

PRESSE-INFORMATION



ÄRZTEKAMMER
HAMBURG

Körperschaft des öffentlichen Rechts



Hamburger Sportbund

Evaluation unter Medizinern

Rezept für Bewegung wirkt

Hamburg, 8. Juni 2016 – Das Rezept für Bewegung wirkt.

In einer Evaluation des Hamburger Sportbunds, für die über 300 Ärztinnen und Ärzte in Hamburg angeschrieben wurden, äußerte sich die Mehrheit positiv über das Rezept, das seit 2011 ausgegeben wird.

Das Rezept für Bewegung ist ein Instrument für Ärzte, um sportfernen Patienten eine schriftliche Empfehlung für körperliche Aktivität zu geben. Neben den individuellen Trainingsschwerpunkten beinhaltet es Informationen zu qualitätsgesicherten, gesundheitsorientierten Bewegungsangeboten in wohnortnahen Sportvereinen.

Das Rezept für Bewegung ist für Hamburger Ärzte und Patienten eine Unterstützung und hat einen nachhaltigen Nutzen. In sieben von zehn Fällen wird es zur Prävention und bei Erkrankungen vergeben, bei denen Bewegung zur Gesundheitsförderung beitragen kann. Um das Rezept zukünftig noch erfolgreicher zu etablieren, ist eine weitere Verbreitung und bessere Aufklärung über das Konzept sinnvoll.

Klaus Schäfer, Vizepräsident der Ärztekammer Hamburg: „Wir nehmen uns dieser Aufgabe gern an, denn aus ärztlicher Sicht ist Prävention sehr viel effektvoller als die Bemühungen um eine kostengünstige Therapie. Dafür braucht man allerdings einen sehr langen Atem. Denn in vielen Bereichen ist der Erfolg erst nach Jahren messbar.“

Thomas Fromm, HSB-Vizepräsident, sagt dazu: „Mit dem Rezept für Bewegung erreichen wir Menschen, die noch weit weg sind vom Sport. Das gelingt uns nur mit Hilfe der Hamburger Ärzte und der Ärztekammer. Je mehr Rezepte ausgegeben werden, desto näher kommen wir einer gesunden Stadt.“

Rund ein Drittel der Ärzte, die das Rezept für Bewegung ausgeben, sind Allgemeinmediziner mit Spezialisierungen zum Internisten oder Sportmediziner. Andere häufig vertretene Fachrichtungen sind die Orthopädie, Neurologie und Psychiatrie, aber auch die Gynäkologie und Pädiatrie.

Durchschnittlich vergab jeder der teilnehmenden Ärzte rund 60 Rezepte pro Jahr. Besonders häufig empfohlen wird das Rezept für Bewegung bei: Adipositas, Muskelerkrankungen, Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Schmerzerkrankungen, Atemwegserkrankungen, geriatrischen Erkrankungen, neurologischen Erkrankun-

gen und Hauterkrankungen. Weitere Verwendung fand es auch bei der Behandlung von Suchterkrankungen und Schlaf-Apnoe sowie zum Abbau von Stress.

Rund zwei Drittel der Mediziner empfinden das Rezept für Bewegung als Unterstützung für ihre ärztliche Tätigkeit. Als Gründe nennen sie die patientenseitige Dankbarkeit, erhöhte Motivation und eine damit einhergehende gesteigerte Selbstwirksamkeit. Zwei von drei Ärzten werden das Rezept weiterhin nutzen.

Die Patienten reagieren nach Angaben der Befragten positiv auf das Rezept, da es individuell auf sie abgestimmt wird und ihnen die Aufnahme einer sportlichen Aktivität erleichtert. Jeder Vierte von ihnen ist dabei zwischen 40 und 50 Jahren alt.

Ob das Rezept für Bewegung von den Patienten auch genutzt wird, ist aus datenschutzrechtlichen und organisatorischen Gründen nicht direkt nachzuerfolgen. Zwei Drittel der Ärzte, die mit den Patienten über die Sportaufnahme Rücksprache hielten, schätzen, dass rund 43 Prozent der Bewegungsempfehlung folgten. Über die Hälfte der Ärzte resümiert, dass sich der Gesundheitszustand ihrer Patienten daraufhin verbesserte.

Einen Anreiz zur Sportaufnahme schaffen die Krankenkassen, welche nach SGB V § 20 zertifizierte Sportangebote, z.B. Kurse mit dem Sport pro Gesundheit-Siegel, bis zu 80 Prozent bezuschussen. Kritisch merkten die Befragten die stellenweise fehlenden wohnortnahen Bewegungsangebote in Hamburg an und wünschten sich einen Ausbau von Sport pro Gesundheit-Kursen.

Als handfeste Gedächtnishilfe bietet das Rezept telefonische und webbasierte Beratungsmöglichkeiten, um das passende Sportangebot zu finden. Zusätzlich befindet sich eine detaillierte Vereinsauflistung in der Hamburger Gesundheitssportbroschüre. Mehr Infos zu den Gesundheitssportangeboten unter www.gesundheitssport-hamburg.de

Rückfragen der Medien:

Pressestelle der Ärztekammer Hamburg / Sandra Wilsdorf,
Tel.: 040/ 2022 99-200, E-Mail: presse@aekeh.de

Pressestelle des Hamburger Sportbundes / Thomas Michael,
Tel.: 040/ 41908-290, E-Mail: t.michael@hamburger-sportbund.de