

„Gesund Leben“ mit der HALLESCHE: Mit persönlichem Coach zu gesundheitsförderndem Verhalten

Stuttgart, 20. November 2008.

Das Programm „Gesund Leben“ – erste Ergebnisse

Mit ihrem aktiven Gesundheitsmanagement unterstützt die HALLESCHE Krankenversicherung seit vielen Jahren ihre Kunden in allen Lebenslagen. Das neue Programm „Gesund Leben“ startete 2007 und wird in Zusammenarbeit mit der ArztPartner almeda AG angeboten. Die Teilnahme ist kostenlos und freiwillig. Ziel ist es, die Kompetenz der Versicherten im Umgang mit ihrer Gesundheit – oder einer schon bestehenden Herz-Kreislauf- oder Diabeteserkrankung – zu stärken. Nur so ist es möglich, eigene stets individuelle Verhaltensmuster optimal auf den Gesundheitszustand abzustimmen.

Nach dem ersten abgeschlossenen Jahr liegen nun Ergebnisse vor. Der erwartete Nutzen für die Teilnehmer konnte bestätigt werden. Diese geben an, dass sie aufgrund der individuell gestalteten Maßnahmen anders mit ihren Risiken umgehen. Nach eigener Einschätzung verbesserte sich der empfundene Gesundheitszustand deutlich.

Individuelle Betreuung durch persönlichen Coach im Vordergrund

Anders als viele gesetzliche Kassen setzt die HALLESCHE mit „Gesund Leben“ auf individuelle Beratung und Betreuung. Die Versicherten werden zunächst eingeladen einen Screeningbogen auszufüllen. Die Auswertung ergibt, neben einem persönlichen Gesundheitsbericht, ein individuelles Risikoprofil. Versicherte mit erhöhtem Risiko für eine chronische Herz-Kreislauf-Erkrankung oder Diabetes Mellitus Typ II können am einjährigen telefonischen Coaching-Programm teilnehmen. Sie werden von einem persönlichen Coach begleitet, der ihnen zeigt, wie sie gesundheitsfördernde Maßnahmen im Alltag umsetzen können.

„Gesund Leben“ umfasst regelmäßige telefonische Beratungsgespräche und Schulungen sowie eine individuelle Zielplanung auf Grundlage des Risikoprofils sowie persönlicher Verhaltensziele der Teilnehmer. Durch die Beobachtung von Bewegungs-, Ernährungs- und Rauchgewohnheiten wird das eigene Verhalten sichtbar und Selbstkontrolle eingeübt. Ergänzende schriftliche Informationen vertiefen das Wissen der Teilnehmer. Angeboten werden Themen wie Bewegung und Ernährung, Raucherentwöhnung, Stressabbau und Entspannung.

Ziel der Intervention ist es, das Selbstmanagement der Teilnehmer zu optimieren. Sie werden zu Fachleuten für ihren individuellen Gesundheitszustand und können dazu beitragen Erkrankungen, Komplikationen oder Folgeerkrankungen zu vermeiden.

Das aktive Gesundheitsmanagement der HALLESCHE

Mit vielfältigen Gesundheitsprogrammen unterstützt die HALLESCHE schon seit Jahren ihre Versicherten. Präventiv klärt die **Gesundheitskommunikation** über Gesundheitsrisiken, Krankheiten und ihre Vorbeugung auf. **Gesundheitsprogramme** wenden sich speziell an chronisch Erkrankte. Das **Case Management** hilft in Einzelfällen, z.B. nach Schlaganfall. Mit dem Programm „**Gesund Leben**“ hat die HALLESCHE ihr Angebot um einen weiteren Baustein erweitert.

Nutzen für Versicherte durch Daten belegt

Regelmäßig durchgeführte Evaluationen belegen den Nutzen für die Versicherten: Unter den Teilnehmern des **Asthma bronchiale-Programms** erhöhte sich die Zahl derjenigen, die weder Husten noch Atemnot verspürten um 50 %. Bei besonders stark betroffenen Teilnehmern des **Diabetes mellitus-Programms** konnte eine deutliche Verbesserung der medizinischen Werte erreicht werden. Im **Herz-Kreislauf-Programm** sind mehr als 95 % der Teilnehmer mit dem Angebot zufrieden. Der Anteil der Raucher sank von 20 % auf weniger als 5 %. Auch ökonomisch schneiden die Gesundheitsprogramme der HALLESCHE sehr gut ab. Weitere Daten sind auf Nachfrage erhältlich.

Vorteile für alle Versicherten

Gesundheitsprogramme sind eine wichtige Ergänzung des Versicherungsschutzes. Die freiwilligen Teilnehmer bekommen qualifizierte Ansprechpartner, die ihnen dauerhaft zur Seite stehen. Die meisten erwerben so mehr Sicherheit im Umgang mit den eigenen Risiken, z.B. bei der Handhabung von Selbsttests und der Beurteilung der ermittelten Werte. Durch verändertes Verhalten beeinflussen die Teilnehmer ihren Gesundheitszustand positiv – und erhöhen die Lebensqualität spürbar.

Auch die Versichertengemeinschaft profitiert von Gesundheitsprogrammen. Denn: Werden Kosten gesenkt, z.B. für die Behandlung von neu auftretenden Erkrankungen, Komplikationen oder Folgeerkrankungen, führt dies für alle Versicherten zu stabileren Beiträgen.

HALLESCHE
Krankenversicherung auf Gegenseitigkeit, Stuttgart
www.hallesche.de

Bei Rückfragen: Presse- und Öffentlichkeitsarbeit
Kerstin Sigle
Tel. 0711/6603-2927
Fax: 0711/6603-2669
presse@hallesche.de