahmen von Untersuchungsprogrammen laufend überwacht und bewertet.
- **Luft:** An acht Messstellen wird die Luftqualität kontinuierlich erhoben und die Einhaltung von Grenzwerten kontrolliert. Die Bevölkerung kann sich im Internet über die Ergebnisse informieren.
- **Trinkwasser:** Laufende Ziehung von Proben bei den mehr als 300 Wasserversorgern
- **Lebensmittelsicherheit:** 1.500 Vor-Ort-Kontrollen pro Jahr von Lebensmittelunternehmen und Laboranalyse von 1.200 Proben
- **Bäderhygiene:** jährlich mehr als 500 Badewasseruntersuchungen in Hallen- und Freibädern und weitere 100 Kontrollen in natürlichen Badegewässern
- **Analysen im Kläranlagenzulauf:** Der Abwasserstrom in den Einzugsgebieten von Kläranlagen wird zunehmend zum Datenstrom. Beispielsweise können Analysen über die tatsächlich verwendeten Arzneimittelwirkstoffe oder die Menge konsumierter Drogen angestellt werden. Die Verbreitung bestimmter Infektionskrankheiten wie Corona kann abgeschätzt werden, Methoden zur Analyse der zunehmenden Antibiotikaresistenzen sind ein hochrelevantes zu entwickelndes Anwendungsgebiet.

Die Folgen des Klimawandels bringen neue Herausforderungen und Fragestellungen mit sich, denen nur

durch gemeinsame Anstrengungen in allen Politikfeldern begegnet werden kann. In unseren Breitengraden ist vor allem die Hitze ein Problem, vulnerable Gruppen sind davon stärker betroffen, die Chancen auf gute Gesundheit werden dadurch für einen nicht unerheblichen Teil der Bevölkerung verringert. An bereits gesetzte Maßnahmen ([#Hitzeschutzplan Vorarlberg](#)) gegen die negativen Folgen des Klimawandels zur Herstellung von Chancengerechtigkeit ist nahtlos anzuknüpfen. Dazu gehört [#capacity building](#) und die schrittweise Anpassung des Gesundheitswesens an den Klimawandel. Förderungen des Bundes stehen im Rahmen des Projekts [#Beratung klimafreundliche Gesundheitseinrichtungen](#) für Krankenhäuser, Pflegeeinrichtungen, Arztpraxen und Apotheken zur Verfügung. Das [#Infoportal Klimawandelanpassung](#) des Landes ist eine wichtige Grundlage für die sektorenübergreifende Zusammenarbeit, [#Szenarien für Vorarlberg](#), [#Aktionspläne](#) stehen dort zur Verfügung. Es braucht die Verständigung auf Maßnahmen, die gemeinsam umgesetzt werden

Derzeit werden folgende Projekte geplant oder bereits umgesetzt:

- Vortragsreihe Klima trifft Gesundheit zur Steigerung der Klimakompetenz innerhalb der Gesundheitsberufe und zur Vernetzung der Stakeholder und Institutionen
- Etablierung eines Hitzeaktionsbündnisses mit Online-Warnstufen für die Bevölkerung und Erarbeitung von digitalen Hitzeschutzplänen für die verschiedenen Settings im Gesundheitswesen
- Integration von Lehrinhalten zu den gesundheitlichen Risiken der Klimakrise in die Curricula der Pflegeausbildungen bzw. Klimamanagement-Ausbildung in Gesundheitssettings.

- Aufbau einer bundesweiten Datenbank zur Erfassung von Best Practice-Projekten

Hier geht es zur dynamischen [#Online-Projektübersicht](#).

6.2.6. Digitalisierung in der Gesundheitsförderung

#9 Die Möglichkeiten der Digitalisierung und das Potenzial digitaler Informationskanäle werden verstärkt genutzt, um Zielgruppen besser zu erreichen und ihre Gesundheitskompetenzen zu stärken.

Die Digitalisierung schreitet immer schneller voran und stellt eine der größten technologisch getriebenen Transformationen im Gesundheitswesen dar. Die Bandbreite der Anwendungen ist schier unerschöpflich. Die e-health Strategie Vorarlberg gibt Orientierung, befasst sich intensiv mit den aktuellen Entwicklungen und fokussiert auf sämtliche digitalen Anwendungen, die im Vorarlberger Gesundheitswesen ausgebaut oder überhaupt neu aufgesetzt werden sollen. Die Querbezüge zur Vorarlberger Gesundheitsförderungs- und Präventionsstrategie 2024–2030 sind mannigfaltig beispielsweise in Zusammenhang mit der [#Vbewegt-App](#), der [#Xsund-App](#) und Projekten der Sekundärpräventionen.

Das Internet bietet bereits viele (auch interaktive) wegweisende Möglichkeiten zur Gesundheitsförderung auf die in Vorarlberg gesetzt wird, z.B. das Suizidpräventionsangebot [#bittelebe.at](#). Webbasierte Angebote bieten neben der 24/7-Verfügbarkeit meistens auch hinsichtlich der Erreichbarkeit von Zielgruppen und Kosten Vorteile.

Das Internet ist leider auch Quelle von Des- und Falschinformation, die von „überall jederzeit“ verbreitet werden kann. Seriöse Gesundheitsinformation steht in Konkurrenz zu plakativen und vereinfachenden Darstellungen, die dennoch den Anschein von Wissenschaftlichkeit vermitteln.

Die verschiedenen digitalen Anwendungen und Informationskanäle werden sich voraussichtlich zu einer bestimmenden Größe in der Gesundheitsförderung entwickeln, insbesondere in der Stärkung der Gesundheitskompetenz in der Bevölkerung.

Neben der Vermittlung von Wissen sind aber auch die Kompetenzen, digitale Anwendungen bedienen und ihre Seriosität einordnen zu können, wesentlich. Die Digitalisierung birgt die Gefahr, Chancengerechtigkeit zu schmälern, weil nicht alle Menschen über einen (leichten) Zugang zu digitalen Angeboten verfügen.

Auf bewährte (analoge) Informationskanäle wie Veranstaltungen, Flyer, Inserate usw. darf daher nicht völlig verzichtet werden, die Vielfalt der Möglichkeiten zur Informationsvermittlung ist durch die Digitalisierung deutlich größer geworden und erfordert gut durchdachte Kommunikationskonzepte und einen zielgruppenspezifischen Medienmix.

