

<b>Zeitschrift:</b>	Schauplatz Spitex : Zeitschrift der kantonalen Spitex Verbände Zürich, Aargau, Glarus, Graubünden, Luzern, Schaffhausen, St. Gallen, Thurgau
<b>Herausgeber:</b>	Spitex Verband Kanton Zürich
<b>Band:</b>	- (2008)
<b>Heft:</b>	2
<b>Artikel:</b>	Autorin Ilona Kickbusch: "Gesundheitsförderung ja - aber nicht um jeden Preis"
<b>Autor:</b>	Kickbusch, Ilona / Weiss, Claudia
<b>DOI:</b>	<a href="https://doi.org/10.5169/seals-822228">https://doi.org/10.5169/seals-822228</a>

### Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 12.01.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

# Autorin Ilona Kickbusch: «Gesundheitsförderung ja – aber nicht um jeden Preis»

**Prof. Dr. Ilona Kickbusch befasst sich seit Jahren mit der europäischen und internationalen Gesundheitspolitik. Im Interview mit Claudia Weiss erklärt sie, was Gesundheit in unserer Gesellschaft bedeutet und wo aus ihrer Sicht künftig die Anforderungen an die Spitex liegen.**

Sie bezeichnen unsere Gesellschaft als «Gesundheitsgesellschaft», die voraussetzt, dass Gesundheit machbar ist. Das meinen Sie aber keineswegs nur positiv?

Ilona Kickbusch: Die Machbarkeit hat viele Gesichter. Jede Einzelperson kann zu ihrer Gesundheit selber beitragen, der Staat fördert Gesundheit und Gesundheit wird auf dem Markt als Produkt angeboten. Wird Gesundheit als Lebensressource angesehen, ist das sehr positiv. Problematisch wird es, wenn sie zur utopischen Perfektion hochstilisiert wird. Da

## Wo ist der Zwang – wo die Freiheit zur Gesundheit?

stellte sich die Frage nach der Verhältnismässigkeit: Inwieweit wollen wir die Gesundheit durch gezielte Eingriffe steigern und optimieren? Wie halten wir es mit kosmetischen Eingriffen, Spitzen-Medikamenten und den Erwartungen an die Genetik, Erbschädigungen auszumerzen? Da stehen wir vor einer grossen Ambivalenz: Wo ist der Zwang – wo die Freiheit zur Gesundheit?

Schafft nicht die hoch entwickelte Gesundheitsgesellschaft darüber hinaus neue Probleme, indem sie Gesundheit, Jugendlichkeit und

Fitness zur absoluten Maxime erhebt?

Diese Frage ist typisch in der Diskussion der Moderne: Ein Problem wird gelöst, und daraus erwachsen neue Probleme. Unsere gesellschaftlichen Maximen von Fitness und gesunder Ernährung zeigen das deutlich: Wird das Fitnessverhalten übertrieben, kommt es zu Gelenkschäden, bei übermässig gesunder Ernährung manchmal sogar zu einer Mangelernährung oder Magersucht; und daraus entstehen neue Folgeprobleme.

Sehr positiv finde ich dagegen, dass der Gesundheitsbegriff von der Medizin weg kommt, hin zur Lebensfreude und gemeinsamem Erleben in Gruppen, und dass man nicht mehr einfach akzeptiert, bei zunehmendem Alter aus der Gesellschaft ausgegliedert zu werden. Schwierig für die Einzelnen ist dabei, dass wir nicht mehr einfach von «gesund- und -krank», «richtig» oder «falsch» reden können: Viele Gesundheitsoptionen sind wählbar, und wir alle müssen kontinuierlich Entscheidungen treffen und diese reflektieren. Auch das ist typisch für unsere multioptionale und pluralistische Gesellschaft.

Diese moderne Lebensweise ist ja oft gleichzeitig mit Stress, Beschleunigung und fehlenden sozialen Netzen verbunden, was wiederum krank machen kann. Was empfehlen Sie dagegen?

