

Wie fördert die Rehaklinik meine Gesundheit?

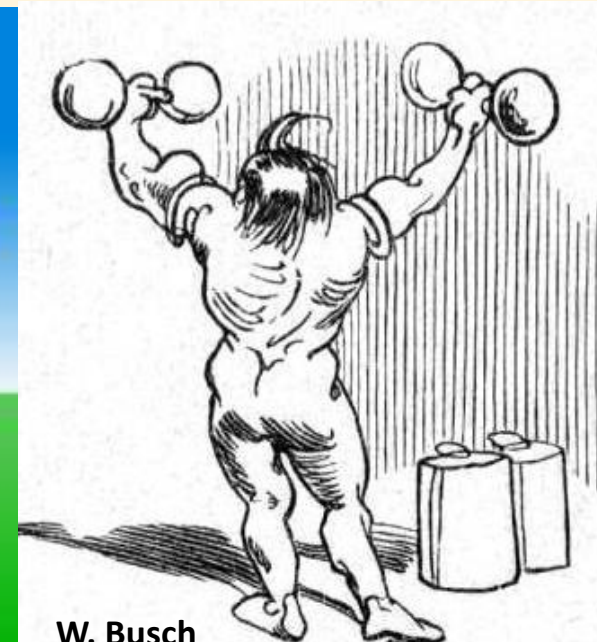
Was tut die Klinik und was tue ich?



W. Busch



Prof. Dr. med. Johannes Bircher

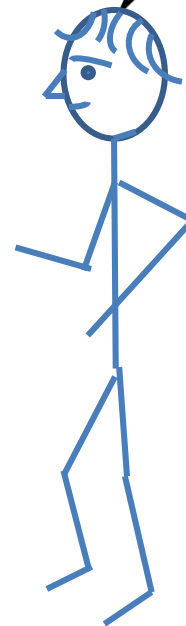
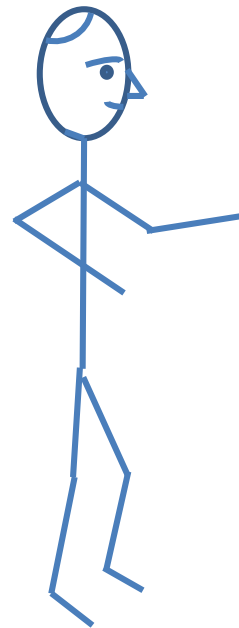


W. Busch

Patientengepräch in einer Rehaklinik

Bist du gesund?

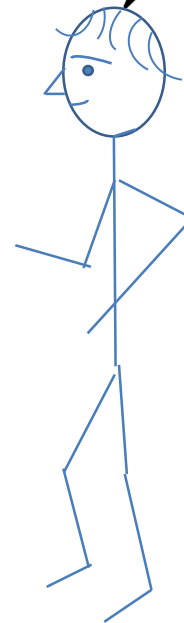
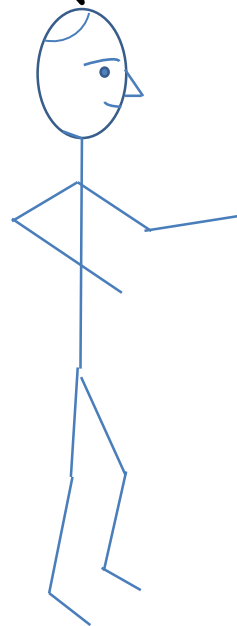
ja



Patientengepräch in einer Rehaklinik

Wie weißt du denn,
dass du gesund bist?

einfach so !



Patientengepräch in einer Rehaklinik

Was ist Gesundheit?

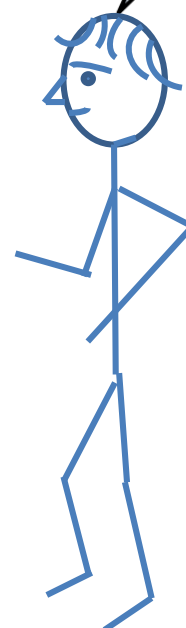
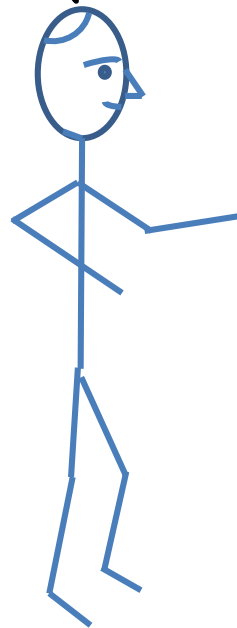
Hmmm-m ?

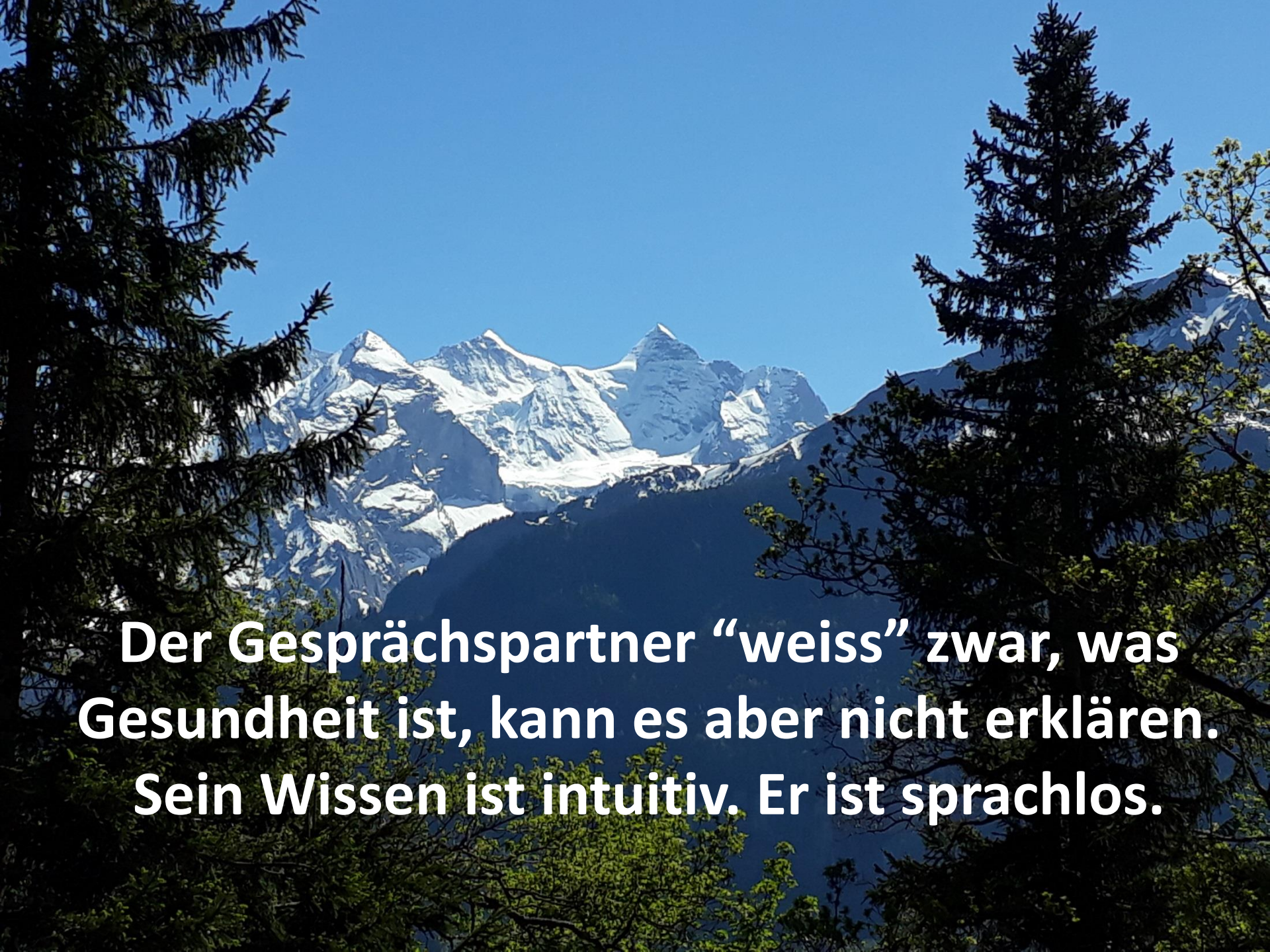


Patientengepräch in einer Rehaklinik

Wie weißt du, dass du gesund bist?

