



# Mit der Schulärztin auf dem Weg zur Gesundheitskompetenz

Zitat: „Zusammenkommen ist ein Beginn, Zusammenbleiben ein  
Fortschritt, Zusammenarbeiten ein Erfolg“ (Henry Ford 1863-1947)

# Einstimmung: „Schulärztliche Häppchen“

## Gesundheitscoaching

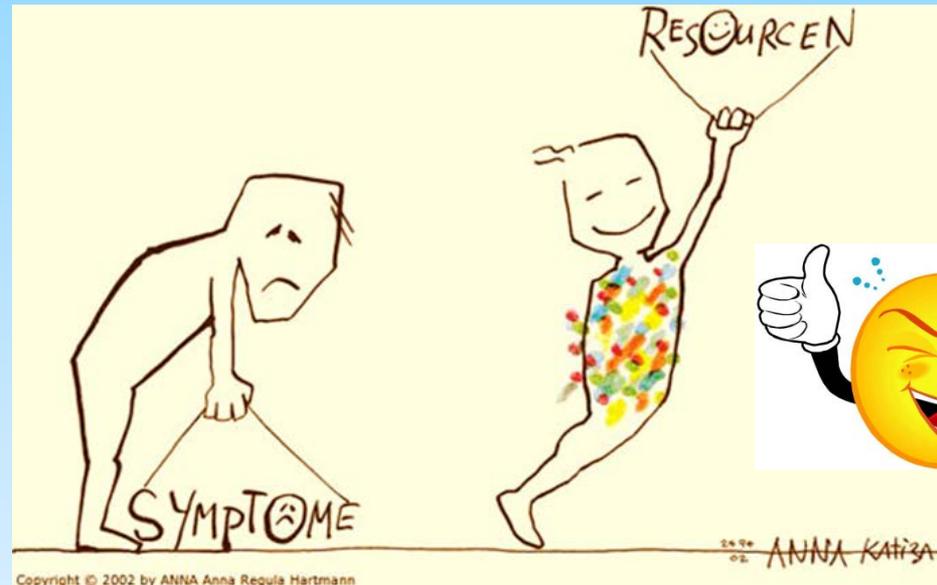
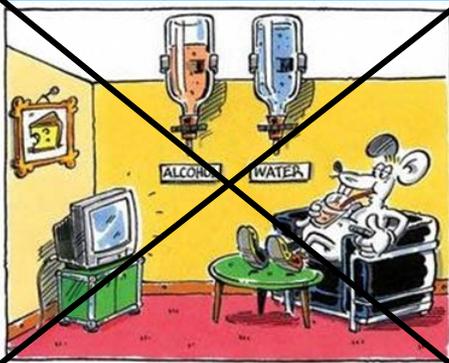


## Gesundheit/Vitalität



# Einstimmung: „Schulärztliche Häppchen“

## Gesundheitskompetenz



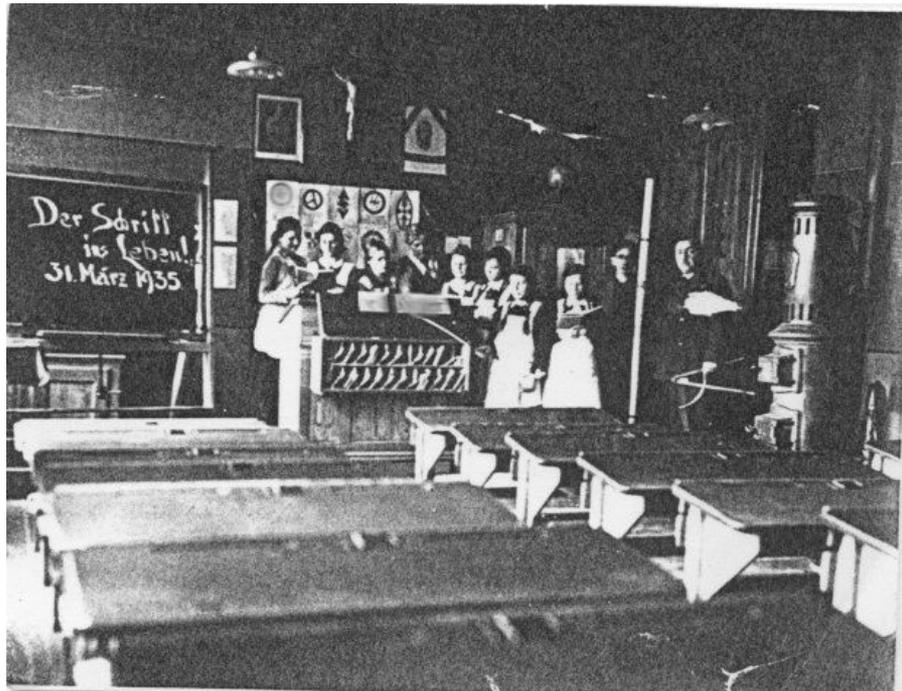


# Agenda

1. Einführung in die Kerngeschäfte – Nach Fragen der Teilnehmenden der Schulärztin – gestern, heute, morgen
  - Gruppendiskussion:
2. Gesundheitscoaching – ein Hirngespinnst?
  - Welchen Bedarf an schulärztlicher Betreuung hat die Schule?
3. Rolle der Schulärztin im Setting Schule – welche Bilder sind in den Köpfen?
  - Was will die Schule vom «Dökti»? Bitte exemplarische Beispiele



# Die Schulärztin, der Schularzt von gestern



Die ersten Ärzte  
vor 120 Jahren  
waren Ärzte für Schulen  
und weniger für die Schulkinder