Hier geht es zur dynamischen [#Online-Projektübersicht](#).

6.3. INHALTLICHE SCHWERPUNKTE

6.3.1. Ernährung

#10 Das Wissen über gesunde Ernährung mit hochwertigen und regionalen Lebensmitteln und die entsprechende Auswirkung auf die eigene Gesundheit ist gestärkt. Für alle Kinder und Jugendlichen ist eine gesunde Ernährung zugänglich.

#Landesgesundheitsbericht 2022: Das Ernährungsverhalten ist ein maßgeblicher Faktor für Gesundheit und Wohlbefinden. Ein unausgewogenes Verhältnis zwischen wenig gesundheitsförderlichen (Süßigkeiten, zuckerhaltige Getränke, Fleisch) und gesundheitsförderlichen Lebensmitteln (Obst, Gemüse, Fisch, Milch- und Vollkornprodukte), bei dem das Hauptgewicht auf Ersterem liegt, kann kurz- bis mittelfristig zu Gesundheitsproblemen wie Übergewicht und Karies führen. Langfristig werden dadurch Erkrankungen wie Typ-2-Diabetes, Herz-Kreislauf-Erkrankungen und bestimmte Krebserkrankungen begünstigt. 27 Prozent der Vorarlberger und 49 Prozent der Vorarlbergerinnen ab 15 Jahren essen täglich Obst und Gemüse. Damit liegt Vorarlberg hier über dem österreichischen Durchschnitt – insbesondere bei den Frauen (49 % vs. 41 %), aber auch bei den Männern (27 % vs. 25 %). 11 Prozent der Vorarlberger Bevölkerung essen täglich Obst (aber kein Gemüse), weitere 18 Prozent täglich Gemüse (aber kein Obst). 33 Prozent essen weder das eine noch das andere täglich.

#Ernährung ist ein allgegenwärtiges Thema, Nahrung versorgt den Körper mit lebensnotwendigen Substanzen, die zur Erhaltung der Gesundheit und des Wohlbefindens notwendig sind. Essen und Trinken ist aber weit mehr als Nahrungsaufnahme, der Verzehr von Speisen und Getränken ist mit Emotionen und sozialen Faktoren verknüpft und ein wesentlicher Bestandteil der Lebenskultur, auch der Konsum von alkoholischen Getränken und anderen Genussmitteln ist eng verbunden mit gesellschaftlichen Normen und Gepflogenheiten. Die Förderung gesunder Essgewohnheiten hat auf all diese Aspekte zu achten, um viele Menschen für eine Veränderung zu begeistern. Ein weiterer wichtiger Aspekt ist die Verfügbarkeit von frischen Lebensmitteln, die einen möglichst kurzen Transportweg hinter sich haben.

Die Möglichkeit zum Konsum qualitativ hochwertiger Lebensmittel ist ein Thema der Chancengerechtigkeit, da diese teilweise mehr kosten. In der Gemeinschaftspflege sollte in öffentlichen Einrichtungen (Schulen, Pflegeeinrichtungen, Krankenhäusern, usw.) aber auch in Betrieben für Rahmenbedingungen gesorgt werden, die das Angebot bzw. die Verarbeitung guter, regional verfügbarer Lebensmittel ermöglichen. **#Kinder.Essen.Körig** ist ein neues Fördermodell in Vorarlberg, das für hochwertiges, regionales, biologisches und leistbares Mittagessen in Bildungs- und Betreuungseinrichtungen sorgt. In den kommenden Jahren ist eine schrittweise Erweiterung dieses Förderprogramms geplant.

#REVAN-Richtig essen von Anfang an! bietet Informationen zur Ernährung für Schwangere und Stillende, Babys im Beikostalter, Kleinkinder und Kinder im Alter zwischen vier und zehn Jahren.

#Schule am Bauernhof heißt lernen, erfahren und begreifen. Kinder verstehen, wie Grundnahrungsmittel produziert werden, bevor sie verarbeitet und im Supermarkt präsentiert werden. Dieser erlebnisorientierte Zugang vermittelt „greifbares“ Wissen und eröffnet vielen Kindern eine neue Betrachtungsweise auf den Wert von Lebensmitteln. Die landwirtschaftlichen Betriebe werden unmittelbar als Teil unserer Kultur und Geschichte erlebbar.

Eine wichtige Aufgabe der Gesundheitsförderung ist die Aufklärung über eine ausgewogene Ernährung, die leicht verstehbar und im Alltag umgesetzt werden kann sowie die Schärfung des Bewusstseins über die Folgen des Konsums von Lebensmitteln mit hohem Zucker- und/oder Fettgehalt. Hier werden in Zukunft verstärkt digitale Anwendungen eine Rolle spielen. Für Kinder und Jugendliche mit starkem Übergewicht braucht es weiterhin Programme, die dabei helfen, die Lebensgewohnheiten unter Einbeziehung des sozialen Umfelds schrittweise zu ändern.

Hier geht es zur dynamischen **#Online-Projektübersicht**.

6.3.2. Bewegung

#11 Das Wissen über gesunde und sichere Bewegung und die entsprechende Auswirkung auf die eigene Gesundheit ist gestärkt. In allen Settings werden ein bewegungsförderliches Umfeld geboten und motivierende Anreize für mehr Bewegung im Alltag gesetzt.

#Landesgesundheitsbericht 2022: Die österreichischen Bewegungsempfehlungen sehen für Erwachsene (Personen ab 18 Jahren) ein wöchentliches Ausmaß von 150 Minuten bis 300 Minuten ausdauerorientierter Bewegung bei mittlerer Intensität und muskelkräftigende Übungen an mindestens zwei Tagen pro Woche vor. Für Kinder und Jugendliche im Alter von 6 bis 18 Jahren werden 60 Minuten Bewegung pro Tag empfohlen. Diese Empfehlungen für gesundheitswirksame Bewegung erfüllen laut Gesundheitsbefragung ATHIS 2019 nur rund 21 Prozent der Bevölkerung ab 15 Jahren.