????????





**Der Gesprächspartner “weiss” zwar, was
Gesundheit ist, kann es aber nicht erklären.
Sein Wissen ist intuitiv. Er ist sprachlos.**



**Daraus ergeben sich
viele Nachteile!**

**Der Gesprächspartner “weiss” zwar, was
Gesundheit ist, kann es aber nicht erklären.
Sein Wissen ist intuitiv. Er ist sprachlos.**



Aufbau des Referates

1. Bisherige Antworten auf die Frage «Was ist Gesundheit?»
2. Das Meikirch-Modell der Gesundheit
3. Konsequenzen des Meikirch Modells
4. Zusammenfassung



Aufbau des Referates

- 1. Bisherige Antworten auf die Frage
«Was ist Gesundheit?»**
2. Das Meikirch-Modell der Gesundheit
3. Konsequenzen des Meikirch Modells
4. Zusammenfassung

Gesundheit in der Geschichte



Galenos von Pergamon (ca. 130–200 n.Chr.)
beschrieb die Viersäftelehre (Humoralpathologie)

gelbe Galle	schwarze Galle	} nicht zu kalt und nicht zu trocken
Blut	Schleim	

Rudolf Virchow (1821-1902), Pathologe in Berlin:
Krankheiten werden ausgelöst, wenn falsche Zellen
am falschen Ort sind. Daraus folgte 1858:
“Gesundheit ist Abwesenheit von Krankheit.”

Was sagen Experten?



- 1. WHO 1946:** «Gesundheit ist ein Zustand des voll-ständigen körperlichen, geistigen und sozialen Wohlergehens und nicht nur das Fehlen von Krankheit oder Gebrechen.»
- 2. C. Boorse 1976:** Gesundheit ist der Normalbereich
- 3. L. Nordenfelt 1989:** «Ein Mensch ist gesund, wenn er unter Standardbedingungen seine vitalen Lebensziele erreichen kann.»



Aufbau des Referates

1. Bisherige Antworten auf die Frage «Was ist Gesundheit?»
- 2. Das Meikirch-Modell der Gesundheit**
3. Konsequenzen des Meikirch Modells
4. Zusammenfassung



Meikirch-Modell

- «Gesundheit ist ein Zustand von Wohlbefinden, der sich in günstigen Wechselwirkungen zwischen den Anforderungen des Lebens, den Potentialen eines Individuums und seinen sozialen- und Umwelt-determinanten verwirklicht.»

Meikirch-Modell



Um gesund zu sein ist es nötig,
die Anforderungen des Lebens
zu erfüllen

Anforderungen
des Lebens

Anforderungen des Lebens beim Menschen



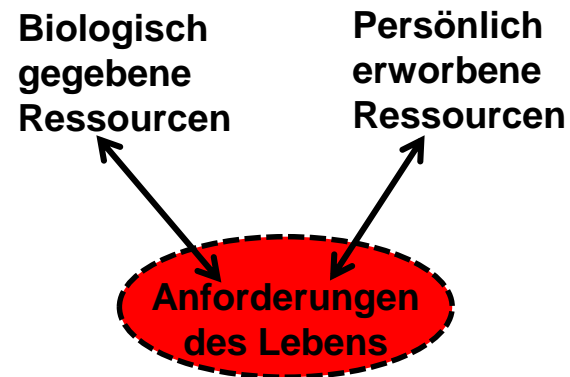
1. Anforderungen des Körpers	Ernährung, innere Regulationen, Kleidung, Behausung, Toiletten, Hygiene, Impfungen, etc.
2. Anforderungen von Geist und Seele	Persönliche Entwicklung als Mensch, Mitwirkung in der Gesellschaft und Integration, etc.
3. Anforderungen der Umwelt	Nahrungsmittelproduktion, Trinkwasser, saubere Luft, Raubtiere, Erdbeben, Klimaerwärmung, etc.

Beim Menschen werden die Anforderungen des Lebens durch die Gesellschaft gestaltet.

Meikirch-Modell



Ressourcen zur Erfüllung der Anforderungen



Menschliche Ressourcen

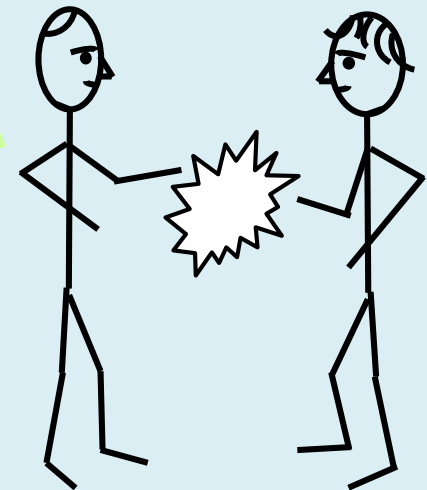


**neugeborenes
Kind**

Kinder brauchen
Eltern, bis sie
berufsfähig sind,
d.h. 25-30 Jahre.

Interesse an der Zukunft:
«**Potentiale**»