# 1. Die Kernaufgaben der SA / des SA

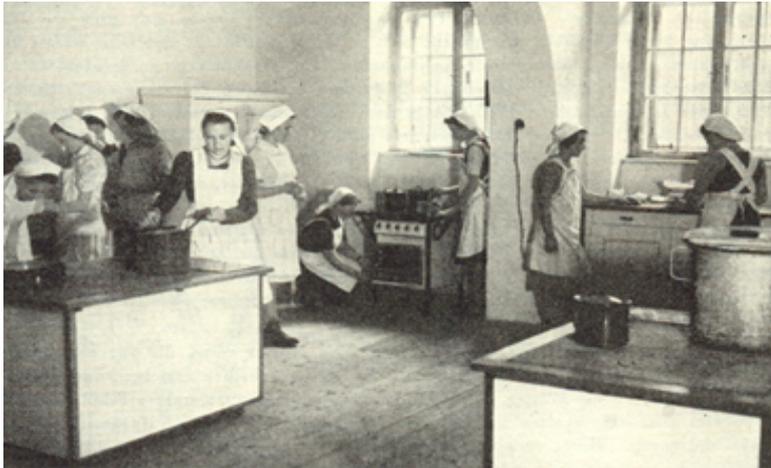
## Gestern (vor ca.120 Jahren...)



- Was können wir aus der Geschichte lernen? Nichts? Gute Ideen? Zuversicht? Mut? Bescheidenheit?
- Wo gibt es Parallelen?
- Wo gibt es Unterschiede?

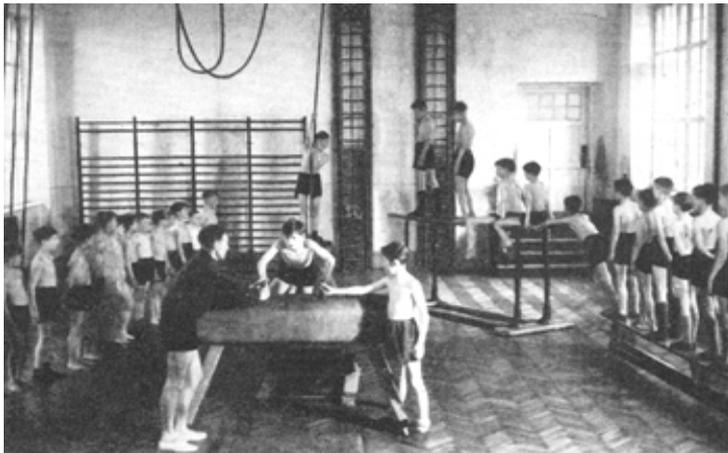
<http://www.youtube.com/watch?v=9Gp5Lk--mN0>

Historische Reihenuntersuchung



## Damalige Massnahmen:

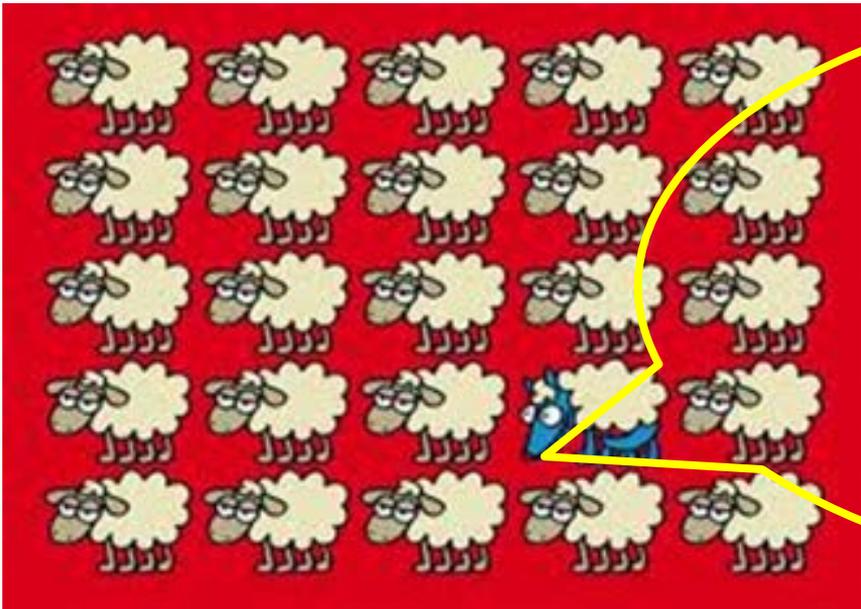
- Schülersuppe
- Pausenmilch
- Pausenäpfel
- Ernährungslager
- usw.