Hier plädiere ich für einen aktiven Gesundheitsbegriff, den jeder Mensch für sich selber definieren muss: Was hält mich gesund? Aber auch: Wo kann ich mich mit anderen zusammentun, um Verbesserungen z. B. am Arbeitsplatz, zu erlangen. Oft helfen schon kleine Veränderungen, zum Beispiel eine halbe Stunde Auszeit oder mehr Bewegung. Dafür gibt es ja Ratgeberliteratur in Massen.

Allerdings ist mir klar, dass dies auch eine Frage der sozialen Umgebung und des Bildungsniveaus ist. Hier gilt es, neue Präventions-



ansätze zu entwickeln, z. B. in Form einer «Gesundheits-Sozialarbeit», wie es sie in England bereits gibt, wo Sozialarbeiter mit bildungsfernen Gruppen gemeinsam Strategien entwickeln, wie sie ihr Leben besser in den Griff bekommen und gesundheitsförderlicher gestalten können.

Gesundheit wird auch immer mehr zu einem Marktfaktor. Sie begrüssen diese Entwicklung, warnen zugleich aber davor. Warum?

Es ist zu begrüssen, wenn alle Menschen Zugriff zu gesunden Produkten haben – allerdings nur,

## Die Milchschnitte zum Beispiel weckt falsche Assoziationen.

wenn diese Produkte tatsächlich einen echten Gesundheitswert aufweisen. Zu oft werden falsche Assoziationen geweckt, wie beispielsweise bei der Milchschnitte.

Je grösser dieser Gesundheitsmarkt wird, desto wichtiger ist es, die Standards zu sichern. Vor allem die älteren Leute mit guter Rente sind zu einem interessanten Marktfaktor geworden. Wird diese Gruppe nun zu Walking-Kursen motiviert, ist das toll. Andere Versprechen können aber gesundheitsschädlich sein, ich denke da beispielsweise an kosmetische Eingriffe.

Sie sprechen in Ihrem Buch von den vier Faktoren Markt, Staat, Gesundheitswesen und Gesellschaft, die immer grösser und finanzkräftiger werden. Trotzdem klagen alle, das Gesundheitssystem sei nicht mehr bezahlbar: Was müssen wir daraus schliessen?

Wir haben eine Krankheitsversorgung, die etwa 15 Prozent des Bruttosozialprodukts ausmacht, etwa 10 Prozent aller Beschäftigten aufweist und aufgrund der technologischen und demografischen Veränderungen weiter anwachsen wird. Diesen Bereich kann man nicht einfach zurück-

ness- oder Angebote von Gesundheitschecks und Burnout-Seminaren.

Sie plädieren für mehr Selbstbestimmung in Gesundheitsfragen. Wie könnte diese Selbstbestimmung ganz konkret aussehen?

Bei einer Lebenserwartung von 80 oder 90 Jahren müssen wir uns schon fragen: Wie geht ich mit meinem Körper um? Die Gesundheit ist ein ko-produziertes Gut – sie wird von Lebensumständen stark beeinflusst, aber wir müssen

## Mit den alten Alten sind neue Kompetenzen gefragt.

die Verantwortung für unsere Gesundheit und die unserer Familie mittragen. Diese Gesundheitskompetenz im Alltag wird immer bedeutsamer. Wir lernen ja erst langsam, wie stark wir durch unser Alltagsverhalten die Gesundheit beeinflussen können.

Eine neuere Studie hat einmal mehr gezeigt, dass das Zusammenspiel von vier Alltagsverhalten «nicht rauchen», «wenig Alkohol trinken», täglich eine halbe Stunde bewegen- und «mässig essen» zu einem Lebenserwartungsgewinn von über zehn Jahren beiträgt. Es sind eben nicht die grossen, unmögliches Ansprüche wie komplizierte und teure Diäten, sondern die vielen kleinen Sachen innerhalb des Alltags, die auf individueller Ebene und auch für die Volksgesundheit die grössten Gewinne bringen.