im Beruf



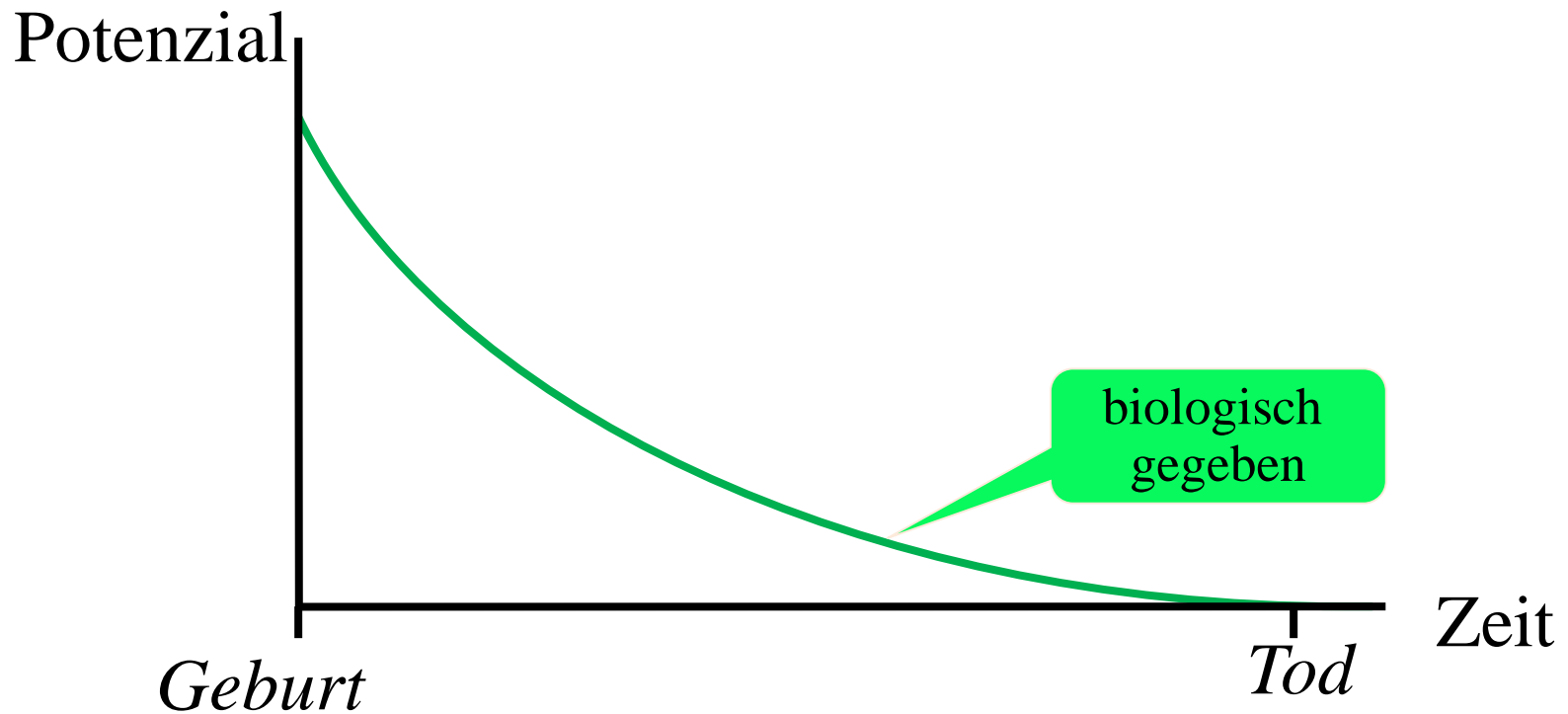


Das biologisch gegebene Potenzial ist das Geschenk bei der Geburt.

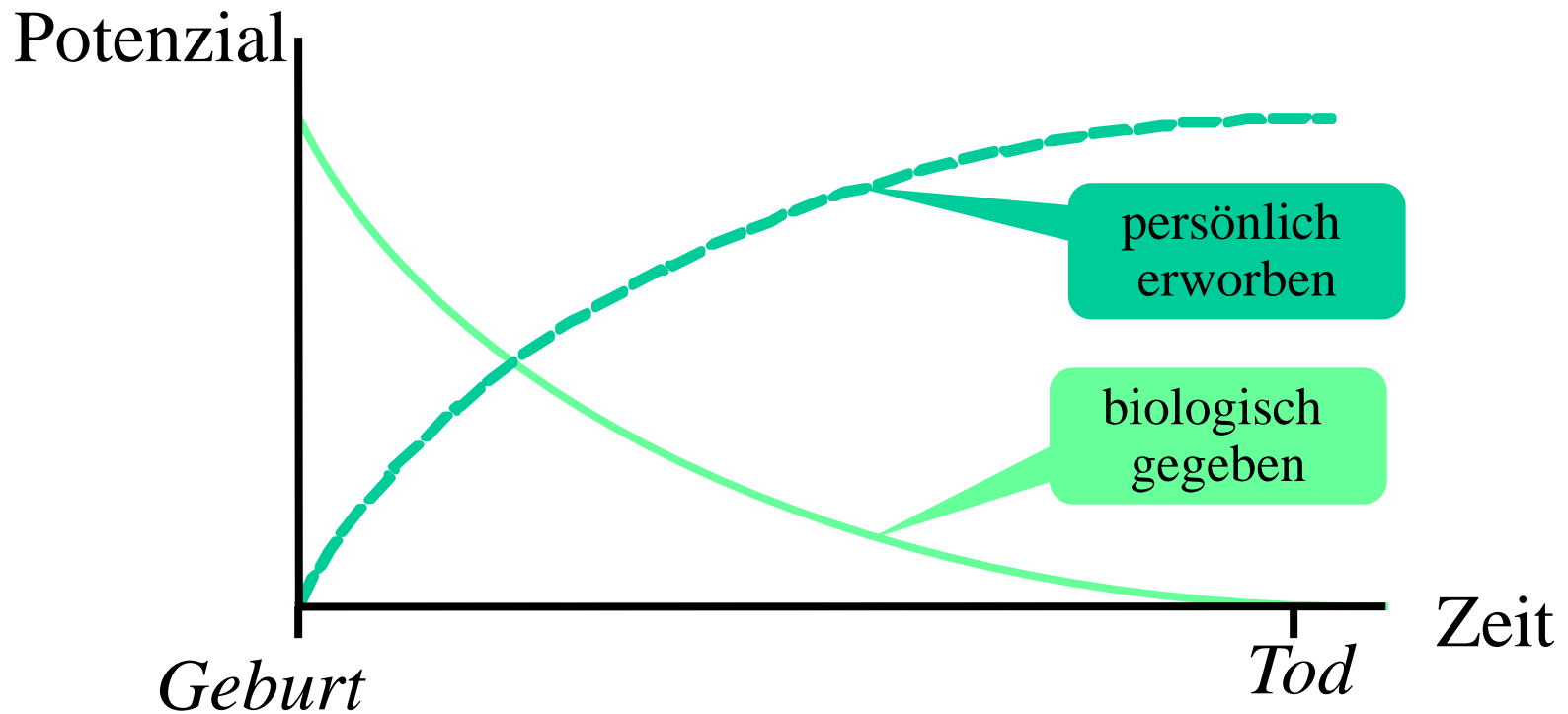
1. Initial wird es durch das genetische Material bestimmt und dann durch die Qualität der Schwangerschaft.
2. Bei der Geburt hat es einen endlichen Wert und beim Tod ist es null.



Das biologisch gegebene Potenzial



Das persönlich erworbene Potenzial





Das persönlich erworbene Potenzial

Beispiele:

Dalai Lama

Kofi Annan

Albert Einstein

Roger Federer

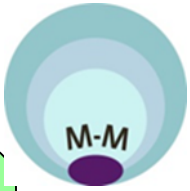
.....

J.W. von Goethe

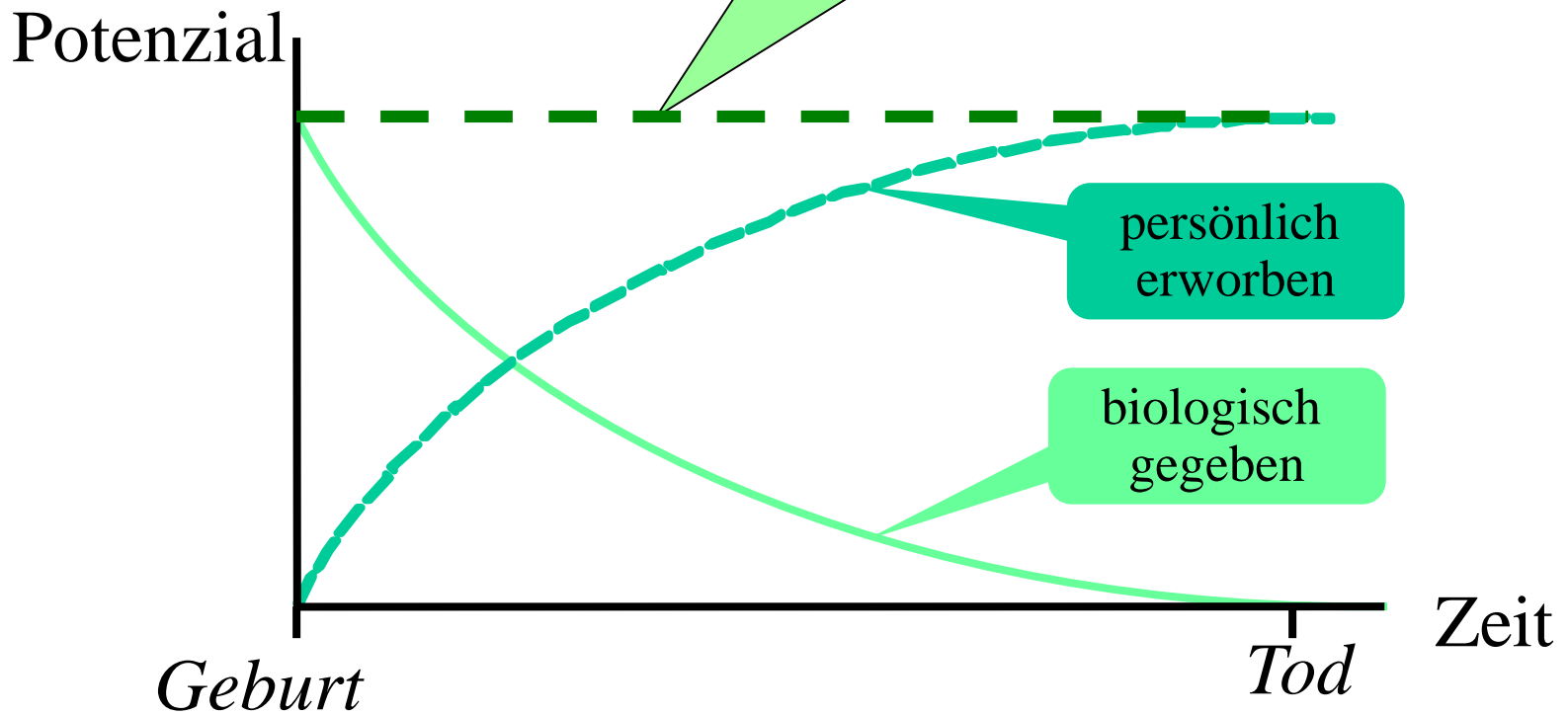
hat gesagt:

Genie ist Fleiss.

1. z.B. Körperbau
2. z.B. Immunität
3. Gelerntes: alle Fähigkeiten und Fertigkeiten: körperliche, seelische und soziale
4. Einstellung zum Leben: „Haltungen“, Werte
5. Kompensation von Defekten und verarbeitetes Leiden



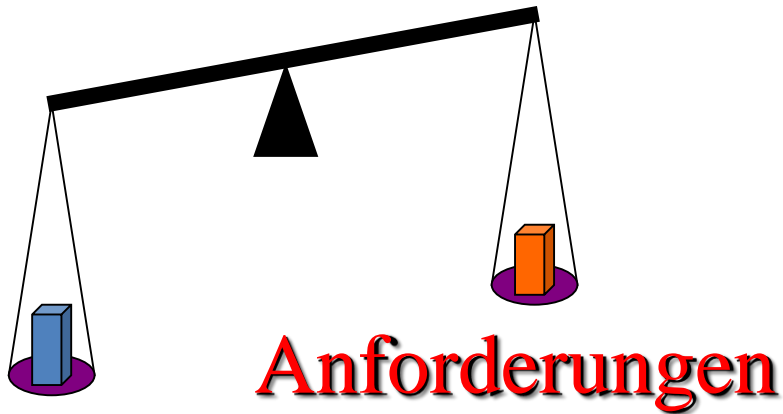
Gesamtpotenzial
für die Gesundheit





Die Definition von Gesundheit und Krankheit ist einfach:

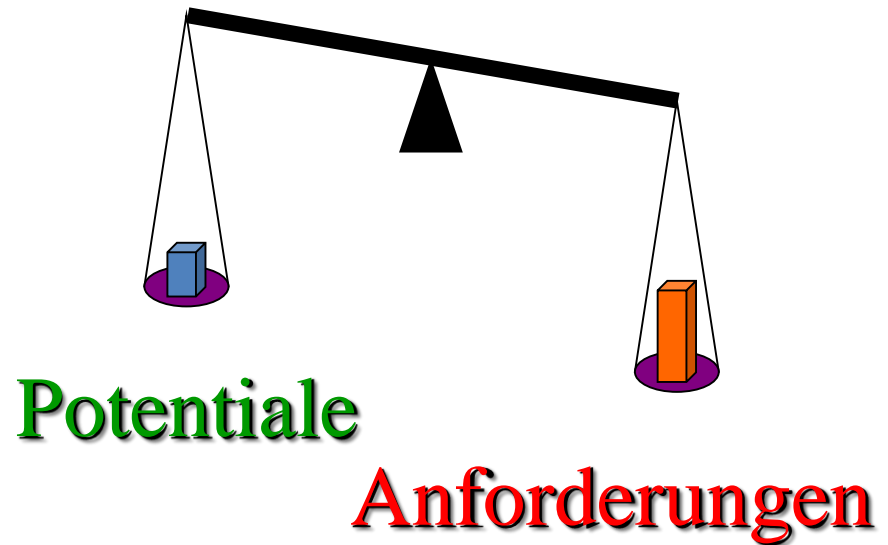
Gesundheit



Potentiale

Anforderungen

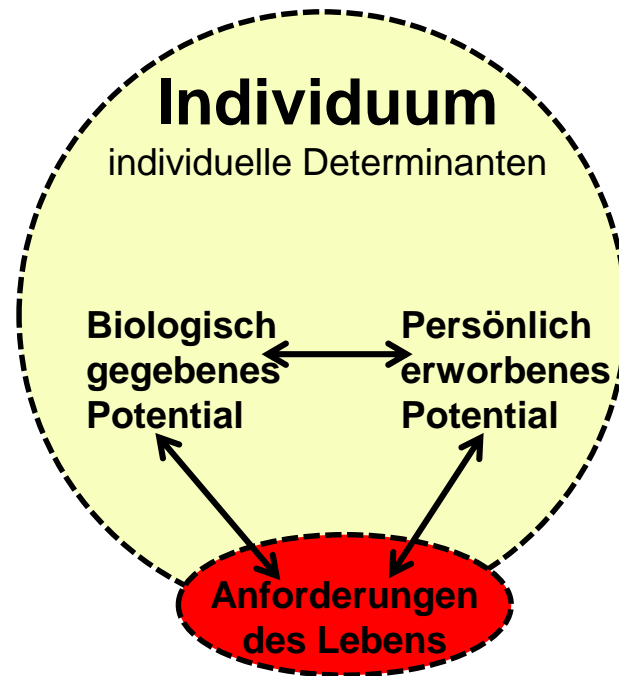
Krankheit



Potentiale

Anforderungen

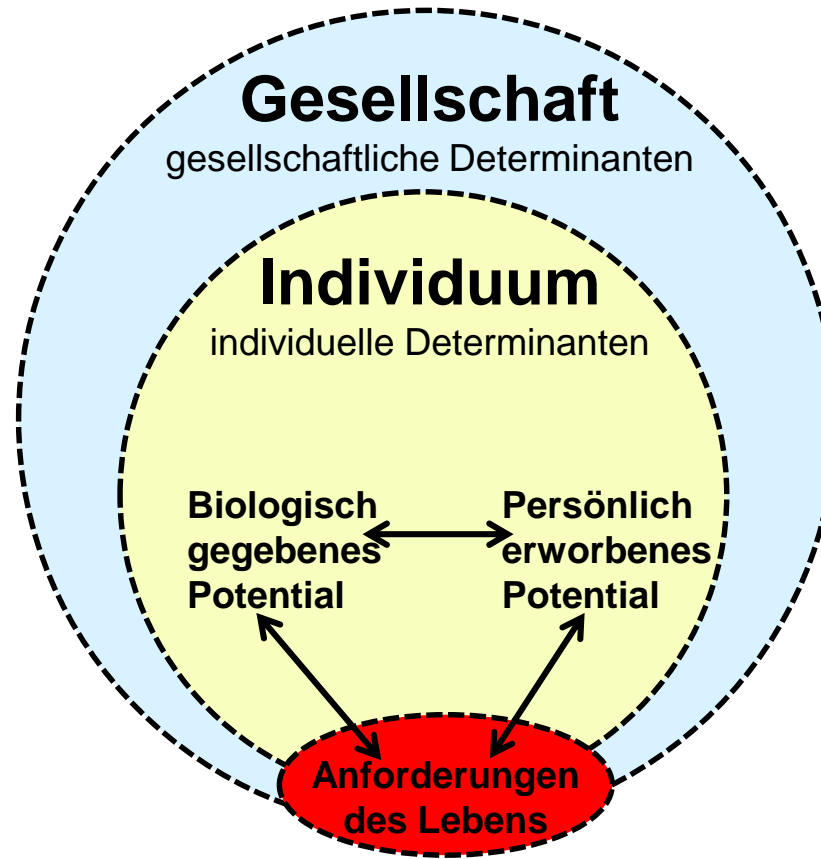
Gesundheit ist komplizierter



Gesellschaftliche Determinanten



1. Eltern
2. Schule
3. Trinkwasser
4. Toiletten
5. Wohnung
6. Bett



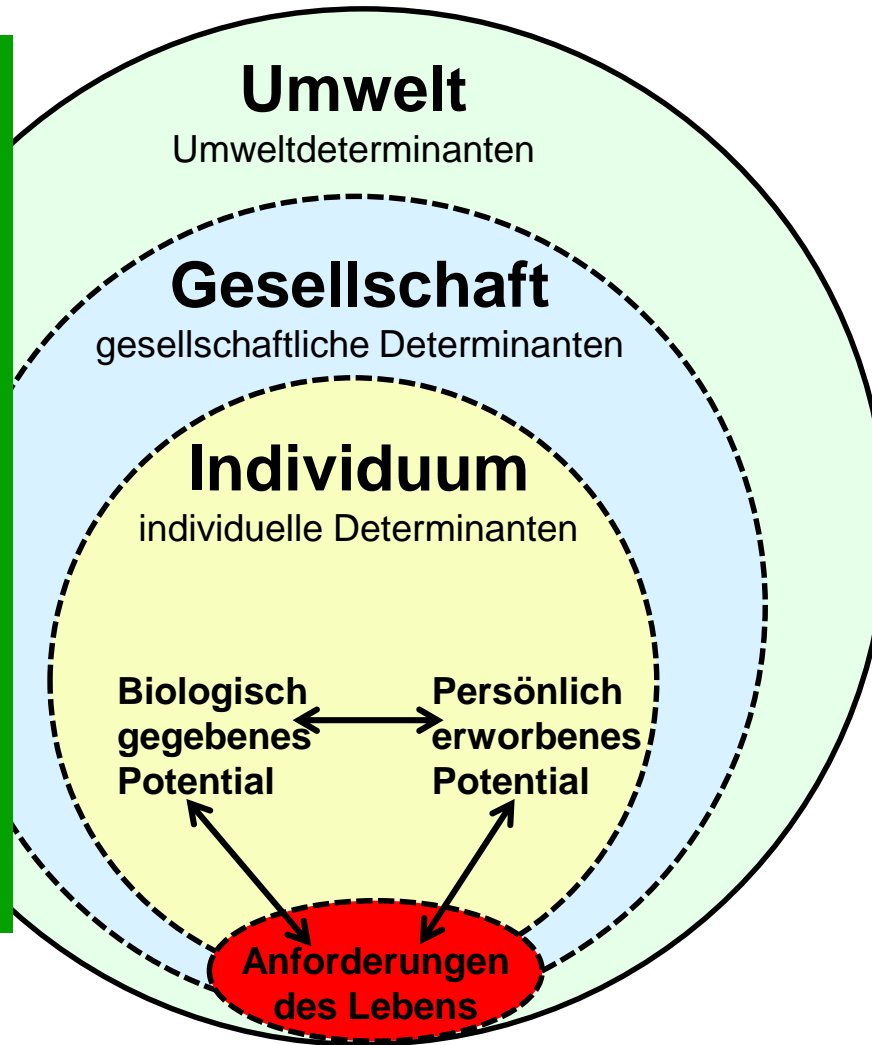
7. Nahrung
8. Impfungen
9. Gesundheitswesen
10. Arbeitsbedingungen
11. etc.

Umweltdeterminanten



Beispiele:

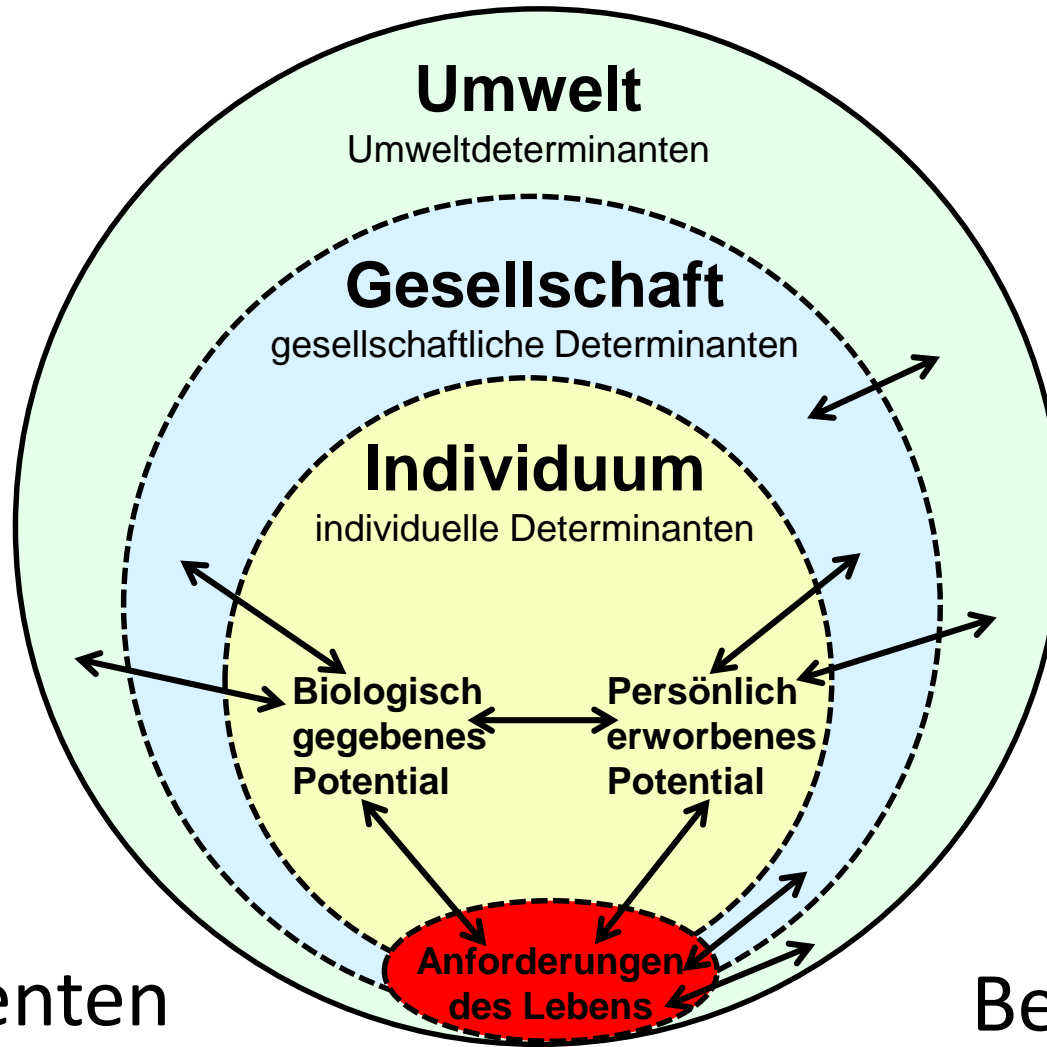
- Jodmangel
- Bienensterben
- Viehhaltung mit Antibiotika
- Überfischung der Meere
- Rodung der Tropenwälder
- Temperatur-Anstieg der Erde
- etc.