# 1. Die Kernaufgaben der SA / des SA

## Heute: Die Gegenwart oder wo stehen wir?



### Ziel einer jeden Schulärztin/Schularztes:

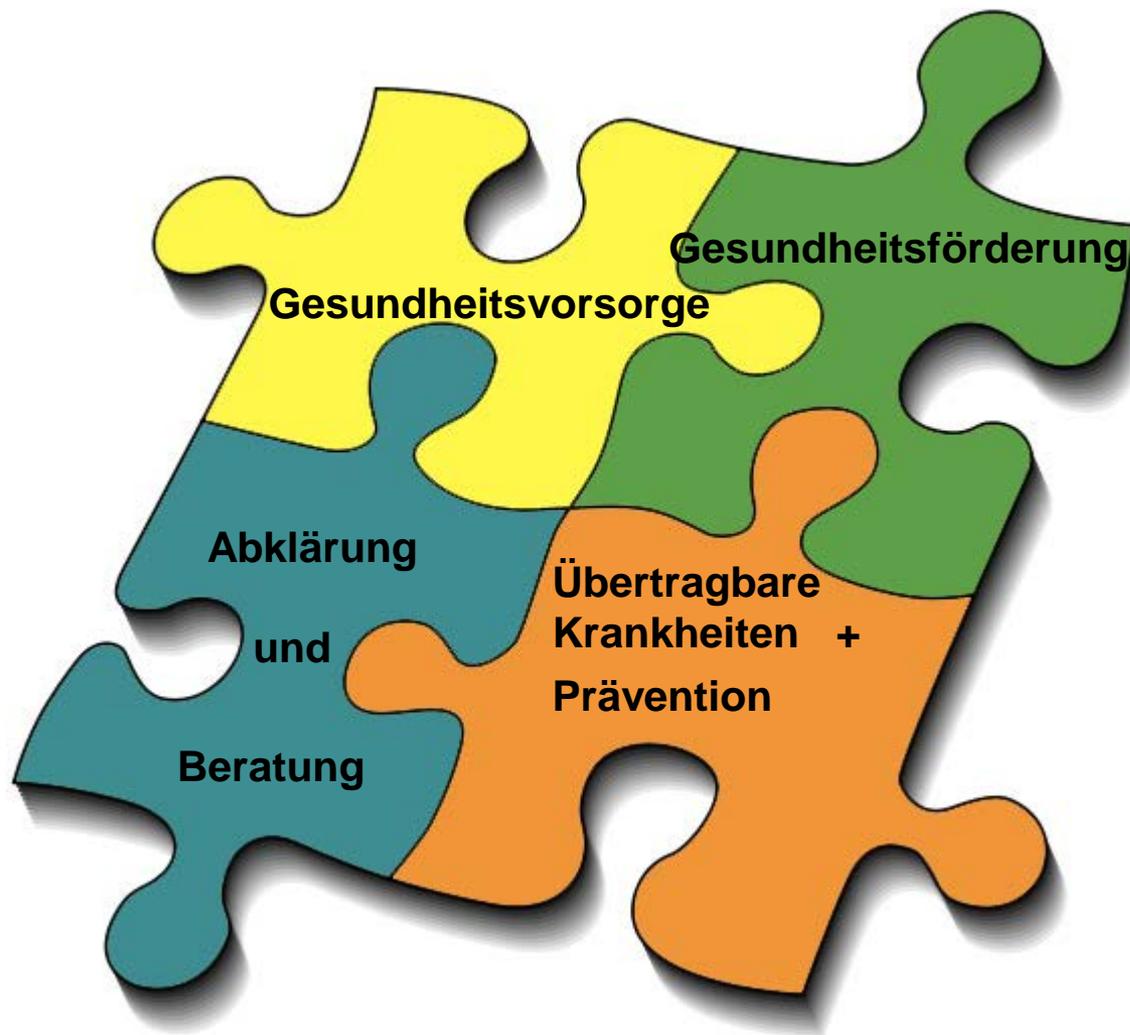
- niederschwellige medizinische Anlaufstelle
- Unterstützung/Entlastung von Schulen in gesundheitlichen Belangen → LP bzw. Schulleitung kann sich vermehrt eigenen Kerngeschäften widmen

→ 4 Kerngeschäfte!  
(nächste Folie)



# 1. Die Kernaufgaben der SA / des SA

## Heute und Morgen





# 1. Die Kernaufgaben der SA / des SA: Heute und Morgen



## Schulärztliche Untersuchungen

- Kiga, 4.Klasse, 8. Klasse
- Screening Sinnesorgane
- Elektronische Datenerfassung (in anderen Städten und Kantone)



# 1. Die Kernaufgaben der SA / des SA Heute und Morgen



<http://www.youtube.com/watch?v=RxGRJ6yYpPw&feature=related>

Untersuchung U 10 und U11



## Derzeitige schulärztliche Arbeit zur Gesundheitsvorsorge

- Gesundheitsvorsorge in Kiga, 4.Klasse, 8. Klasse
- Screening der Sinnesorgane
- Elektronische Datenerfassung (Stadt Zürich)
- Abklärungen, Beratungen
- Impfungen





# 1. Die Kernaufgaben der SA / des SA: Heute und Morgen



## Abklärungen & Beratungen

- Absentismus, Dispensationen
- Kinderschutzfragen
- Früherkennung gesundheitlicher Gefährdungen und Entwicklungsstörungen
- Hygieneberatung
- Sprechstunde etc.



# 1. Die Kernaufgaben der SA / des SA: Heute und Morgen

Vorbeugung und Bekämpfung von übertragbaren Krankheiten

- Impfungen/-empfehlungen
- Epidemien (-schutz)
- Mitwirken bei der Prävention verschiedener gesundheitlicher Gefährdungen