#Bewegung ist das Multitalent der Gesundheitsförderung, Bewegung ist gut und tut gut und bereits in „niedrigen Dosen“ gesundheitswirksam:

- Bewegung fördert die körperliche Entwicklung, sie ist aber auch für die Entwicklung des Gehirns sehr wichtig und beschleunigt den Erwerb vieler kognitiver Fertigkeiten.
- Körperlich aktive Menschen leben länger, Bewegung ist das Fundament für Selbständigkeit bis ins hohe Alter, die alltäglichen Anforderungen werden leichter bewältigt.
- Herz-Kreislauf-Erkrankungen sind für ein Drittel der Todesfälle bei Frauen verantwortlich, Osteoporose tritt am häufigsten bei Frauen nach den Wechseljahren auf. Bewegung kann diesen Erkrankungen vorbeugen.
- Männer erkranken häufiger an Diabetes als Frauen, Übergewicht und Adipositas kommen bei ihnen häufiger vor. Bewegung beugt vor oder lindert Beschwerden.
- Nicht jede psychische Erkrankung ist präventabel, aber die Auftrittswahrscheinlichkeit wird reduziert,

besonders bei stressbedingten psychischen Problem oder schweren Krisen aufgrund einschneidender Lebensereignisse (Verlust eines geliebten Menschen, Schicksalsschläge, usw.).

– Bewegung unterstützt die Genesung von psychischen Erkrankungen und kann die Erkrankungsdauer reduzieren, daher ist sie auch ein wichtiger Bestandteil der stationären psychiatrischen Behandlung und Rehabilitation.

Bestehende Projekte sind beispielsweise die Initiative [#Vorarlberg bewegt](#) und die [#Vbewegt-App](#), [#Beweg dich – Gesunder Rücken](#), [#Beweg' dich – für die Seele](#) und [#Bewegt im Park der ÖGK](#), zusätzliche Bewegungseinheiten an elementarpädagogischen Bildungs- und Betreuungseinrichtungen, sowie an Schulen. Die Bewegungsinitiativen und die Bewegungsangebote für spezifische Zielgruppen sollen mehr Personen zugänglich gemacht werden. Kommunen sollten dabei unterstützt und beraten werden, wie sie ihre Gemeinden bewegungsfreundlich gestalten können.

Eine große Aufgabe besteht darin, möglichst viele Menschen von den Vorteilen gezielter Bewegung zu überzeugen und positive Anreize für Bewegung im Alltag zu schaffen.

Hier geht es zur dynamischen [#Online-Projektübersicht](#).

6.3.3. Psychische Gesundheit

#12 Das Wissen über mentale Gesundheit, gesundheitsförderliche Faktoren im Alltag und den Umgang mit psychischen Problemen und Krisen ist gestärkt,

Vorurteilen und Stigmatisierung wird dadurch entgegengewirkt und die rechtzeitige Inanspruchnahme von Unterstützungssystemen erleichtert.

#Landesgesundheitsbericht 2022: Die häufigsten Ursachen für Krankenstandsfälle waren im Jahr 2021 Krankheiten des Atmungssystems (25,3 %), Krankheiten des Muskel-Skelett-Systems und des Bindegewebes (16,1 %), Verletzungen, Vergiftungen und bestimmte andere Folgen äußerer Ursachen (13,7 %) sowie bestimmte infektiöse und parasitäre Krankheiten (10,2 %). Gemessen an den Krankenstandstagen 2021, machten Krankheiten des Muskel-Skelett-Systems und des Bindegewebes (21,6 %), Verletzungen, Vergiftungen und bestimmte andere Folgen äußerer Ursachen (20,5 %), psychische und Verhaltensstörungen (13,1 %) sowie Krankheiten des Atmungssystems (11,8 %) die größten Anteile aus. Vor allem bösartige Neubildungen sowie psychische Erkrankungen und Verhaltensstörungen verursachen proportional überdurchschnittlich lange Krankenstände. Zwischen 2010 und 2021 ist die durchschnittliche Dauer eines Krankenstands durch psychische Krankheiten um 63 Prozent gestiegen (von rund 0,9 Tagen Krankenstand je versicherter Person auf rund 1,6 Tage).

Psychische Gesundheit ist als wichtiger Bestandteil der allgemeinen Gesundheit immer zu berücksichtigen. Die erstmals 2009 veröffentlichte [#Nationale Strategie zur psychischen Gesundheit](#) enthält zehn Ziele zur psychischen Gesundheit und fußt auf einer gesamthaften Betrachtungsweise. Die Ziele in der aktualisierten Fassung (3. Auflage) lauten:

1. Psychische Gesundheit fördern und deren zentrale Bedeutung hervorheben.
2. Psychischer Krankheit vorbeugen und Suizid verhindern.
3. Wirksam gegen Stigmatisierung und Diskriminierung von Menschen mit psychischen Erkrankungen vorgehen.
4. Faire und angemessene Finanzierung bereitstellen.
5. Gute Primärversorgung für Menschen mit psychischen Erkrankungen sichern.
6. Geeignete Angebote für vulnerable Lebensphasen fördern.
7. Menschen mit schweren psychischen Erkrankungen durch gemeindenahe Dienste wirksam versorgen.
8. Die Einbindung von Betroffenen und Angehörigen in Planungs- und Entscheidungsprozesse ist zu gewährleisten. Die Personalressourcen sind zu stärken, attraktive Ausbildungen und Ausbildungsbedingungen anzubieten.
9. Zuverlässige Daten über die psychische Gesundheit der österreichischen Bevölkerung und die psychosoziale Versorgungslandschaft generieren.
10. Wirksamkeit bewerten und neue Erkenntnisse gewinnen.

Die Förderung der psychischen Gesundheit sollte möglichst früh mit dem Erwerb angemessener Konfliktlösungsstrategien und dem konstruktiven Umgang mit Frustrationserlebnissen beginnen. Ab dem Jugendalter sind Suizid- und Suchtprävention besonders wichtig, da Suchterkrankungen und Suizide/Suizidversuche mit hoher Mortalität und Krankheitslast verbunden sind⁴. Diese

beiden Bereiche unterstützen die Förderung der psychischen Gesundheit auch allgemein, da sie zur Enttabuisierung psychischer Probleme beitragen und zum Gespräch über Krisen und psychische Probleme animieren.