Vollständiges Meikirch-Modell



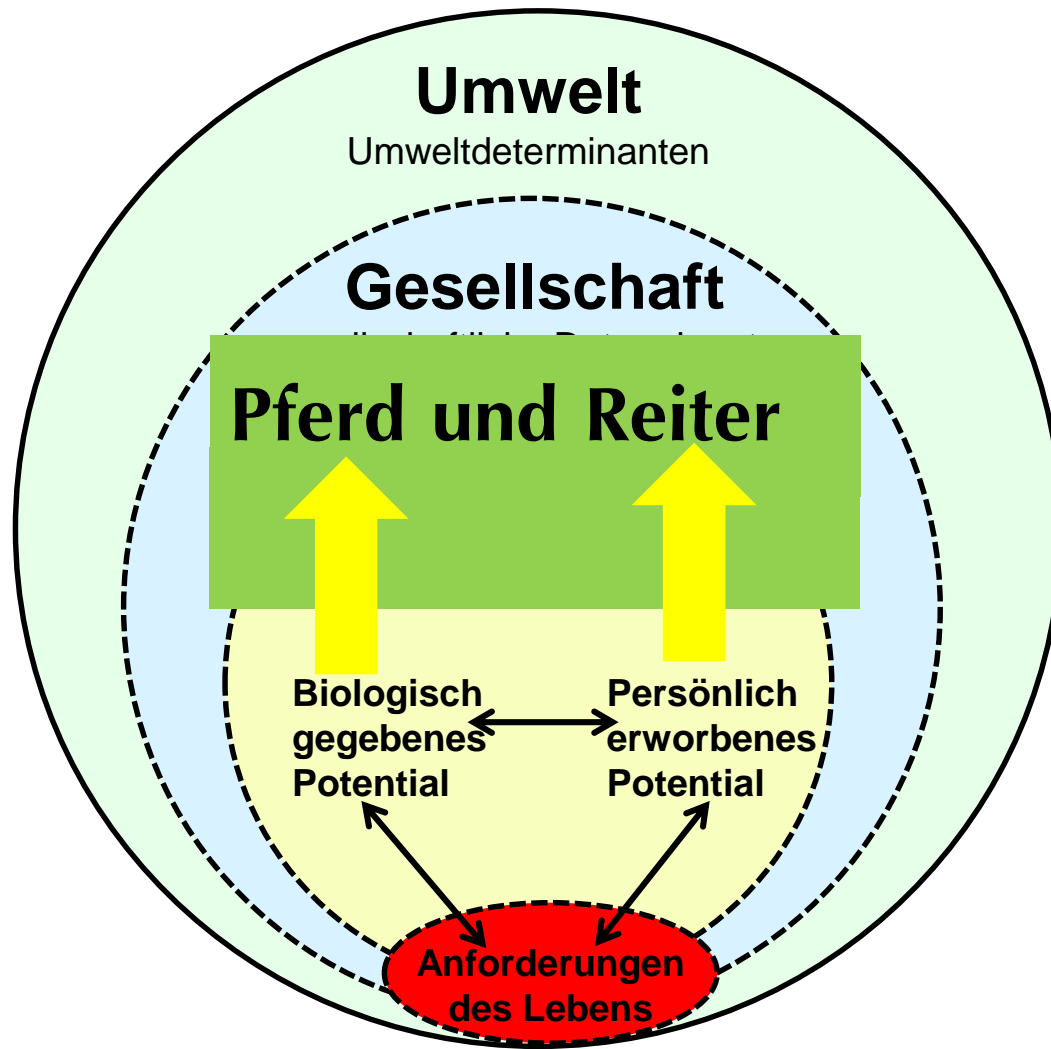
www.meikirch-modell.ch



fünf
Komponenten

zehn
komplexe
Beziehungen

Beziehung zwischen den beiden Potentialen: Pferd ↔ Reiter



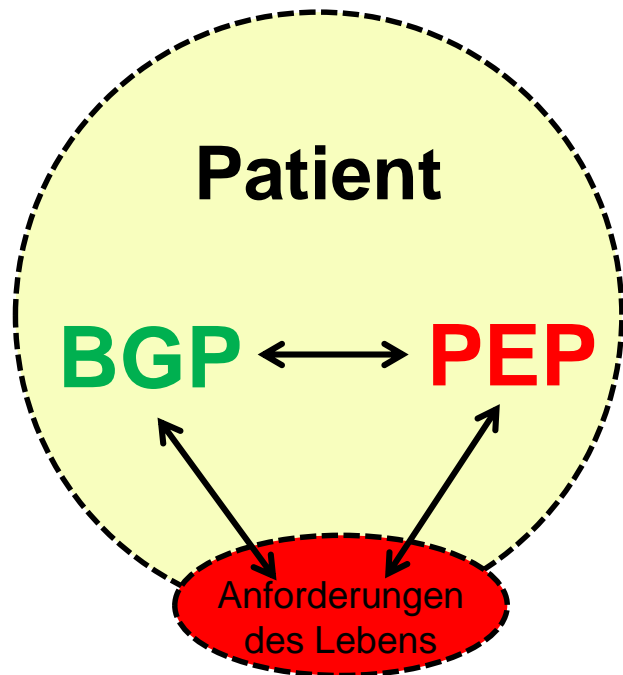


Aufbau des Referates

1. Bisherige Antworten auf die Frage «Was ist Gesundheit?»
2. Das Meikirch-Modell der Gesundheit
- 3. Konsequenzen des Meikirch Modells**
4. Zusammenfassung



**Das persönlich erworbene
Potentials (PEP) ist ebenso wichtig wie
das biologisch gegebene Potential (BGP)**

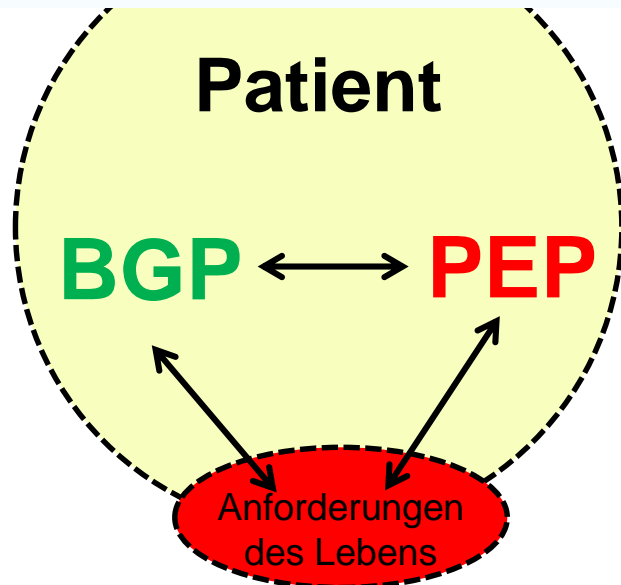


**In der modernen Medizin
ist das PEP unterbewertet
und wird vernachlässigt.**

Chancen des persönlich erworbenen Potentials (PEP)