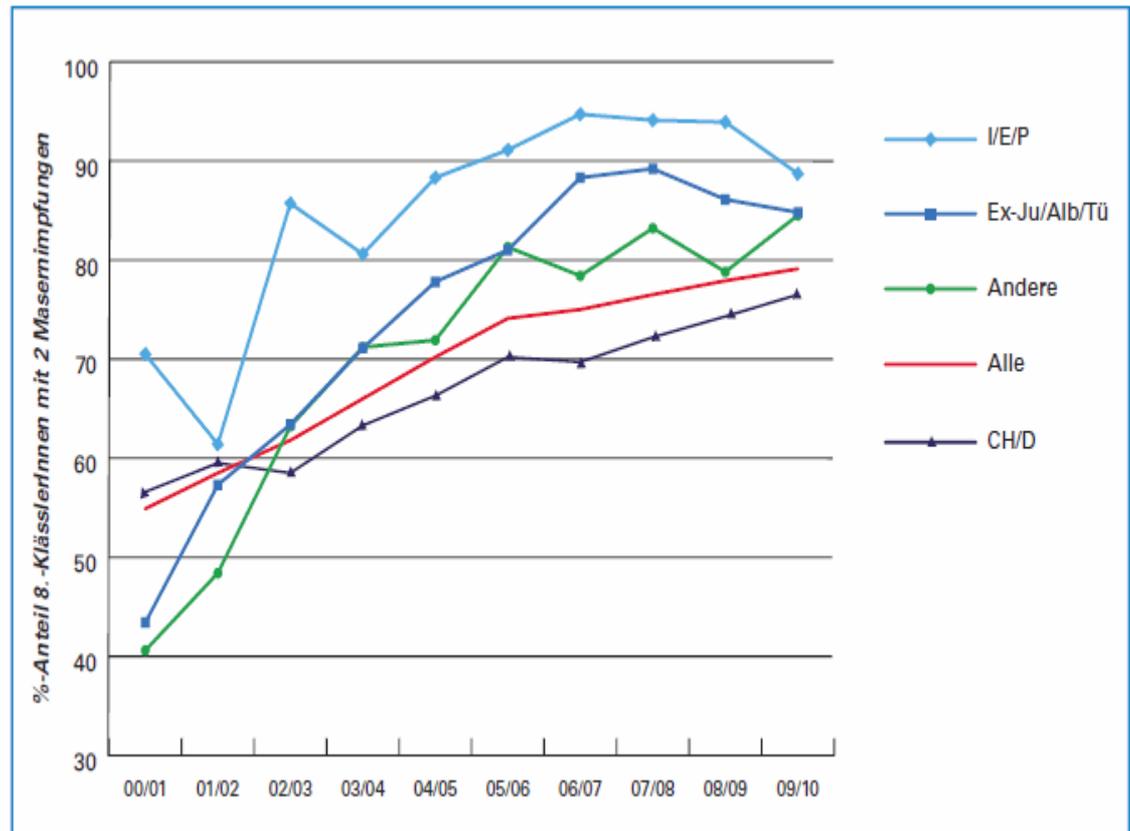


Übertragbare  
Krankheiten  
+ Prävention



# Impfverhalten nach Nationalität

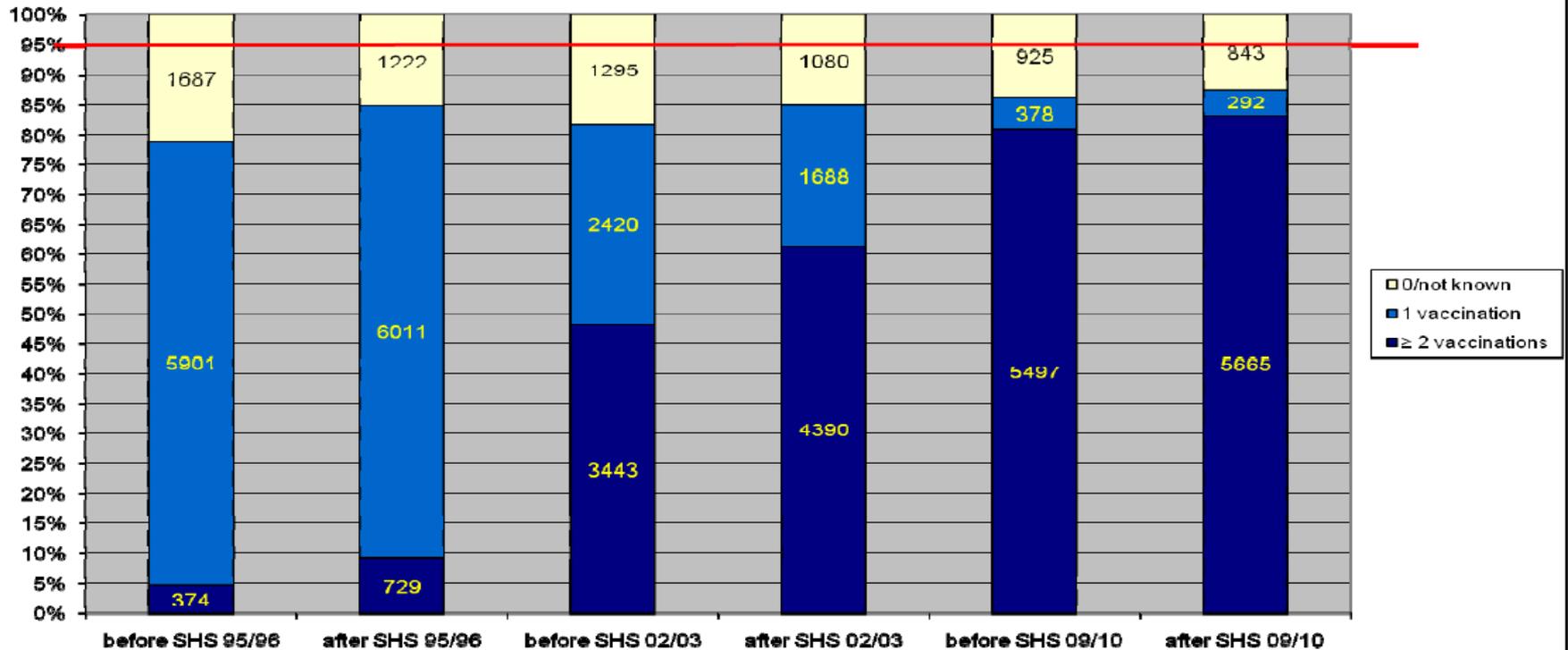
Die SA/der SA  
verbessert die  
Durchimpfung  
im Kollektiv der  
Schülerinnen & Schüler