Suizidprävention

Entgegen der landläufigen Meinung sind die meisten Suizidversuche nicht mit einer bereits bestehenden psychischen Erkrankung in Verbindung zu bringen. In der Regel kommen mehrere krisenhafte Belastungsfaktoren zusammen, die letztlich zu einem Gefühl der Ohnmacht und Ausweglosigkeit führen. Ein Gespräch in dieser suicidalen Einengung kann darüber entscheiden, ob Suizidhandlungen gesetzt werden oder nicht. Gesundheitskompetenz in diesem Bereich bedeutet, die eigenen Gefühle einordnen zu können und vor allem das Gespräch in Krisen zu suchen und Hilfe in Anspruch zu nehmen.

Die Bekanntheit der psychosozialen Beratungsangebote (z.B. [#aks](#), [#pro mente](#), [#ifs](#)) und der rund um die Uhr verfügbaren [#Telefonseelsorge](#) in der Bevölkerung sind sehr wichtig. Das [#Österreichische Suizidpräventionsprogramm SUPRA](#) setzt auf leicht verfügbare und niederschwellige Angebote. In Vorarlberg wurde für jüngere Menschen u.a. die Website [#bittelebe.at](#) eingerichtet.

Suchtprävention

Die Suchtprävention hat einen hohen Stellenwert in Vorarlberg, ein differenziertes Angebot für unterschiedliche Zielgruppen steht zur Verfügung: Unter dem Titel [#klartext Sucht](#) werden Vorträge und Workshops für

4: Österreichischer Suizidbericht und Informationsmaterial sind hier verfügbar: [Suizid und Suizidprävention SUPRA \(sozialministerium.at\)](#)

Schülerinnen und Schüler in Unterstufe und Oberstufe aber auch Fortbildungsangebote für Pädagoginnen und Pädagogen angeboten. [#tatkisch klug – Sicher Feiern](#) informiert seit 2008 objektiv über psychoaktive Substanzen und Risiken des Substanzkonsums. Auf Events wird Beratung angeboten und in Ergänzung dazu wird ein Pilotprojekt zur Untersuchung von Substanzen ([#drug-checking](#)) gestartet.

Hier geht es zur dynamischen [#Online-Projektübersicht](#).

6.3.4. Impfwesen

#13 Das Wissen über die hohe Bedeutung von Impfungen zur Verhinderung von Krankheiten und über den persönlichen Impfstatus ist gestärkt, die Inanspruchnahme von Impfungen steigt, insbesondere bei den kostenfreien österreichweiten Impfprogrammen für Kinder, Jugendliche und Erwachsene.

Schutzimpfungen gehören zu den wichtigsten, wirksamsten präventiven Maßnahmen in der Medizin. Geimpfte sind im Regelfall vor der entsprechenden Krankheit geschützt. Zudem können Krankheiten, die nur von Mensch zu Mensch übertragen werden, wie Poliomyelitis, Hepatitis B oder Masern bei einer anhaltend hohen Durchimpfungsrate gänzlich eliminiert werden. Die COVID-19 und die Influenza- Impfungen haben gezeigt, dass Impfungen Menschenleben retten. Es sind ständig Anstrengungen zur Reduktion des Erkrankungsrisikos an Pertussis, Masern und Influenza notwendig. Entsprechend der UN-Konvention vom 20. November 1989 haben Kinder das Recht auf beste Gesundheitsversorgung. Dazu zählt der Schutz vor Erkrankungen, die durch Impfung vermeidbar sind. Eltern sind angehalten, Schutzimpfungen bei ihren Kindern vornehmen zu

lassen. In der medizinischen Versorgung von Säuglingen und Kleinkindern entspricht es dem Stand der medizinischen Wissenschaft, Grundimmunisierungen rechtzeitig zu beginnen, nicht unnötig zu verzögern und zeitgerecht abzuschließen.

Ziel des [#kostenfreien Kinderimpfprogrammes](#) war und ist es, allen in Österreich lebenden Kindern bis zum Ende der Schulpflicht Zugang zu den für die öffentliche Gesundheit wichtigen Impfungen zu ermöglichen, ohne dass dafür den Erziehungsberechtigten Kosten erwachsen. Auf diese Weise werden die meisten impfpräventablen Krankheiten im Kindes- und Jugendalter abgedeckt. Durch das kostenfreie Impfprogramm sollte die für den wichtigen Gemeinschaftsschutz (Herden-schutz) notwendige Impfbeteiligung in der Bevölkerung erreicht werden. Um die Kosten als Hinderungsgrund für die Inanspruchnahme von Impfungen bei Erwachsenen auszuschließen, wurde in der Saison 2023/2024 erstmals die Impfung gegen Influenza als Leistung der Sozialversicherung aufgenommen, wobei eine Fortführung und Ausweitung vorgesehen ist. Das Land Vorarlberg betreibt – in Ergänzung zu den Impfangeboten im niedergelassenen Bereich – eine Impfstraße bzw. Impfordination, in welcher hauptsächlich Impfungen gegen Covid und Influenza abgegeben wurden. In Zukunft soll das Leistungsangebot ausgebaut werden.

Seit Jahren ist europaweit und auch in Österreich eine Abnahme der Durchimpfungszahlen feststellbar, die durch die Covid-19 Pandemie mit geplanter Impfpflicht verstärkt worden ist. Dies betrifft die Kinderimpfungen, die im Rahmen des Impfprogrammes des Bundes, der Bundesländer und der Sozialversicherungsträger für Kinder und Jugendliche gratis angeboten werden, aber auch die Impfungen der Erwachsenen.

Trotz der zweifelsfrei nachgewiesenen Wirksamkeit Schutzimpfungen und einem großen Nutzen für die Individuen und die Gesellschaft nimmt die Impfskepsis stetig zu. Eine große Aufgabe für die Gesundheitsförderung ist die Erhöhung des Wissens über die Notwendigkeit und Sinnhaftigkeit von Impfungen. Dazu sind objektive Informationen (auch über mögliche Nebenwirkungen und Schäden) unter Nutzung verschiedener analoger und digitaler Kanäle bereitzustellen. Der Zugang zu einer Impfung muss so einfach wie möglich gestaltet werden.