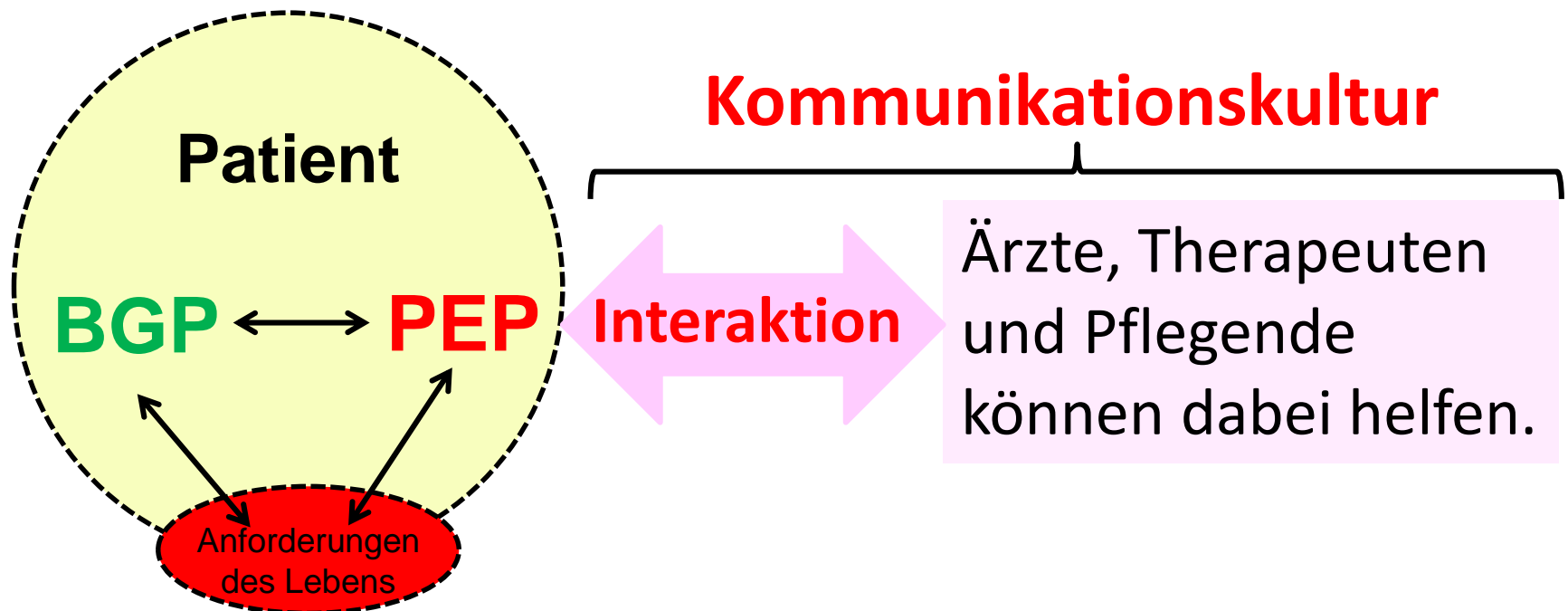
1. Im PEP bestehen Freiheitsgrade.
2. Deshalb braucht Gesundheit Selbstführung. Sie wird bei uns leider nicht kultiviert.
3. Gesundheit ist weitgehend selbst verantwortet!



Chancen des persönlich erworbenen Potentials (PEP)



Selbstführung und Selbstverantwortung brauchen persönliche Entwicklung.





Das Salutogenese-Konzept von Antonovsky unterstützt Selbstführung.

