

Große Barrieren bei Gesundheitsprävention – Potential in Deutschland nicht ausgeschöpft

- Die Fallzahlen für Übergewicht und Adipositas steigen in Deutschland – damit einhergehend Folgeerkrankungen wie Diabetes
- Präventionsbericht 2022: Individuelle Präventionskurse werden nur von 1,1 % aller GKV-Versicherten in Anspruch genommen
- Dr. Anna Haas von Oviva: “Die Barrieren für Präventionskurse sind zu hoch und die Aufklärung zu gering”

Berlin, 14. Dezember 2022 – In Deutschland sind insgesamt [53,5 Prozent](#) der Bevölkerung (46,6 % der Frauen und 60,5 % der Männer) von Übergewicht, einschließlich Adipositas, betroffen. Übergewicht ist ein Risikofaktor für viele Folgeerkrankungen wie zum Beispiel Diabetes oder Herz-Kreislauf-Erkrankungen. Diese sind kostenintensiv für das Gesundheitssystem und stellen bedeutende Probleme der öffentlichen Gesundheit dar. Besser als immer mehr erkrankte Menschen zu behandeln, ist, der Entstehung von Krankheiten vorzubeugen. Diesen Zweck sollen zertifizierte Präventionskurse erfüllen, die von den Krankenkassen aktiv gefördert werden. Der [Präventionsbericht 2022](#) vom GKV-Spitzenverband und dem Medizinischen Dienst zeigt jedoch: Die Ausgaben für individuelle Kursangebote sinken aktuell und das vor allem im Bereich Ernährung. Woran das liegt und was sich für einen einfacheren Zugang zur Gesundheitsprävention ändern müsste, erläutert Dr. Anna Haas, Geschäftsführerin [Oviva](#) Deutschland.

Inanspruchnahme von individuellen Präventionsangeboten geht zurück

Über die Hälfte aller Deutschen sind übergewichtig. Fast 20 Prozent davon leiden an Adipositas. Übergewicht kann das Risiko für eine Vielzahl an Krankheiten erhöhen, unter anderem Herz-Kreislauf-Erkrankungen, die die häufigste Todesursache in Deutschland darstellen. “Derzeit beginnt die Therapie häufig erst dann, wenn es bereits zu spät ist. Zertifizierte Präventionsangebote, die jedem Menschen, der gesetzlich krankenversichert ist, zustehen, können die Gesundheit von Menschen verbessern und Erkrankungen vorbeugen.”, so Dr. Anna Haas. Dass gezielte Angebote funktionieren, zeigen die Fälle der Oviva Patient*innen Anna Audorf und Katja S. Anna Audorf verhinderte durch eine gezielte, von der Krankenkasse gezahlte Ernährungsberatung eine Operation an der Gallenblase. Katja S. nahm über 40 Kilogramm ab und konnte ihren Termin für eine Magenband-OP absagen.

Aktuell nutzen jedoch nur ca. 1,1 Prozent aller GKV-Versicherten Angebote zur individuellen, verhaltensbezogenen Prävention, obwohl diese Maßnahmen [nachweislich](#) die Gesundheit verbessern und langfristig die Belastung für das Gesundheitssystem reduzieren können. “Schaut man nur auf die Inanspruchnahme im Bereich Ernährung, sind die Zahlen sogar noch drastischer”, so Haas. Zwar wendeten die Krankenkassen in 2021 fast 150 Millionen Euro für individuelle Präventionsangebote auf, doch der Vergleich mit dem Vorjahr zeigt eine Reduktion um sechs Prozent.