Hier geht es zur dynamischen [#Online-Projektübersicht](#).

6.3.5. Vorsorge

#14 Das Wissen über den persönlichen Nutzen von Vorsorgeuntersuchungen und medizinischen Screening-Programmen ist gestärkt, der individuelle Zugang ist erleichtert und die Inanspruchnahme steigt.

#Landesgesundheitsbericht 2022: Im Jahr 2021 lebten in Vorarlberg rund 315.000 Menschen über 19 Jahre, rund 45.000 von ihnen nahmen eine allgemeine Vorsorgeuntersuchung in Anspruch, das entspricht etwa 14 Prozent bzw. 13 Prozent der Männer und 15 Prozent der Frauen. Entgegen dem österreichischen Trend war in Vorarlberg im Beobachtungszeitraum die Inanspruchnahme allgemeiner Vorsorgeuntersuchungen rückläufig – schon vor dem pandemiebedingten Einbruch im Jahr 2020.

[#Vorsorgeuntersuchungen](#) haben das Ziel, gesundheitliche Risikofaktoren zu vermeiden (Primärprävention). Das zweite Ziel ist die Früherkennung von Krankheiten (Sekundärprävention). Aufgrund ihrer starken Verbreitung in der Bevölkerung und aufgrund ihrer hohen

Krankheitslast und Morbidität konzentriert sich die Vorsorgeuntersuchung auf Risikofaktoren oder erste Krankheitsanzeichen von Herz-Kreislauf-Erkrankungen und Krebserkrankungen. Eingeführt wurde die Vorsorgeuntersuchung bereits 1974 und es ist davon auszugehen, dass die Lebenserwartung auch aufgrund dieses Instruments deutlich gestiegen ist.

Neben den beiden genannten Schwerpunkten geht es auch um die Identifikation von Risikofaktoren für Stoffwechselerkrankungen (insbesondere Diabetes), für Suchterkrankungen und für Parodontalerkrankungen. Ab dem Alter von 65 Jahren wird vermehrtes Augenmerk auf die Hör- und Sehleistung gelegt. Im Lauf der Jahre sind separate Screening-Programme zur Früherkennung von Gebärmutterhalskrebs, Brustkrebs, Darmkrebs und Prostatakrebs hinzugekommen.

Die rückläufige Inanspruchnahme der Vorsorgeuntersuchungen wird zwangsläufig zu einem Anstieg der genannten Erkrankungen führen. Zunächst sind daher die Ursachen für die sinkenden Zahlen zu analysieren, in diese Analyse sind die Anbieter der Vorsorgeuntersuchung und die Nutzerinnen und Nutzer des Angebots einzubeziehen. Im nächsten Schritt sind gemeinsam Maßnahmen zu entwickeln und umzusetzen, die das Interesse an und die Inanspruchnahme der Vorsorgeuntersuchung wieder ansteigen lassen. Auch das Angebot der Früherkennung von Krebserkrankungen sollte unbedingt wieder vermehrt genutzt werden, da die frühzeitige Erkennung die Heilungschancen stark erhöht.

Hier geht es zur dynamischen [#Online-Projektübersicht](#).

6.3.6. Unfallverhütung

#15 Das Risiko für Freizeit- und Arbeitsunfälle und die Anzahl von Unfällen mit schwerwiegenden Gesundheitsfolgen wird reduziert.

#Landesgesundheitsbericht 2022: Unfälle und Verletzungen sind nicht nur die häufigste Todesursache bei Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen, die Ereignisse ohne Todesfolge können weitreichende Konsequenzen für die Gesundheit haben, nicht selten ein Leben lang. Eine hohe Krankheitslast und viele verlorene Lebensjahre haben oft ihre Ursache in einem Unfall oder einer Verletzung. In hohem Lebensalter sind es häufig Stürze, die zu Knochenbrüchen (insbesondere Oberschenkelhalsbrüchen) führen. Die Genesung ist meist langwierig und häufig mit weiteren Erkrankungen und Störungen einhergehend.

Die Ursachen für Unfälle und Verletzungen und Vergiftungen sind vielfältig. Die Eintrittswahrscheinlichkeit bestimmter Gefahrensituationen hängt von vielen Faktoren ab, das Lebensalter spielt bei vielen Risiken eine große Rolle: Im Kleinkindalter stellt das Schlucken von Gegenständen eine Gefahrenquelle dar, die in den schlimmsten Fällen zum Erstickungstod oder tödlichen Vergiftungen (z.B. durch Knopfzellen) führen können. Kritische Ereignisse und Badeunfälle sind im Kindesalter häufiger. Kinder und Jugendliche sind im Straßenverkehr Gefahren ausgesetzt, die sie manchmal nicht erkennen oder falsch einschätzen. Jugendliche und junge Erwachsene neigen dazu, höhere Risiken einzugehen. Die Ausübung gefährlicher Sportarten oder Freizeitaktivitäten (Holzarbeiten, usw.) im Erwachsenenalter

sind mit erhöhter Unfallgefahr verbunden. Die Unfallverhütung am Arbeitsplatz hat einen Stellenwert, aber gänzlich vermeidbar sind schwere Arbeitsunfälle nicht. Haushalts- und Freizeitunfälle sind wesentlich häufiger als Arbeitsunfälle, viele davon wären durch einfache Maßnahmen vermeidbar. In höherem Lebensalter führen Stürze häufiger zu Knochenbrüchen, die oft langwierige Heilungsprozesse nach sich ziehen und Mobilität massiv beeinträchtigen können.

Präventionsmaßnahmen werden von unterschiedlichen Institutionen in all den genannten Lebens- und Risikobereichen gesetzt, zum Teil sind die Organisationen bundesweit tätig. Die AUVA beschäftigt sich beispielsweise mit der Unfallverhütung und Schutzmaßnahmen am Arbeitsplatz, das Kuratorium für Verkehrssicherheit mit Unfallprävention im Straßenverkehr.

