

KURZINFORMATION

BAU UND TECHNIK

HIS

HOCHSCHUL-INFORMATION-SYSTEM, GOSERIEDE 9, 30159 HANNOVER

Juni 2001

B 3 / 2001

Gesundheitsförderung in der Hochschule

HIS-Abteilung III
Friedrich Stratmann, Joachim Müller
Tel.: (0511) 1220-256 / -269
Fax: (0511) 1220-250
E-Mail: stratmann@his.de / jmueller@his.de

HIS Hochschul-Informationssystem GmbH
Goseriede 9, 30159 Hannover

Juni 2001

Inhaltsverzeichnis

Vorwort

Rahmenbedingungen und thematische Relevanz

1	Arbeitsplatz Hochschule: Gesundheitsförderung - ein Beitrag zur Organisationsentwicklung und zum Arbeitsschutz <i>(Reiner Schmutnig)</i>	1
2	Die Fehlzeitenquote - Aussagekraft und Beeinflussbarkeit von Arbeitsunfähigkeitsdaten <i>(Michael Kentner)</i>	3
3	Von der betrieblichen Gesundheitsförderung zum betrieblichen Gesundheitsmanagement <i>(Hans-Joachim Görres)</i>	11
4	Gesundheitsmanagement in öffentlichen Verwaltungen <i>(Thomas Altgeld)</i>	15
5	Ansatz und Ziele einer gesundheitsfördernden Hochschule <i>(Silke Gräser, Wilfried Belschner)</i>	23

Praxisberichte

Erfahrungsberichte aus der Hochschulpraxis und Sichtweisen der beteiligten Akteure

6	Gefährdungsbeurteilung nach dem Arbeitsschutzgesetz <i>(Friedrich Stratmann, Joachim Müller)</i>	31
7	Das Magdeburger Projekt „Gesunde Hochschule“ <i>(Georg Köhler)</i>	37
8	Die Oldenburger Charta der Gesundheitsförderung - das Projekt gesundheitsfördernde Universität Oldenburg <i>(Wilfried Belschner, Silke Gräser)</i>	49
9	Gesundheitslabor für Studierende an der Universität Bielefeld <i>(Sabine Meier)</i>	53
10	Gesundheitsförderung aus der Sicht einer Sicherheitsfachkraft am Beispiel der Universität Potsdam <i>(Helga Krieger)</i>	55
11	Organisations- und Personalentwicklung: Handlungsspielräume für Personaldezernenten und Personalräte <i>(Kristin Unnold)</i>	59

Der außeruniversitäre Bereich

12	Gesundheitsmanagement im Rahmen eines integrierten Systems <i>(Stefan Bacmeister, Hagen Wieneke)</i>	63
13	Erfahrungen aus der öffentlichen Verwaltung bei der Durchführung von Gesundheitsmanagement-Projekten <i>(Volker Kirschbaum)</i>	71

Gesundheitslabor für Studierende an der Universität Bielefeld

1 Rahmenbedingungen

Seit dem Wintersemester 1996/97 besteht an der Universität Bielefeld die Einrichtung eines Gesundheitslabors. Ausgehend von der Fakultät für Gesundheitswissenschaften wurde in dieser Einrichtung eine Gesundheitsberatung für Studierende angeboten. Ein Team, bestehend aus Mediziner*innen, Psycholog*innen, Biolog*innen und Sozialpädagog*innen, hat Beratungen zu verschiedenen Schwerpunkten angeboten, dazu zählten u.a. allgemeine Gesundheit, Essstörungen, Umwelt und Gesundheit sowie der Umgang mit Suchtmitteln. Im Rahmen der Beratung wurden auch Untersuchungen (Blutbild, Body-Composition, Cholesterin, Lungenfunktion und Sonographie) durchgeführt. Begleitend wurde ein Programm von gesundheitsbezogenen Kursen angeboten.

2 Ziele

Ziel des Gesundheitslabors ist die Identifikation von Gesundheitsproblemen der Studierenden durch eine „bottom-up“ Forschung sowie die Entwicklung von Präventionsansätzen, die sich an den spezifischen Ressourcen der Zielgruppe orientieren. Das Gesundheitslabor möchte zielgruppenspezifische Informationen über individuelles Gesundheitsverhalten geben und somit zu einer Stärkung der persönlichen Kompetenz im Umgang mit Gesundheit, Krankheit und Behinderung beitragen. Ein weiteres Ziel ist die frühzeitige Erkennung körperlicher Risiken und die Vermittlung von Hilfe bei weiterreichenden medizinischen Problemen.