Barrieren für Patient:innen bei der Inanspruchnahme von Präventionskursen

Der Großteil der Menschen in Deutschland weiß nicht, dass die gesetzlichen Krankenkassen bis zu zwei Präventionskurse im Jahr bezuschussen. Dabei stehen sowohl Präsenzkurse als auch digitale Angebote zur Verfügung. Wird dieses Budget nicht genutzt, verfällt es - so verfallen mehrere Milliarden jährlich.. “Die Gründe, aus denen Präventionskurse bisher wenig in Anspruch genommen werden, sind vielfältig. Zum einen ist das öffentliche Wissen darüber gering, weil es keine zentrale Informationsquelle für derartige Angebote gibt. Zum anderen müssen Versicherte in Vorkasse gehen, was vor allem für geringere Einkommen eine große Hürde darstellt.”, so Haas. Auch müsse die

Beratung durch Kassen und Ärzt:innen mehr auf Prävention ausgelegt sein. "Häufig werden erst Maßnahmen ergriffen, wenn die Erkrankung schon vorliegt, anstatt mit gezielter Prävention vorzubeugen", so Haas.

Handlungsempfehlungen zur Steigerung der Inanspruchnahme von Präventionskursen

Die Weiterentwicklung des Präventionsgesetzes, unter anderem im Hinblick auf Diabetes, steht als Vorhaben im Koalitionsvertrag der Bundesregierung. Aus Sicht von Geschäftsführerin Haas sollten folgende Maßnahmen Eingang in die Gesetzgebung finden:

1. Zentrale Informationsplattform für Präventionsangebote
2. Mehr Aufklärung über Präventionskurse
3. Neue Regelung für die Kostenübernahme – keine Vorkasse durch Versicherte
4. Bessere Einbindung der Individualprävention in die ärztliche Versorgung

"Individuelle Gesundheitsprävention kann dazu beitragen, die ernährungsbedingte Krankheitslast zu senken. Die gesetzlichen Krankenkassen sollten daher großes Interesse daran haben, Prävention zu fördern, denn Vorsorge ist günstiger als Nachsorge. Wir müssen weg von einem Krankheitssystem hin zu einem Gesundheitssystem, in dem wir strukturiert und individuell vorbeugen", so Haas. Weltweit hat Oviva bereits über 330.000 Menschen dabei unterstützt, Ess- und Lebensgewohnheiten zu verändern und ihre Gesundheit mit personalisierter, app-gestützter Beratung langfristig zu verbessern.

Mögliche Zitatgeber:innen:

Testimonials aus über 330.000 Patient:innen für persönliche Erfahrungen

Dr. Anna Haas, Geschäftsführerin Oviva Deutschland

Veronika Albers, Leitende Ernährungsberaterin Oviva

ABOUT Oviva

Oviva wurde im Jahr 2014 von einem multidisziplinären Team bestehend aus Experten der Medizin- und Technologiebranche gegründet. Die Hälfte der europäischen Bevölkerung leidet an Übergewicht und ist so einem höheren Risiko ausgesetzt, an Diabetes Typ 2 zu erkranken. Die drei Gründer Kai Eberhardt (CEO), Manuel Baumann (CTO) und Mark Jenkins (UK Managing & Medical Director) erkannten, dass es trotz dieser Ausgangslage keine individuellen, langfristig wirksamen Behandlungsmöglichkeiten gab.

Die Lösung fanden sie in der Kombination aus persönlicher Beratung mit einer smarten App, über die Menschen Informationen wie Mahlzeiten, körperliche Aktivität oder Gewicht festhalten. Zudem ermöglicht die App einen regelmäßigen Austausch mit der Ernährungsberaterin via Chat und versorgt die Nutzer mit hilfreichen Lerninhalten. Langfristig gesehen hilft Oviva ihren Patienten, ein gesünderes Leben zu führen, entlastet Fachkräfte im Hinblick auf Fragen rund um Gewicht und Lebensgewohnheiten und führt zu Einsparungen des Gesundheitssystems. Oviva arbeitet direkt mit gesetzlichen Krankenkassen und nationalen Gesundheitssystemen zusammen und ist in der Schweiz, in Deutschland, in der UK und in Frankreich tätig.

Weitere Informationen gibt es unter: <https://oviva.com/de/de/>