#Sicheres Vorarlberg bietet präventive Maßnahmen in mehreren Sparten an, die Kooperation mit Gemeinden, Schulen und Kindergärten und mobilen Diensten zeichnet ihr Leistungsangebot aus. Der Fokus liegt ganz klar auf der Prävention von Unfällen im Straßenverkehr und Freizeitunfällen. Dazu zählen:

- Schulungen für Kinder zur Gefahr des toten Winkels im Straßenverkehr (**#Sehen und gesehen werden**) oder die richtige Verwendung von Fahrradhelmen,
- gezielte Information für Eltern von Kleinkindern zur Vermeidung typischer Gefahrensituationen (**#OBACHT**),
- der **#Wasser-Sicherheits-Check (WSC)** zur Prävention von Badeunfällen
- der Umgang mit Gefahren im alpinen Gelände (Lawinen) oder

- das Programm **#OTAGO** zur Sturzprävention in hohem Alter.

Beginnend mit dem Ausbau von OTAGO soll die Anzahl der einzelnen Angebote schrittweise erhöht werden, um einen möglichst großen Anteil der Bevölkerung zu erreichen. Die Angebote sollen möglichst zielgruppenspezifisch durch Nutzung digitaler Möglichkeiten angeboten werden. Die Zusammenarbeit mit anderen in der Unfallprävention tätigen Institutionen soll gestärkt werden.

Hier geht es zur dynamischen **#Online-Projektübersicht**.

6.4. PROJEKTE DER SEKUNDÄRPRÄVENTION

Maßnahmen der Sekundärprävention für Patientinnen und Patienten mit bestimmten chronischen Erkrankungen sollen ausgebaut werden, um die Versorgung zu optimieren und damit den Krankheitsverlauf der Patientinnen und Patienten sektorenübergreifend positiv zu beeinflussen.

Die Maßnahmen sind in folgenden Bereichen geplant:

- Diabetesversorgung
- Unterstützung von Menschen mit Herzinsuffizienz
- Verbesserung des Case-Managements in der Nephrologie
- Telemedizinisches Therapie-Monitoring in der Onkologie
- Ausweitung des Angebots der Sozialpsychiatrischen Dienste (SpDi)

Die Themen sind eng verknüpft mit den Prioritäten der Vorarlberger e-health-Strategie in Zusammenhang mit

Therapiemanagement und Schnittstellenkommunikation mithilfe einer eigenen digitalen Plattform.

Hier geht es zur Übersicht der **#Projekte der Sekundärprävention**.

6.4.1. Verbesserung der Diabetes-Versorgung

#16 Die Versorgung von Patientinnen und Patienten mit Diabetes wird durch gezielte niederschwellige Wissensvermittlung sowie Beratungs- und Therapieangebote gestärkt und der Krankheitsverlauf damit positiv beeinflusst.

Die Basisversorgung der Diabetespatientinnen und -patienten, (Erst-)Diagnostik und medikamentöse Einstellung kontinuierliche Betreuung – wird in der Regel von Allgemeinmedizinerinnen und -medizern oder Fachärztinnen und -ärzten für Innere Medizin geleistet, wobei letztere auch die erweiterte Abklärung und die Erstellung eines Risikoprofils durchführen können. Sowohl ambulante als auch stationäre Versorgungsstrukturen der Krankenhäuser unterstützen und ergänzen die extramurale Versorgung bei der technischen Beratung und Einstellung und bei der Auswertung komplexer Blutzuckerprofile insbesondere bei multimorbiden Patientinnen und Patienten. Die Krankenhäuser übernehmen auch die stationäre Behandlung im Falle von Blutzuckerentgleisung, die Ersteinstellung im Falle einer (akut-)stationären Aufnahme sowie die Versorgung von -Patientinnen und Patienten mit Typ I Diabetes Optimierungspotential besteht beim niederschweligen Zugang für die im Alltag auftretenden Probleme der Patientinnen und Patienten sowie bei der Verfügbarkeit von Beratung und Schulung innerhalb kurzer Zeit.

6.4.2. Herzmobil – Messdaten am Smartphone

#17 Die Versorgung von Patientinnen und Patienten mit Herzinsuffizienz während des stationären Aufenthalts, nach der Spitalsentlassung und im niedergelassenen Bereich wird durch ein telemedizinisches Netzwerk gestärkt und der Krankheitsverlauf damit positiv beeinflusst.

Der Aufbau eines Netzwerkes zur Versorgung von Patientinnen und Patienten mit Herzinsuffizienz soll Verbesserungen bei der Behandlung und Betreuung im Krankenhaus, der Entlassung nachhause und der weiterführenden Behandlung/Betreuung zuhause bzw. in der extramuralen Versorgung bringen. Bei der Projektumsetzung spielen die Einführung und Anwendung telemedizinischer Systeme (am Smartphone oder anderen digitalen Endgeräten eine zentrale Rolle. Vier Bausteine sind geplant.

Die Generierung von Messdaten (Körperwaage, RR- und Puls) und die unmittelbare Übertragung der Daten sorgen für eine rasche Reaktion im Falle von Verschlechterungen.

Intensive Schulung der Patientinnen und Patientinnen und ihren Angehörigen und im Bedarfsfall Hausbesuche von Herzinsuffizienz-Nurses bewirkt eine erhöhte Compliance für die erforderlichen medizinischen Maßnahmen insbesondere bei der korrekten Einhaltung der vereinbarten Medikation. Optimierung der individualisierten Medikation: Die patientenspezifische optimale Maximaldosis der Medikamente kann nur erreicht

werden, wenn nach der Akutphase in mehreren Schritten über Monate hinweg eine individuelle Anpassung erfolgt.

Die Kommunikation zwischen Patientinnen und Patienten und den Ärztinnen und Ärzten bzw. den Pflegepersonen ist essentiell, diese kann direkt über das telemedizinische System zwischen allen Beteiligten aber auch telefonisch erfolgen.

6.4.3. Nephrologisches Screening

#18 Patientinnen und Patienten mit erhöhtem Risiko einer Nierenerkrankung werden durch ein systematisches Screening frühzeitig erkannt, zielgerichtet behandelt und der Krankheitsverlauf damit positiv beeinflusst.

