

Präventionsprojekt „Bleib gesund!“ am Vivantes Auguste Viktoria- Klinikum

(Projektleiter: Prof. Dr. Bruno-Marcel Mackert, Chefarzt der Klinik für Neurologie am Vivantes Auguste Viktoria Klinikum)

Vorbeugen ist besser als Heilen

Das ehrenamtliche Projekt „Bleib gesund!“ am Vivantes Auguste-Viktoria Klinikum fördert Gesundheits-Prävention bereits zur Schulzeit durch direkte Kommunikation mit Patienten

Prävention und Gesundheitsförderung treten medizinisch und gesellschaftlich immer weiter in den Vordergrund. Leider beginnt Prävention jedoch viel zu häufig erst viel zu spät, meist erst dann, wenn schon eine Erkrankung aufgetreten ist. Ausserdem sind die meisten Präventionsveranstaltungen häufig sehr theoretisch, nicht Praxis-nah und erreichen die Menschen nur oberflächlich.

Um dies zu ändern, haben wir das Präventions-Projekt „Bleib gesund!“ ins Leben gerufen, das 2012 mit einer kleinen Schülergruppe als Pilotprojekt startete und inzwischen auf viele Schulen in ganz Berliner ausgeweitet wurde. An diesem Gemeinschafts-Projekt beteiligen sich die Kliniken für Neurologie, Infektiologie, Gynäkologie und Geburtshilfe, die Vivantes Rehabilitation und die Hartmut Spittler Fachklinik am Auguste Viktoria-Klinikum.

Schülerinnen und Schüler der 9. oder 10. Klasse verschiedener Berliner Schulen kommen jeweils für einen Vormittag in das Vivantes Auguste-Viktoria Klinikum. In diesen Präventions-Veranstaltung werden junge Menschen zu einem gesundheitsbewussten Verhalten motiviert und angeleitet, indem sie im direkten Kontakt mit Betroffenen lernen, frühzeitig beeinflussbare Gesundheitsrisiken zu minimieren oder auszuschalten:

Wie schütze ich mich vor HIV und anderen Infektionskrankheiten?

Was kann ich vorbeugend gegen infektionsbedingte Kinderlosigkeit, z.B. durch Chlamydien, tun?

Wie vermeide ich, Sucht und Abhängigkeit zu entwickeln?

Wie beuge ich Herzinfarkt und Schlaganfall vor?

Antworten auf all diese Fragen bekommen die Schülerinnen und Schüler direkt im Gespräch mit betroffenen Patienten, die aus ihrem eigenen Leben und Leidensweg berichten. In zwischen den einzelnen Bereichen (Infektiologie, Sucht und Abhängigkeit, Herzinfarkt/Schlaganfall/gesunde Ernährung) rotierenden Kleingruppen können sich die Schülerinnen und Schüler unter Supervision mit Ärzten direkt mit den betroffenen Patienten austauschen. Aus den persönlichen Erfahrung und Eindrücken erlernen die Schüler einfache Vorsorge-Maßnahmen: Hände-Waschen, Kondom-Gebrauch, Auseinandersetzen mit den Gefahren von Alkohol- und Drogenkonsum, gesunde, abwechslungsreiche (mediterrane) Ernährung und Sport. Ergänzt werden diese Patientengespräche durch Informationen der Ärzte, die die Kleingruppen begleiten. Bunte „Gesundheitskarten“ fassen die wesentlichen Punkte für die Jugendlichen noch einmal zusammen, damit sie diese zuhause, wenn sich die Eindrücke gesetzt haben, noch einmal in Ruhe nachlesen können.

Aufgeklärter, häufig emotional auch etwas aufgewühlt und gestärkt durch einen gesunden Mittags-Imbiss gehen die Jugendlichen nach hause.

Vielleicht gelingt es uns so, die Gesundheit der Bevölkerung frühzeitig und langfristig zu verbessern, indem wir nicht nur Krankheiten behandeln, sondern ihnen auch rechtzeitig vorbeugen.

Das Evangelische Gymnasium zum Grauen Kloster hat das Projekt fest in das Curriculum Suchtprophylaxe aufgenommen, sodass jedes Jahr alle Schülerinnen und Schüler der 10. Klasse dieses Gymnasiums an der Veranstaltung teilnehmen.

Folgende Schulen haben bereits oder werden demnächst an der Veranstaltung teilnehmen:

Evangelisches Gymnasium zum Grauen Kloster

OSZ Gastgewerbe Brillat-Savarin-Schule

Hans-Litten-Schule

OSZ Anna-Freud-Schule

OSZ Tiem

Das Projekt wurde in der Kategorie vorbildliche Aktivitäten im Gemeinwesen mehrfach durch den Rotary Club Berlin Kurfürstendamm gefördert. Das Projekt wurde dort auch in einem Journal publiziert.

Aktuell laufen Gespräche mit Krankenkassen mit der Frage nach Fördermöglichkeiten. Mit der Charite haben erste Gespräche stattgefunden, inwieweit eine wissenschaftliche Evaluation bezüglich des langfristigen präventiven Nutzens und der Nachhaltigkeit dieser Veranstaltung erfolgen kann.