Stadt Bern Quelle Ursula Ackermann, 2011



# Masernimpfraten vor und nach Schularzt 1995/96-2009/10



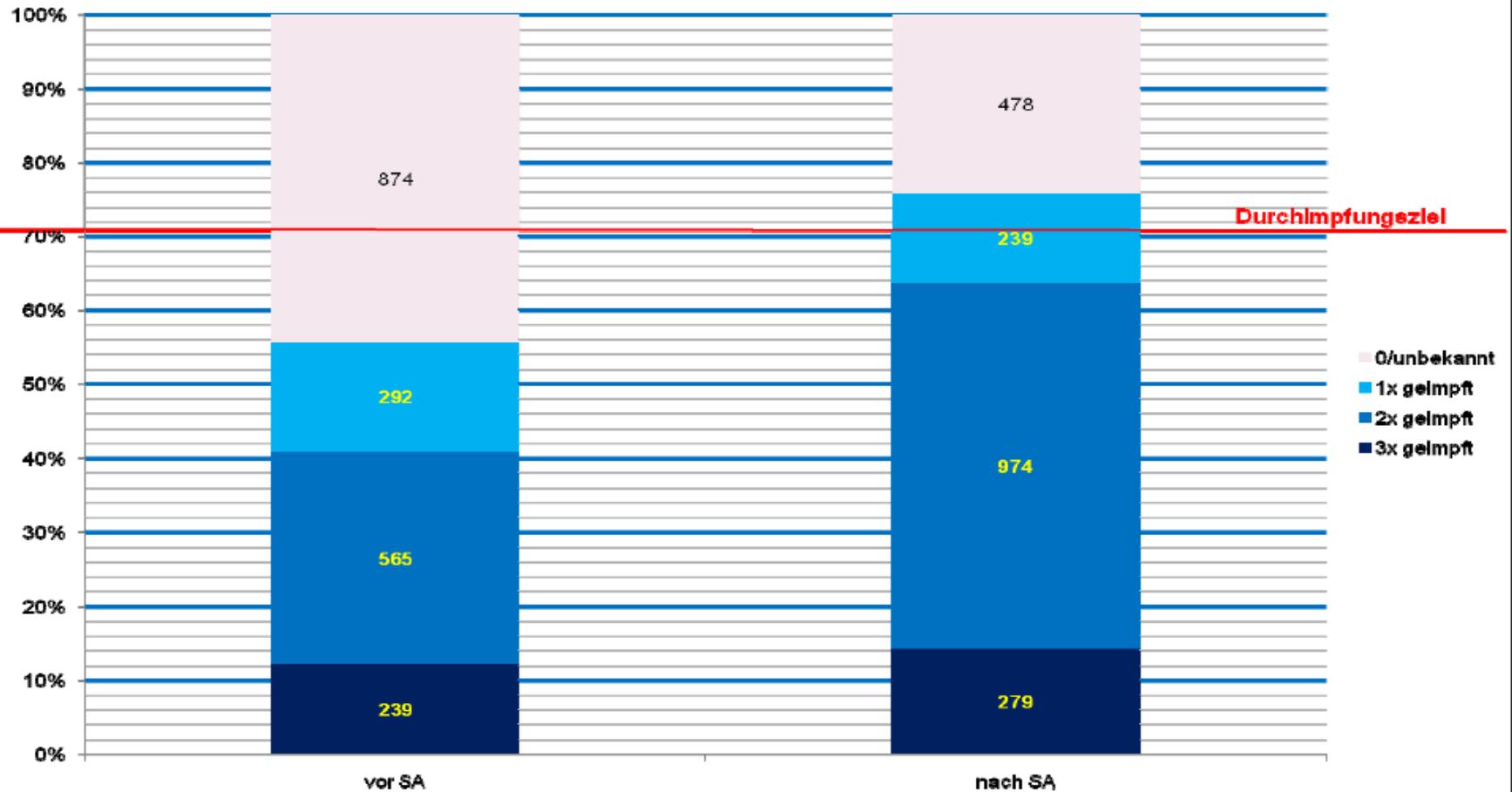
Stadt Zürich  
Schulgesundheitsdienste

Fortbildung SchulärztInnen Kanton Zürich  
17.3.2011

Daten: Ceschi/Takken, SAD



### Hepatitis B-Durchimpfung 8. Klasse in der Stadt Zürich 2009/10

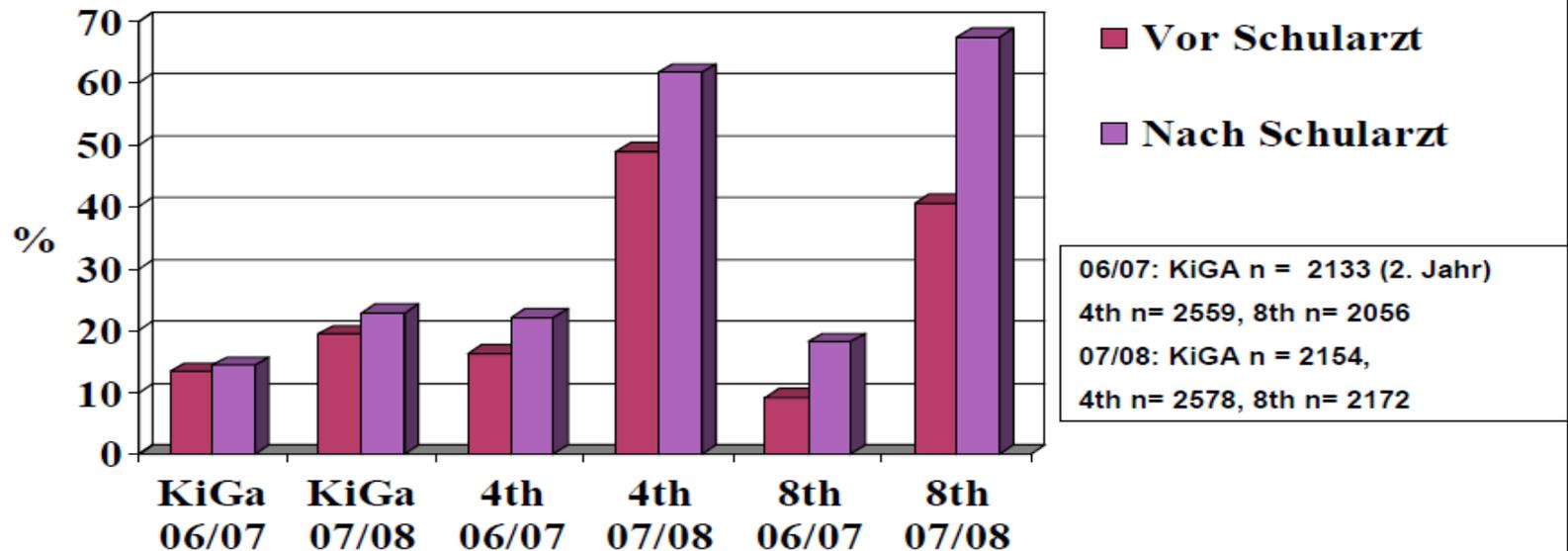




## FSME Impfraten vor und nach Schularzt

2006/07 und 2007/08

Prozent Schüler mit einer oder mehr dokumentierten  
FSME Impfungen

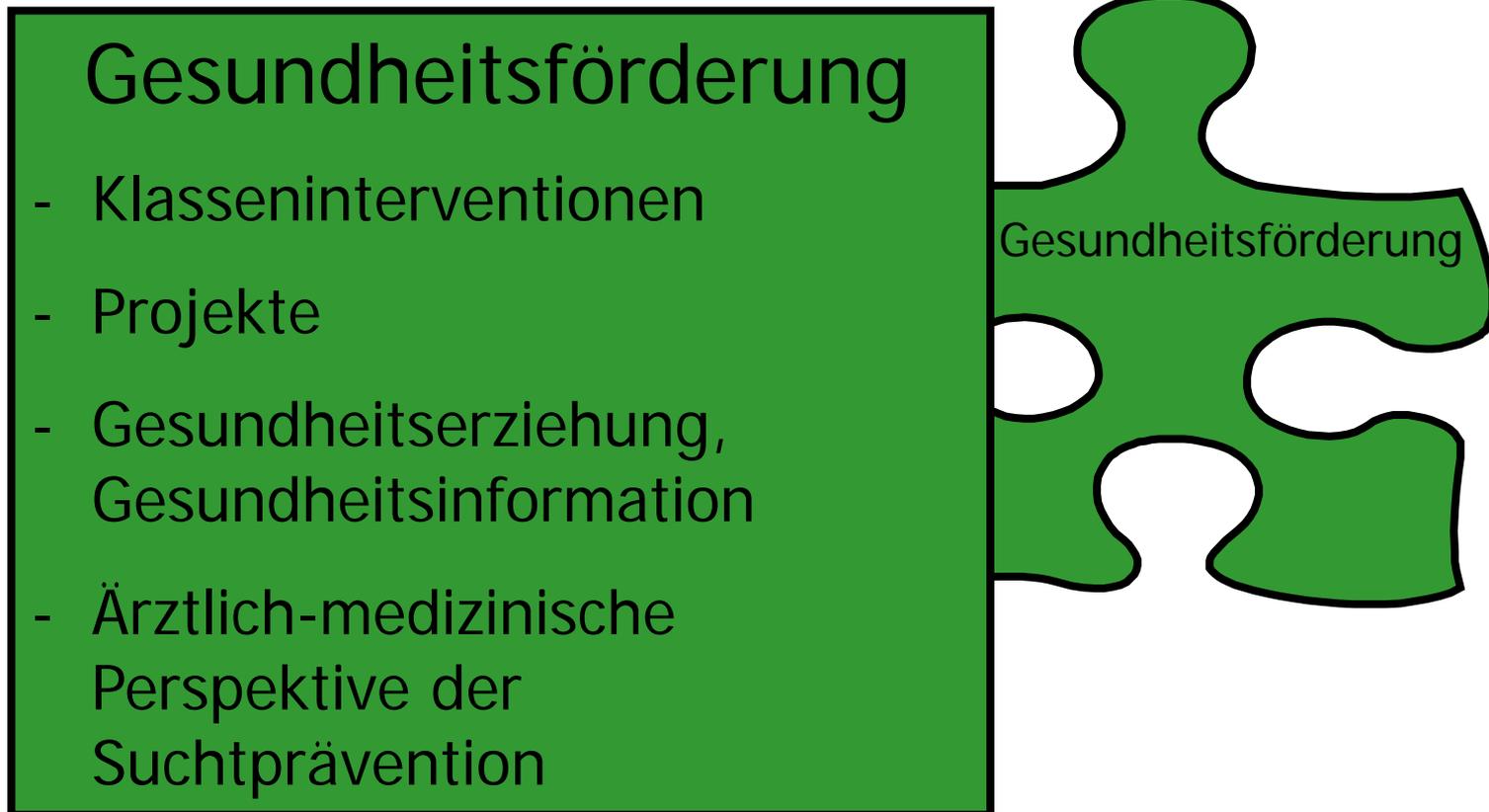


# Kantonales Programm der HPV-Impfung gegen Gebärmutterhalskrebs

- seit Juni 2008
- niederschwellige  
Impfsprechstunde



# 1. Die Kernaufgaben der SA / des SA: Heute und Morgen





# Auf dem Weg zur Gesundheitskompetenz

Die Zukunft? – Altes mit Neuem nutzvoll  
verbinden

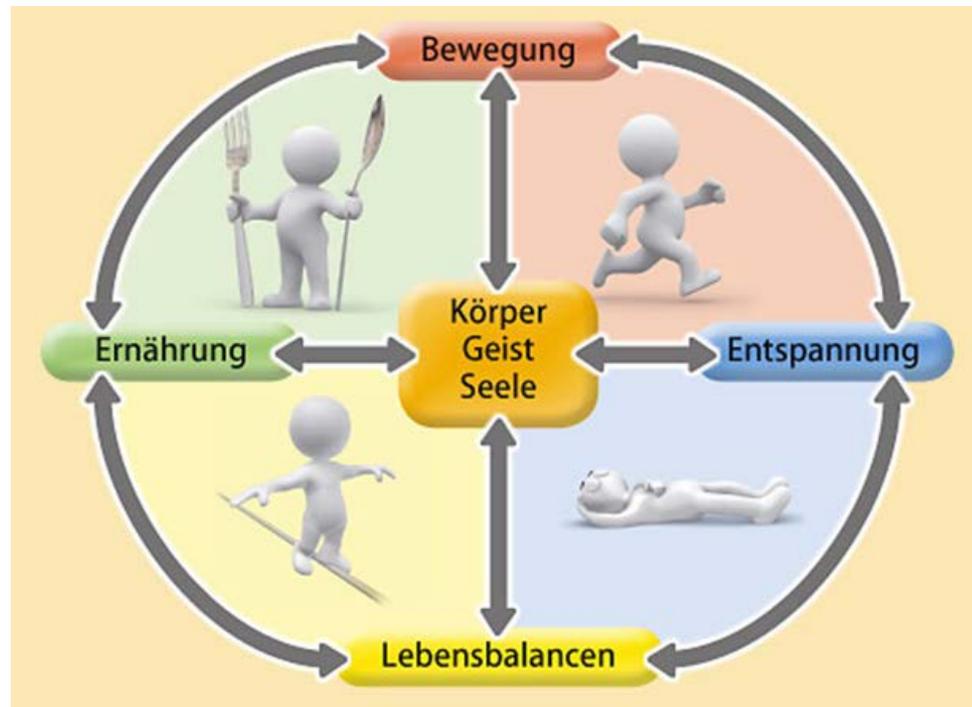
Warum?



# Heutige und zukünftige Gesundheitsprobleme

- „New Morbidities“: z.B.
  - Unfälle und Verletzungen
  - Alkohol und Drogenmissbrauch
  - Folgen des Sexualverhaltens  
(Sex.übertragbare Krankheiten, inkl. HIV, unerwünschte Schwangerschaft)
  - Ess-Störungen, inkl. Adipositas
  - Funktionelle Störungen
- Chronische Krankheiten: z.B.