Nierenerkrankungen gehen mit einer erhöhten Sterblichkeit einher, die mittels frühzeitig einsetzender, gezielter Therapie signifikant reduziert werden kann. Eine kardio-renal-metabolische Kombinationstherapie kann die Verschlechterung der Nierenfunktion 15 Jahre (aber auch darüber hinaus) verzögern. Ziel ist die Reduktion von Mortalität und Morbidität durch Verbesserung der ambulanten Versorgung durch die Implementierung eines abgestuften und integrierten Versorgungskonzeptes von der Allgemeinmedizin über die Innere Medizin bis hin zur Nephrologie in der extramuralen und der intramuralen Versorgung erreicht werden.

Durch systematisches Screening (sog. "Case Finding" erfolgt die Identifizierung von Risikogruppen an-

hand der Feststellung folgender (Vor-)Erkrankungen: Bluthochdruck, Diabetes mellitus, und kardiovaskuläre Erkrankungen wie Herzinsuffizienz. Berücksichtigung finden auch bereits erhobene und verfügbare Daten. Mithilfe des Screenings und der evtl. daraus resultierenden Behandlung wird die Verlangsamung des Fortschreitens der Nierenerkrankung, die Verringerung des Mortalitätsrisikos das verbesserte Disease-Management der vorhandenen Komorbidität erreicht.

Die Österreichische Gesellschaft für Niereninsuffizienz (ÖGN) plant ein Pilotprogramm zur inhaltlichen Unterstützung einer bundesweiten Ausrollung.

6.4.4. Telemedizinisches Therapie-Monitoring in der Onkologie

#19 Die intra- und extramurale Versorgung von onkologisch erkrankten Patientinnen und Patienten wird durch ein telemedizinisches Therapie-Monitoring gestärkt und der Krankheitsverlauf damit positiv beeinflusst.

Durch telemedizinisches Therapie-Monitoring soll eine bessere therapiebegleitende Betreuung onkologischer Patientinnen und Patienten erreicht werden. Die digitale Anwendung verknüpft eine tägliche Symptomerhebung sowie evidenzbasierte Information und Aufklärung zur Erkrankung und möglichen Nebenwirkungen miteinander (Selbsthilfe-Bibliothek). Über eine Smartphone-App geben die Patientinnen und Patienten täglich Symptomdaten ein, der Zeitaufwand beträgt etwa fünf Minuten. Die Angaben werden in Echtzeit

an das onkologische Zentrum übertragen und anhand eines Algorithmus automatisiert ausgewertet und einer Dringlichkeits-Codierung zugeordnet: bei „grün“ geht es dem Betroffenen gut, bei „gelb“ besteht Handlungsbedarf innerhalb von acht Stunden und bei „rot“ besteht dringender Handlungsbedarf innerhalb von 30 Minuten. Das Betreuungsteam aus Ärztinnen/Ärzten und den Pflegepersonen wird aktiv über gelbe und rote Alarme informiert, danach erfolgt der Aufruf einer Onlineplattform und anhand eines speziell auf die bestehende Symptomatik abgestimmten Fragebogens werden gemeinsam mit den Patientinnen und Patienten die Symptome telefonisch besprochen. Auf dieser Basis können entsprechende Maßnahmen veranlasst werden.

Die tägliche Symptomaufzeichnung ermöglicht auch eine grafische Darstellung des Symptomverlaufs. Der individuelle Symptomverlauf kann via ELGA ins Krankenhausinformationssystem integriert werden. Dies erleichtert die klinische Betreuung, da bereits im Vorfeld Informationen zum Krankheits- und Symptomverlauf der vergangenen Wochen von Kontrollterminen vorliegen. Die in der Regel kurze aber wertvolle Zeit für Gespräche bei einem ambulanten Kontrolltermin kann besser genutzt werden.

6.4.5. Psychosoziale Versorgungszentren

#20 Die Versorgung von Patientinnen und Patienten mit psychischen Erkrankungen wird durch die Weiterentwicklung der Sozialpsychiatrischen Dienste (SpDi) in Kooperation mit dem Landeskrankenhaus Rankweil (LKH R) in allen Bezirken Vorarlbergs gestärkt und der Krankheitsverlauf damit positiv beeinflusst.

In den Jahren 2017 und 2018 wurde mit den Sozialpsychiatrischen Diensten (SpDi) in allen Bezirken ein niederschwelliges psychosoziales Beratungsangebot für Erwachsene geschaffen, für Kinder und Jugendliche in den Regionen Unterland (Region Nord) bzw. Oberland (Region Süd).

Die SpDi haben von Montag bis Freitag tägliche Öffnungszeiten und können ohne Voranmeldung aufgesucht werden, telefonische Kontakte oder Anfragen per E-Mail sind ebenfalls möglich, in seltenen Fällen werden die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der SpDi aufsuchend tätig. Das Angebot ist kostenlos und kann auf Wunsch anonym in Anspruch genommen werden.

Das Leistungsspektrum umfasst Krisenintervention bei plötzlich eintretenden seelischen Belastungen bzw. psychosozialen Krisen, sozialpsychiatrische Abklärung und Abschätzung des Hilfebedarfs, Beratung und Organisation weiterer Unterstützungsangebote und in besonders dringenden Fällen eine fachärztliche Abklärung und Erstbehandlung. Angehörige bzw. das soziale Umfeld werden bei Bedarf in die Abklärung eingebunden. Bei Minderjährigen werden die Erziehungsberechtigten eingebunden, in begründeten Einzelfällen wird zum Wohle des Kindes darauf verzichtet.

Die sozialpsychiatrischen Dienste haben keinen expliziten (Primär-)Präventionsauftrag im „klassischen“ Sinne, ihr Angebot hat aber eine große Bedeutung in der Sekundärprävention. Einige Personen mit chronischen psychischen Erkrankungen bekommen im Falle der Verschlechterung des Gesundheitszustandes rasch Hilfe und können in einigen Fällen stationäre Aufenthalte überflüssig machen. Die SpDi tragen wesentlich zur Aufklärung bei und entlasten die Angehörigen in einer Krisensituation. Die Gesundheitskompetenz wird gestärkt und dadurch fällt allen Beteiligten der Umgang mit der psychosozialen Krise leichter. Maßnahmen zur rechtzeitigen Abwendung bzw. positiven Beeinflussung von psychosozialen Belastungsmomenten können erlernt werden.

