

Prävention und Gesundheitsförderung in der werdenden und jungen Familie

Renate L Bergmann, Karl E Bergmann
Kliniken für Geburtsmedizin, Charité Centrum für Frauen-, Kinder- und Jugendmedizin, Universitätsmedizin Berlin

In der Verantwortung für ihre Kinder während der prägenden ersten Lebensjahre interessieren sich werdende und junge Mütter und Väter mehr als die übrige Bevölkerung für die Erhaltung der Gesundheit und die Vermeidung von Krankheiten, Unfällen und gesundheitlichen Fehlentwicklungen. Ihrer Nachfrage an Prävention steht oft kein geeignetes Angebot gegenüber. Wir haben ein Curriculum entwickelt und wissenschaftlich evaluiert, das werdenden und jungen Eltern in der Form einer vorausschauenden Beratung zu den Zeitpunkten der Kindervorsorge angeboten werden soll.

Es wurden von Juli bis Dezember 1999 in der Klinik für Geburtsmedizin des Virchow-Klinikums der Charité, die in einem sozialen Brennpunkt Berlins, dem Wedding, gelegen ist, 206 deutschsprachige Familien nach Entbindung der Mutter von ihrem ersten Kind als Interventionsgruppe rekrutiert und zwei Jahre lang beobachtet. Sie wurden gleich nach der Entbindung eingeladen, an Gruppenseminaren teilzunehmen. Sie erhielten dann in unserer Klinik zu den Zeitpunkten der kinderärztlichen Vorsorge ein Bildungsangebot zur ganzheitlichen Gesundheitsförderung und Krankheitsprävention, das sie antizipatorisch von Geburt bis zum Alter der Kinder von 18 Monaten interaktiv über anstehende Entwicklungen, Risiken, Aufgaben und Problemlösungen informierte. Es wurden 5 Teilbereiche besonders intensiv behandelt, nämlich Stillen/Ernährung, Rauchentwöhnung der Eltern, Kariesprävention, Ekzemprävention und Impfungen.

Die Kinder und ihre Familien wurden mit 6, 12 und 24 Monaten zu Nachfolge-Terminen eingeladen, in denen über Fragebogen, körperliche Untersuchung, Anthropometrie, Entwicklungstestung, Blut- und Urinalysen sowie zahnärztliche Untersuchungen der Gesundheitszustand, das Wachstum, die Entwicklung des Kindes, seine Erkrankungen und die der Eltern sowie die psychosoziale Dynamik der

Familie untersucht wurde. 3 Kontrollgruppen wurden aus dem gleichen Einzugsgebiet unter ähnlichen Bedingungen rekrutiert und querschnittsmäßig im Alter der Kinder von 6, 12 und 24 Monaten identisch untersucht.

Mit diesem kontrollierten Untersuchungsansatz konnten wir nachweisen, dass die Kompetenz der Eltern vermehrt, gesundheitsförderliche Verhaltensweisen in der jungen Familie etabliert, ein besserer Gesundheitszustand und geringere Krankheitshäufigkeit der Kinder erreicht und langfristig wirksame Gesundheitsrisiken vermindert worden waren.

An unserem Ansatz halten wir für innovativ

- das Setting junge Familie (wobei der Begriff weit gefasst ist),
- die kontrollierte Studie zur Primärprävention und Gesundheitsförderung,
- den Beginn der Prävention am Anfang, am besten schon in der Schwangerschaft,
- das Angebot wissenschaftlich gesicherter Inhalte,
- den Nachweis der Wirksamkeit vorausschauender Beratung,
- die Kosteneffizienz durch den Gruppenansatz,
- ein Studiendesign, das die unbeabsichtigte Kontamination, d.h. die Weitergabe von Präventionsinhalten an andere vermeidet, sowie den ethischen Konflikt, der durch das Vorenthalten wichtiger Information entstehen könnte.

Der Bundesverband der AOK hat dieses Fortbildungsangebot übernommen, zusammen mit uns erweitert und seinen Mitgliedern angeboten. Die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung hat mit uns und weiteren Wissenschaftlern ein Eltern-Informationsbuch und ein Elternbegleitbuch vorbereitet, das z.Zt. bundesweit erprobt wird und bei den neuen Vorsorgeuntersuchungen eingesetzt werden soll.