  - Allergien
  - Epilepsien
  - Stoffwechselstörungen (Diabetes)
  - Wahrnehmungsstörungen
  - Angeborene Störungen
  - Etc.

## 2. Gesundheitscoaching Rolle SA im Setting Schule?



→ Zum Überlegen: Was hat der folgende Ausschnitt mit Gesundheitscoaching zu tun?

<http://www.youtube.com/watch?v=UY75MQte4RU&feature=related>



## 2. Gesundheitscoaching Rolle SA im Setting Schule

Coaching setzt ein – «**ICH WILL**» – voraus, den Willen zur Veränderung

Ziel der individuellen Betreuung = **aktive**, gesunde & selbstbestimmte Lebensführung (bewusste Ernährung, Bewegung etc.) abgestimmt auf die jeweilige Lebenssituation

Das Gesundheitscoaching gründet auf einer ganzheitlichen, salutogenetischen Sichtweise

Quelle: <http://www.flasnoecker.com/pdf/Gesundheitscoaching.pdf>



## 2. Gesundheitscoaching

### Salutogenese – das Fundament

- Warum bleiben Menschen gesund trotz Gesundheitsrisiken und gesundheitswidrigen Situationen und andere werden krank? (Aaron Antonovsky)
- Die Antwort: Sie bleiben gesund, weil sie **ihr Leben zu gestalten wissen**. Sie fühlen sich nicht ausgeliefert, sondern **erkennen in ihrem Wirken einen Sinn. Sie verstehen und handeln**. Antonovsky nennt dies das **Kohärenzgefühl**.