Die SpDi werden von pro mente und aks betrieben und zur Gänze durch den Vorarlberger Sozialfonds finanziert. Das Leistungsangebot hat sich sehr gut etabliert und stellt einen sehr wichtigen Baustein im psychosozialen Versorgungsangebot dar. In naher Zukunft soll die (fach-)ärztliche Ausstattung der SpDi deutlich verbessert und Kooperationen mit dem LKH Rankweil und anderen Leistungsanbietern ausgeweitet werden.

KAPITEL
SIEBEN

Monitoring
und
Evaluierung

ANGELIKA, 61 JAHRE

Der Vorarlberger Gesundheitsbericht soll künftig alle fünf Jahre erscheinen. Die dynamische [#Online-Projektübersicht](#) stellt geplante und in Umsetzung befindliche Maßnahmen der Gesundheitsförderung und Prävention dar und wird fortlaufend aktualisiert.

Daten, die aus Projekten und Maßnahmen generiert werden, sollen möglichst in die Sozialberichterstattung des Landes einfließen, um ein fortlaufendes Monitoring zu ermöglichen. Die seit 2020 erscheinende und im Juli 2023 in dritter Auflage veröffentlichte Sozialberichterstattung aus einem Guss (SBAEG) beschreibt die soziale Lebenswelt der in Vorarlberg lebenden Menschen „von der Wiege bis zur Bahre“. Sie soll zu einer fundierten Entscheidungsfindung beitragen und den Anforderungen einer agilen Verwaltung gerecht werden. Die SBAEG wird von der Landessozialplanung laufend weiterentwickelt und wird voraussichtlich 2024 in digitalisierter Form vorliegen.

Dies wird durch regelmäßige Kennzahlen-Aktualisierungen des Vorarlberger Gesundheitsberichts unterstützt. Zu beobachtende Kennzahlen sind beispielsweise:

1. Bevölkerung nach Altersgruppen in Vorarlberg und Österreich
2. Lebenserwartung bei der Geburt nach Geschlecht
3. Akuter Myokard und ischämischer Schlaganfall nach Geschlecht

4. Krebsinzidenz in Vorarlberg nach Geschlecht
5. Stationäre Aufenthalte aufgrund von Verletzungen und Vergiftungen
6. Frakturen des Oberschenkelhalsknochens bei ab 60-Jährigen nach Geschlecht
7. Sterblichkeitsdaten in Vorarlberg nach Geschlecht
8. Suizidrate Vorarlberg nach Geschlecht
9. Stationäre Patientinnen und Patienten mit ausgewählten drogenassoziierten Diagnosen
10. Vom Gesundheitssystem potenziell vermeidbare Sterblichkeit nach Geschlecht

In den kommenden Jahren sollen die Gesundheitsberichterstattung und die Sozialberichterstattung aus einem Guss (SBAEG)⁵ stärker miteinander verzahnt werden. Evaluation der Projekte.

Der Nachweis der Wirksamkeit gesundheitsförderlicher Projekte ist nicht einfach, weil viele Projekte so angelegt sind, dass sich ihr tatsächlicher Erfolg erst in fernerer Zukunft messen ließe. Umso wichtiger ist eine aussagekräftige Evaluation jedes einzelnen Projekts, die auf unmittelbare (messbare) Effekte und den Prozess des Projekts selbst abstellen. Bewährte Qualitätskriterien und Standards der Gesundheitsförderung und Prävention müssen in Projektanträgen berücksichtigt und die Evaluation des Projekts konkret anhand von Messgrößen beschrieben werden.

Die Definition dieser Kriterien und die Festlegung von Standards hinsichtlich Berichtslegung sind Gegenstand eines wissenschaftlichen Projekts, das gerade in Kooperation mit der Fachhochschule Vorarlberg startet.

Bei der Planung der Evaluation ist auf Sparsamkeit und Effizienz zu achten. Die Kosten für die Evaluation müssen in einem vernünftigen Verhältnis zu den Gesamtkosten des Projekts stehen.

Jede Projektevaluation dient dem Zweck, die nachfolgenden Projekte inhaltlich und organisatorisch zu verbessern und dabei auch durch die „Lernkurve“ entstehendes Einsparungspotenzial aufzudecken.

Künftig sollen Projekte und Maßnahmen des Landesgesundheitsförderungsfonds auf Basis einer einheitlichen Grundlage evaluiert werden. Die Fachhochschule Vorarlberg wurde beauftragt, gemeinsam mit den relevanten Akteuren bis Ende 2024 ein entsprechendes Evaluierungskonzept zu erarbeiten.

⁵: Sozialberichterstattung aus einem Guss (SBAEG)
Link: [Sozialberichterstattung aus einem Guss \(SBAEG\)](#)
Erstmals erschien heuer eine maschinenlesbare Veröffentlichung vieler der in der SBAEG enthaltenen Daten durch die Landesstatistik unter folgendem Link: <https://www.data.gv.at/vorarlberg>

KAPITEL
ACHT

Quellen
und
weiterführende
Literatur

MARGRIT, 84 JAHRE

x sund

blieba

Vorarlberger Landesgesundheitsbericht 2022
Vorarlberg 2035 - Chancenreichster Lebensraum
für Kinder und Jugendliche
Vorarlberger Klimawandelanpassungsstrategie

Österreichische Gesundheitsziele
Österreichische Gesundheitsförderungsstrategie
Österreichischer Frauengesundheitsbericht 2023
Aktionsplan Frauengesundheit
Österreichische Suizidpräventionsstrategie
Österreichische Kinder- und Jugendgesundheitsstrategie

Fonds Gesundes Österreich (FGÖ):
Glossar Gesundheitsförderung und Prävention

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA):
Leitbegriffe der Gesundheitsförderung und Prävention



KONTAKT

AMT DER VORARLBERGER

LANDESREGIERUNG

Abteilung Sanitätsangelegenheiten

Landhaus

Römerstraße 15

6901 Bregenz

gesundheitsfoerderung@vorarlberg.at

www.vorarlberg.at/gesundheitsfoerderung

ÖSTERREICHISCHE

GESUNDHEITSKASSE

Expertisezentrum Gesundheitsförderung,

Prävention und Public Health

Jahngasse 4

6850 Dornbirn

gesundleben-19@oegk.at