Der Sinn für Kohärenz fördert die Gesundheit

Verständlichkeit

Glucose
Insulin

Handhabbarkeit

BZ-Messung
Ins. Injektion

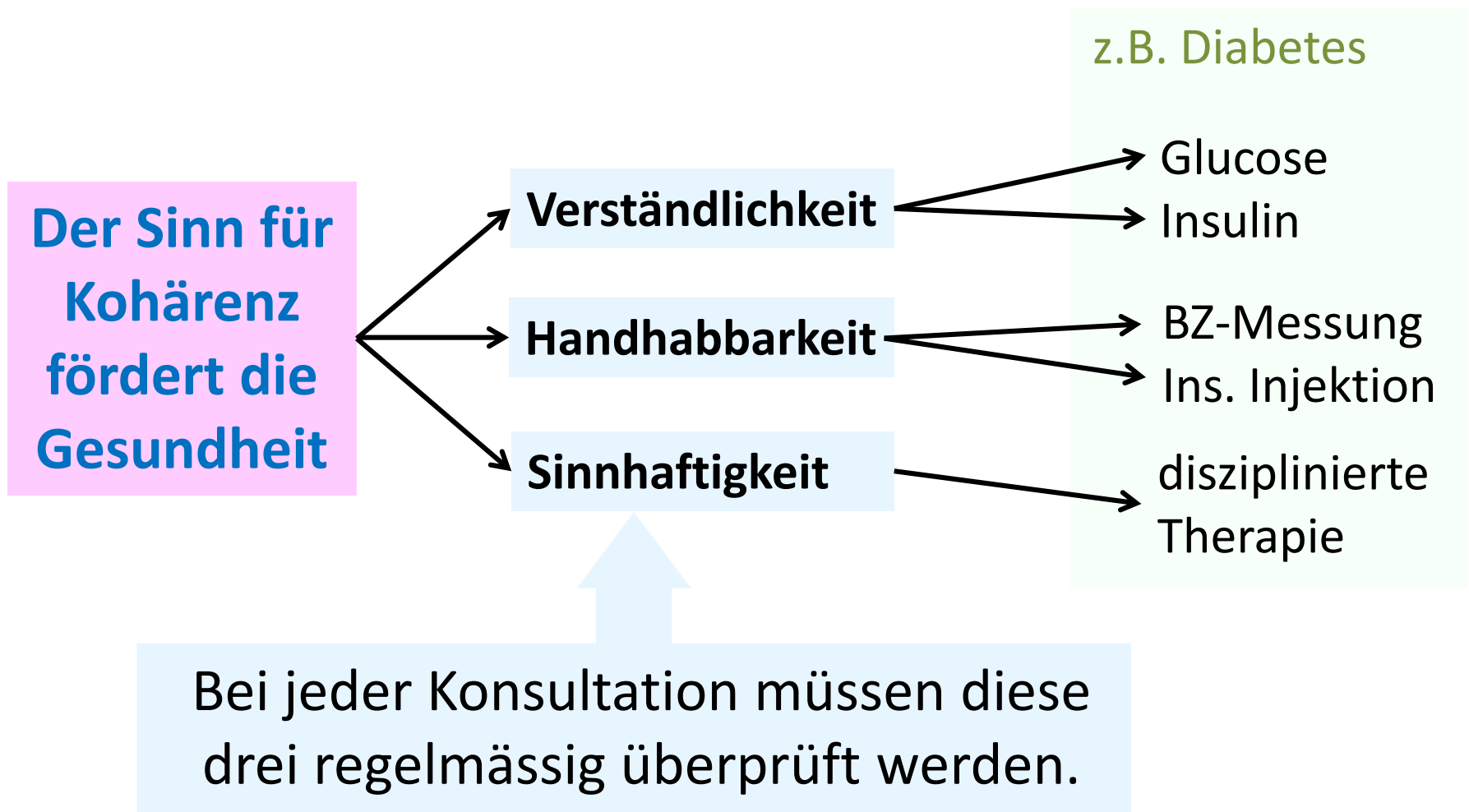
Sinnhaftigkeit

disziplinierte
Therapie

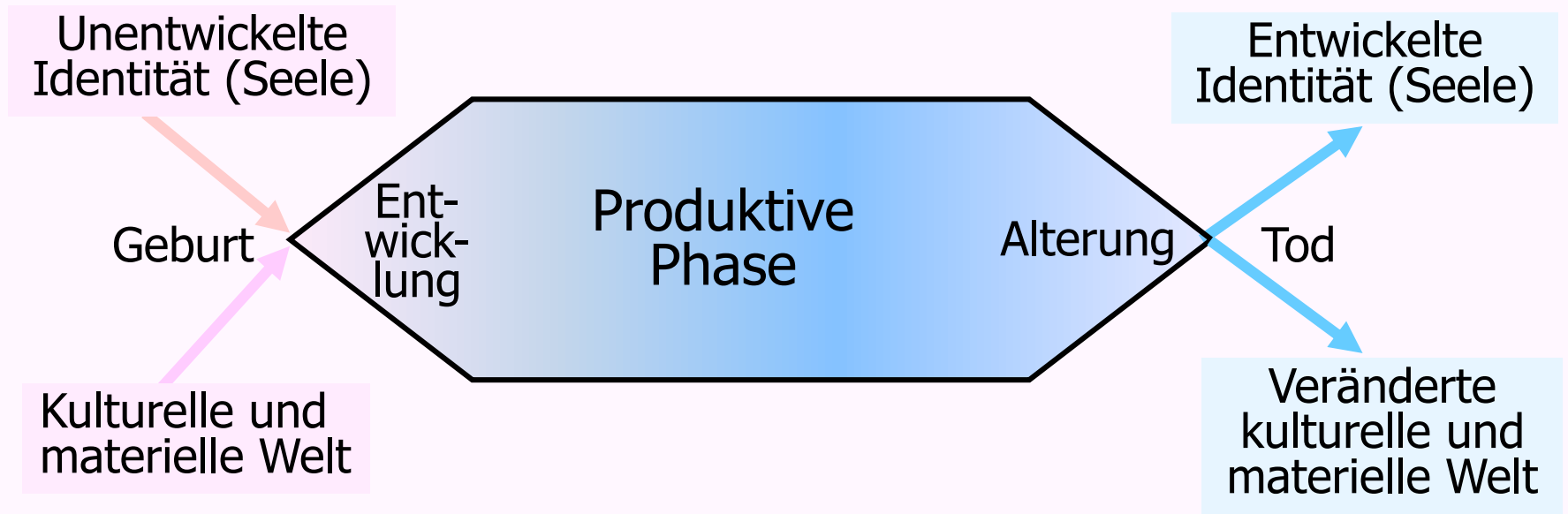
z.B. Diabetes



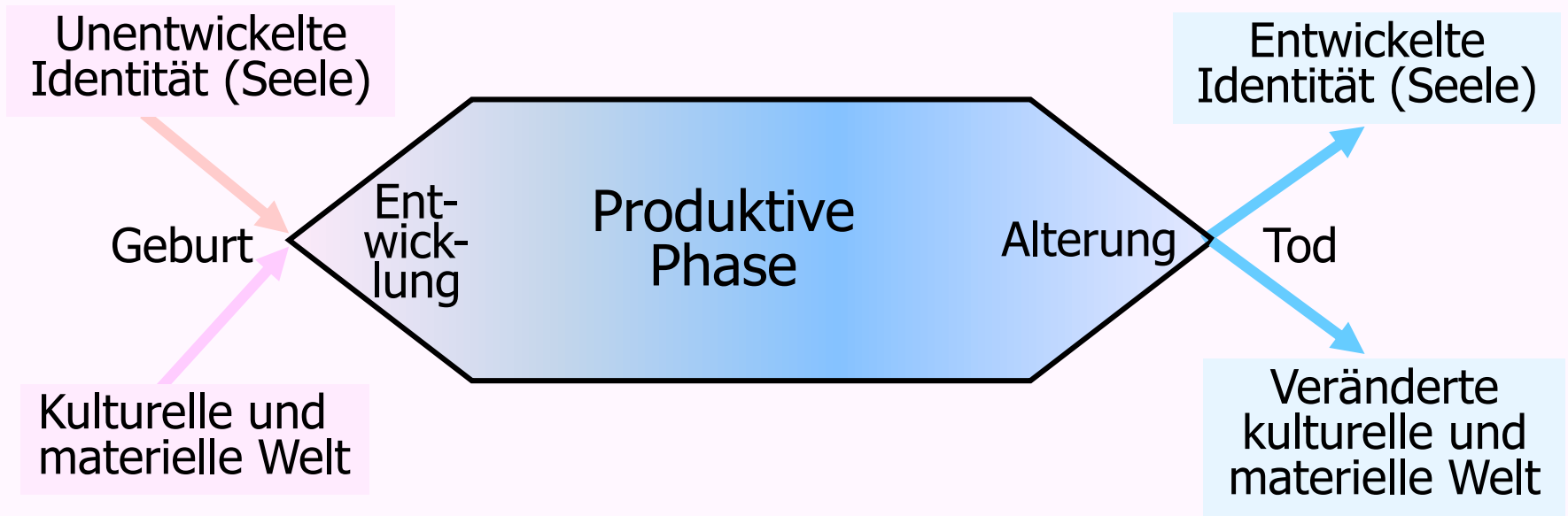
Das Salutogenese-Konzept von Antonovsky unterstützt Selbstführung.



Zwei Lebensfragen stiften Sinn



Zwei Lebensfragen stiften Sinn



Die beiden Fragen lauten:

1. Wie soll meine «Seele» am Lebensende aussehen?
2. Welchen Beitrag zur kulturellen und materiellen Welt will ich an meinem Lebensende geleistet haben.

Interdisziplinäre Zusammenarbeit



Arbeiten alle für das gleiche Ziel: Gesundheit?
Haben alle die relevanten Informationen?
Kennen auch die Patienten das Ziel?

Pflege

Medizin

Physiotherapie

Sind alle Mitarbeiter auf das gemeinsame Ziel, Gesundheit der Patienten, orientiert, funktioniert die Zusammenarbeit und Hierarchien schmelzen ein.

Nutzen des Meikirch-Modells für die Rehaklinik

1. Auseinandersetzung der Patienten und des Personals mit der Frage, was Gesundheit ist
2. Patienten entwickeln ein neues Körpergefühl, Beziehung zwischen BGP und PEP.
3. Ziel ist nicht die Wiederherstellung des Vorzustandes, sondern die umfassende Förderung der Gesundheit.
4. Die Klinik macht ein Angebot zur Unterstützung des PEP, z.B. Antonovsky Training in Gruppen, etc.
5. In der Klinik arbeiten alle für das gleiche Ziel.



Aufbau des Referates

1. Bisherige Antworten auf die Frage «Was ist Gesundheit?»
2. Das Meikirch-Modell der Gesundheit
3. Konsequenzen des Meikirch Modells
- 4. Zusammenfassung**

Zusammenfassung 1



1. Bisherige Vorstellungen von Gesundheit waren intuitiv. Eine befriedigende Beschreibung der Gesundheit gab es nicht.
2. Das Meikirch Modell ist eine neue Definition der Gesundheit bestehend aus fünf Komponenten und 10 komplexen Beziehungen.
3. Ein Mensch ist gesund, wenn er in der Lage ist seine Anforderungen des Lebens zu bewältigen.

Zusammenfassung 2



4. Dazu braucht jedermann sein biologisch gegebenes und sein persönlich erworbenes Potential. Es sind immer beide nötig.
5. Damit diese voll zur Geltung kommen stehen sie im Austausch mit der Gesellschaft und mit der Umwelt, die zusätzliche Beiträge leisten.
6. Der Mensch ist für seine Gesundheit weitgehend selber verantwortlich, braucht dazu aber professionelle Unterstützung.

Zusammenfassung 3



7. Die heutige Medizin vernachlässigt das persönlich erworbene Potential. Das führt zu einem grossen Verlust an Gesundheit.
8. Die Orientierung verschiedener Berufsgruppen und der Patienten auf das gemeinsame Ziel Gesundheit verbessert die Zusammenarbeit im Betrieb und den Nutzen für die Patienten.
9. Die konsequente Anwendung des Meikirch-Modells eröffnet der Rehaklinik neue Chancen ihren Nutzen für die Patienten zu vermehren.

**Das Meikirch-Modell
dankt für Ihre
Aufmerksamkeit**