- Es beeinflusst, wie gut Menschen in der Lage sind, vorhandene Ressourcen zum Erhalt ihrer Gesundheit zu nutzen



## 2. Gesundheitscoaching

### Ein möglicher Weg zur Gesundheitskompetenz

**Stärkung** der Eigenkompetenz, Eigeninitiative und Selbsthilfe des Klienten in Anlehnung an die vorhandenen Ressourcen desselben **ist die Aufgabe eines „Mentors“ oder Coachers (Empowerment).**

- Dazu gehören die Stärkung folgender Fähigkeiten einer Person:
  - Situationen zu erkennen, in denen eigene Entscheidungen für (oder gegen) ihre Gesundheit zu treffen sind
  - Inhaltlich richtige Entscheidungen zu treffen
  - Diese Entscheidungen in Verhalten und Lebensstil umzusetzen und durchzuhalten



## 2. Gesundheitscoaching

### Ein möglicher Weg zur Gesundheitskompetenz

Voraussetzungen für Gesundheitskompetenz sind:

- Selbstwertgefühl, Selbstachtsamkeit
- Vertrauen in die Selbstwirksamkeit
- Einbindung in tragenden sozialen Netzen
- Informationszugang zu gesundheitsrelevantem Wissen und zu unterstützenden Netzwerken und Beratungsmöglichkeiten

Gesundheitscoaching bietet das «Instrumentarium» dazu und stärkt die Mündigkeit & Selbstverantwortung für die eigene Gesundheit.