3 Profil der Inanspruchnahme

Die Dauer des Modellprojektes, das von der AOK Westfalen-Lippe gefördert wurde, betrug ein Jahr. Während des Berichtszeitraumes von neun Monaten (Oktober 1996 bis Juni 1997) wurden insgesamt 270 Beratungen durchgeführt. Der Frauenanteil lag bei 55,3 % und der der Männer bei 44,7 % (Alter 19-56 Jahre, Durchschnitt 26 Jahre).

Die Verteilung der Ratsuchenden entsprach annähernd dem Verhältnis der Studierenden an den einzelnen Fakultäten.

Thematisch ergaben sich bei der *allgemeinen Gesundheitsberatung* folgende Schwerpunkte:

Fragen zur *körperlichen Aktivität* stellten den Hauptteil der Beratung dar. Insgesamt wurden 19,3 % der Studierenden, die das Gesundheitslabor aufsuchten, zu diesem Thema beraten. Inhaltlich wurden für den Bereich der Bewegung drei Schwerpunkte deutlich:

- Zusammenhang zwischen Bewegung und Stressabbau bzw. Stressresistenz,
- Zusammenhang zwischen Bewegung und Reduktion des Herz-Kreislauf-Risikos,
- und Zusammenhang von Bewegung und Reduktion von Körpergewicht.

Fragen zur *Ernährung* stellten mit 19,3 % der Anfragen einen weiteren wichtigen Schwerpunkt der Beratungsthemen dar. Über die Hälfte der Ernährungsfragen bezogen sich auf die vegetarische Ernährungsform. Es besteht eine große Unsicherheit, ob bei dieser Ernährungsform eine ausreichende Vitamin- und Mineralstoffzufuhr gewährleistet ist.

Der *Umgang mit Stress* war Thema von 15,2 % der geführten Beratungsgespräche.

Andere Gesundheitsthemen, wie Infektanfälligkeit, Kopfschmerzen, Hautprobleme u.v.a. machten 22,3 % der Beratungsthemen aus. *Gewichtsprobleme* mit den Thematiken „zu dick“ und „zu dünn“ wurden von 8,5 % angefragt.

Eine Beratung zur *Rückengesundheit* fragten 3,8 % nach. Weitere Themen, wie *Verhütung* und *sexuell übertragbare Erkrankungen* (2,8 %) sowie *Impfberatung* (2,2 %), machten einen geringen Anteil der Beratungsgespräche aus.

Neben der Beratung wurden insgesamt 11 *gesundheitsfördernde Kurse* angeboten, die von über 100 Studierenden angenommen wurden. Nachgefragt wurden insbesondere die Veranstaltungen "Fit & Wet Wassergymnastik", "Stressfrei durch den Alltag", "Verschiedene Entspannungsmethoden" sowie "Walking".

Besonderes Interesse erfuhr die Veranstaltung "Studentenfutter Gesundes, preiswertes Essen für Studierende".

4 Schlussfolgerungen

Es hat sich gezeigt, dass die auf die Zielgruppe spezifisch zugeschnittenen Angebote besser angenommen werden. Auffallend war, dass ein vergleichsweise hoher Anteil männlicher Studierender sich von dem Beratungsangebot angesprochen fühlte, was darauf hinweist, dass auch bei Männern eine hohe Akzeptanz für eine individuelle Gesundheitsberatung gegeben ist. Neben einem Interesse an allgemeinen Gesundheitsthemen wurden vor allem die spezifischen Themenbereiche körperliche Aktivität, Ernährung, Umgang mit Stress und Gewichtsprobleme nachgefragt.

Bei den Kursen konnte festgestellt werden, dass neue, innovativ gestaltete Angebote von den Studierenden besser angenommen werden.

Es konnte ebenfalls festgestellt werden, dass eine Gesundheitsberatung für Studierende eine Möglichkeit bietet, Studierende frühzeitig und ohne Medikalisierung bei gesundheitlichen Fragen zu unterstützen und die Kompetenz im Umgang mit der eigenen Gesundheit zu stärken.

Zukünftig soll dieses Beratungsangebot im Gesundheitslabor durch eine zielgruppenspezifische Beratung im Internet unterstützt werden.

Die Autorin

Sabine Meier, MPH arbeitet seit 1999 als Gesundheitswissenschaftlerin in der AG 2 Bevölkerungsmedizin und biomedizinische Grundlagen der Fakultät für Gesundheitswissenschaften an der Universität Bielefeld in dem Schwerpunkt „Gesundheitsfördernde Hochschule“, wo sie das Modellprojekt „Gesundheitszirkel für Studierende“ betreut.

Kontakt: sabine.meier@uni-bielefeld.de