Parallel dazu entwickelt sich der Gesundheitsmarkt zu einer neuen Job- und Gewinnmaschine und manche Kollegen sprechen davon, dass das Wachstum im zweiten Gesundheitsmarkt den ersten mitfinanzieren könnte. Die beiden Märkte berühren sich, sie haben z. B. dort miteinander zu tun, wo neue Zusatzversicherungen oder Bonussysteme der Krankenkasse Teile aus dem Gesundheitsmarkt abdecken. Auch versucht nun die klassische Medizin am Wellnessmarkt teilzuhaben, zum Beispiel durch «Medical Well-

ness» oder Angebote von Gesundheitschecks und Burnout-Seminaren.

Die Hirnforschung zeigt, wie wichtig es ist, im Alter noch selber aktiv zu sein: Gewisse Tätigkeiten, wie z. B. selber Kochen, können unter Umständen wegen der speziellen Koordinationsleistung präventiv wirken. Solche Fragen wird sich die Spitex überlegen müssen: Also nicht primär «wie versorgt man», sondern «wie hilft man, den Grad der Aktivität und Selbständigkeit so weit wie möglich zu bewahren?»

Weitere Herausforderungen an die Spitex werden psychische Erkrankungen und Suchtprobleme im Alter sein. Und da die Betroffenen immer älter sein werden – die alten Alten –, sind neue Kompetenzen der Mitarbeitenden gefragt.

Was läuft Ihrer Meinung nach in diesem Bereich gut, was nicht so?

Spitex bietet heute schon ein gutes Ausmass an mobiler und flexibler Versorgung. Das ist eine solide Basis, die weiter entwickelt werden muss: Die Dienste werden immer mehr nachgesucht, eine neue Kohorte von Alten wird neue Anforderungen stellen. Daneben wird sich die Spitex mit neuen Quantitätsproblemen, Finanzierungsfragen und, wie gesagt, mit der Frage nach den Kompetenzen für die neuen, noch älteren Alten beschäftigen müssen.

Was wünschen Sie sich in der modernen Gesundheitsgesellschaft von der Branche Spitex?

Ich hoffe, dass die Spitex mit einem aktiven Gesundheitsbegriff arbeitet und hilft, Gesundheitspotentiale aufzubauen. Dass sie die Klientinnen und Klienten darin unterstützt, Freude am Körper, an Bewegung und Agilität im Kopf zu bewahren.

Daneben kann die Spitex die Akzeptanz von Alter und chronischer Krankheit in der Gesellschaft mitgestalten. Ich sehe deshalb die Spitex nicht nur in ihrer Versorgungsfunktion, sondern als wichtige Stimme, die auf Ungleichheiten hinweist: Die Gesundheitsgesellschaft ist derzeit eine sehr ungleiche Gesellschaft. Die Spitex-Mitarbeitenden sind so nahe vor Ort, dass sie sowohl die Probleme als auch die möglichen Lösungen sehen.



Prof. Dr. Ilona Kickbusch wurde aufgrund ihrer Leistungen bei der Weltgesundheitsorganisation WHO als Professorin an die Yale University in New Haven (USA) berufen und zur Leiterin eines Fulbright Programms ernannt. Sie lebt globale Gesundheitspolitik an verschiedenen Universitäten in Europa und Australien und berät eine Vielzahl nationaler und internationaler Organisationen zu Fragen der Gesundheit und deren Förderung. Sie hält zahlreiche Vorträge, u. a. trat sie im Januar an einer Curaviva Fachtagung in Zürich auf und im März an den Trendtagen Gesundheit in Luzern. Am 21. Mai wird sie am SBK-Kongress in Basel referieren. Sie lebt in Brienz.

Ilona Kickbusch ist Autorin des Buches «Die Gesundheitsgesellschaft - Megatrends der Gesundheit und deren Konsequenzen für Politik und Gesellschaft», Verlag für Gesundheitsförderung, Hamburg 2006. Es ist im Buchhandel oder über die Website der Autorin ([www.ilonakickbusch.com](http://ilonakickbusch.com)) erhältlich.