Die Gesundheitschancen wachsen, je mehr eine Person über sein eigenes Leben bestimmen kann (WHO)



# Gesundheitscoaching – Gesundheitskompetenz → Prävention Lebensstil bedingter Krankheiten

- «Gesundheitskompetenz hat das Ziel, dass Menschen die Zusammenhänge zwischen Umwelt, Lebensstil und gesundheitlicher Verfassung erkennen»
- «Eine solche Kompetenz kann nicht durch Verbote und Regeln erworben werden, sondern sie beruht auf Information und Erfahrungen»
- «Gesundheitskompetenz ist als Prävention vor allem Lebensstil bedingter Krankheiten und weitgehend als eine Bildungsaufgabe zu verstehen » ..... *Das Gesundheitscoaching der Schulärztin leistet einen Beitrag dazu.*

«Nach Thomas Mattig, Direktor Gesundheitsförderung Schweiz»



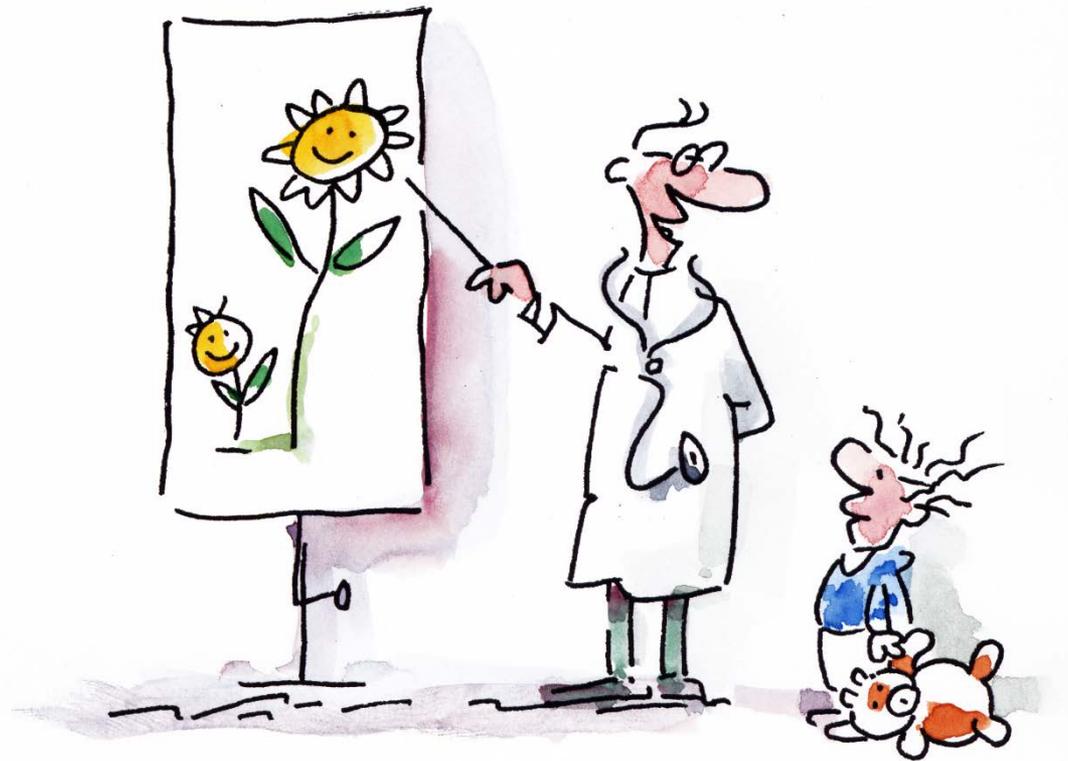
# Was hat Gesundheitskompetenz bzw. Gesundheitscoaching mit der SA/dem SA zu tun

Das Ziel der Prävention sowohl der übertragbaren Krankheiten wie auch von unspezifischer Prävention kann mit dem Konzept Gesundheitscoaching – Gesundheitskompetenz erreicht werden

Prävention ist eines der Kerngeschäfte der SA/des SA und Gesundheitscoaching eines ihrer/seiner «Instrumentarien»



# Die Schulärztin und der Schularzt



... .. in einer sich verändernden Welt.



...haben immer noch das gleiche Ziel:...



# Gesunde Kinder & Jugendliche und zufriedene Lehrpersonen





### 3. Rolle der Schulärztin im Setting Schule – welche Bilder sind in den Köpfen?

- <http://www.youtube.com/watch?v=-8HKIPIIP9Y>
- Dr. Sowieso, Ferndiagnose



**Vielen  -lichen Dank für Ihre  
Aufmerksamkeit!!!**



# Gruppendiskussion

1. In welchen gesundheitlichen Belangen wünscht sich die Schule konkret die Schulärztin als Partnerin, d.h. was will die Schule vom «Dökti»? Bitte exemplarische Beispiele
2. Welche Rolle soll die Schulärztin in der (schul-)betrieblichen Gesundheitsförderung als Basis für eine gemeinsame Gesundheitskompetenz wahrnehmen? Welche Bilder im Kopf müssen revidiert werden?
3. Welchen Bedarf an schulärztlicher Betreuung hat die Schule generell?

