KONZIPIERUNG UND REALISIERUNG EINER BEWEGUNGSKAMPAGNE FÜR MENSCHEN MIT DEMENZ

Eva Mir

Fachhochschule Kärnten
Studiengänge Gesundheits- und Pflegemanagement
Österreich

Hintergrund

Demenzielle Erkrankungen erfahren aufgrund zunehmender Prävalenz hohes gesellschafts- und gesundheitspolitisches Interesse. Bewegungsförderung für die Betroffenen ist ein bedeutsamer Ansatz, um die Progredienz von Demenzerkrankungen zu verlangsamen: Körperliche Aspekte wie etwa Bewegungsfähigkeit, Muskelkraft, Gleichgewicht oder Stabilität beim Stehen werden positiv beeinflusst und auch die psychische Gesundheit, kognitive Fähigkeiten sowie die Lebensqualität verbessern sich durch Bewegungsprogramme (Forbes et al., 2013; Mir et al., 2014). So kann Autonomieverlust, Hilfs- und Pflegebedürftigkeit oder auch Krankheitskomplikationen entgegengewirkt werden (Mau & Reuter, 2011).
Diese Erkenntnisse gilt es allerdings an Betroffene, deren Angehörige und im Gesundheitswesen Tätige zu kommunizieren, um für Bewegungsförderung zu sensibilisieren und deren Umsetzung wahrscheinlicher zu machen. Dies stellt eine bedeutsame Basis für die Förderung der Gesundheitskompetenzen sowie der Partizipation dieser Zielgruppen bei der Entwicklung und Umsetzung gesundheitsförderlicher und präventiver Maßnahmen dar (BAG & GDK, 2013). Aus diesen Gründen wurde an den Studiengängen Gesundheits- und Pflegemanagement (FH Kärnten, Österreich) im Rahmen des Projekts „Demenz.Bewegt.Leben“ eine Bewegungskampagne für Menschen mit Demenz entwickelt.

Vorgehen

Das Curriculum des Bachelorstudienganges Gesundheits- und Pflegemanagement an der FH Kärnten (Österreich) sieht ein eigenständiges Modul „Gesundheitsförderung: Grundlagen und Anwendung“ im Ausmaß von 10.5 ECTS (8 SWS) vor. Nach der Vermittlung von Basis- und Praxiswissen aus dem Bereich der Gesundheitsförderung und Prävention erarbeiteten die Drittsemestrigen des Vollzeitbachelorstudienganges Gesundheits- und Pflegemanagement im Wintersemester 2014/2015 in der Lehrveranstaltung „Anwendungsprojekt Gesundheitsförderung“ (2 SWS, 3 ECTS) die Kampagne „Demenz.Bewegt.Leben“. Diese Lehrveranstaltung zielte darauf ab, das im Rahmen des Moduls erworbene theoretische Wissen in der Praxis zu erproben und dabei einen aktiven Beitrag zu evidenzbasierter Gesundheitskommunikation (Hurrelmann & Leppin, 2001) zu leisten.
Die Studierenden arbeiteten in drei Teilprojektgruppen und wurden durch kontinuierliches Mentoring (Eps et al., 2006) von Seiten der Lehrveranstaltungsleiterin Eva Mir begleitet. Eine partizipative Lehrveranstaltungsgestaltung sowie aktives Lernen (Middleton, 2013) stellten bedeutsame Grundprinzipien für das gemeinsame Arbeiten dar.

Ergebnisse

Ein Poster sowie eine Postkartenserie, die gesundheitswirksame Bewegungsarten für Menschen mit Demenz darstellen, wurden von der Teilprojektgruppe 1 (N. Breunig, M. Herrenhof, C. Jank, E. Mijić, C.Frey) entwickelt.
Teilprojektgruppe 2 (A. Griesser, S. Kumb, L. Peißl, J. Trost, P. Zwerger) gestaltete ein Informationsfaltblatt, das sich in erster Linie an Angehörige von Menschen mit Demenz richtet. Diese werden über den Nutzen von Bewegung bei Demenzerkrankungen aufgeklärt und erhalten Empfehlungen zur Unterstützung der Bewegungsumsetzung. Meinungen regionaler Expertinnen und Experten aus Medizin, Pflege und Gesundheitsforschung runden die Informationen ab.
Teilprojektgruppe 3 (M. Gruber, M. Hedenik, A.-T. Mark, P. Mautz, M. Pesserer) erstellte ein Drehbuch sowie ein Storyboard als Grundlage für ein Video. Dieses klärt über Fakten rund um Demenzerkrankungen auf und verschreibt sich – ausgehend von der Aufarbeitung negativer Stereotypien zu Demenzerkrankungen – einer ressourcenorientierten, positiven Darstellung. Diese zentriert die positive Wirkung von Bewegung sowie die Bedeutsamkeit sozialer Interaktion.

Abbildung 1. Ausschnitt aus dem Informationsfaltblatt

Diskussion und Ausblick

Die im Zuge des Lehrprojekts „Demenz.Bewegt.Leben“ entwickelten Informationsmaterialien stellen einen wichtigen Beitrag zur Sensibilisierungs- und Aufklärungsarbeit in Hinblick auf Bewegungsförderung bei Menschen mit Demenz dar. Zudem erhielten die beteiligten Studierenden die Gelegenheit, praktische Erfahrungen in der Entwicklung von Gesundheitsinformationen zu sammeln. Durch die Konzipierung und Umsetzung der Bewegungskampagne für Menschen mit Demenz konnten bei den Studierenden zahlreiche Kernkompetenzen im Bereich Gesundheitsförderung (BZgA, 2014) gestärkt werden. Die Dissemination der Projektergebnisse ist die zentrale, aktuelle Aufgabe: Alle Projektergebnisse sind online verfügbar unter http://www.fh-kaernten.at/de/gesundheit-soziales/bachelor/gesundheits-und-pflegemanagement/projekte-von-studierenden/demenzbewegtleben.html und das Poster, die Postkarten sowie das Informationsfaltblatt sind in Printversion verfügbar. Weitere Lehrinitiativen zum Themenkomplex „Gesundheitsförderung und Demenzerkrankungen“ befinden sich in Vorbereitung.

Literatur

Bundesamt für Gesundheit (BAG) und Schweizerische Konferenz der kantonalen Gesundheitsdirektorinnen und -direktoren (GDK) (2013). Nationale Demenzstrategie 2014-2017. Online in Internet: http://www.alzbb.ch/pdf/Nationale-Demenzstrategie-2014-2017.pdf [13.04.2015].
BZgA (Hrsg). (2014). Band 5: Das CompHP-Rahmenkonzept für die Gesundheitsförderung. Kernkompetenzen – Professionelle Standards – Akkreditierung. Köln: BZgA. Online in Internet: http://www.bzga.de/infomaterialien/fachpublikationen/konzepte/band-5/ [13.04.2015].
Eps, M.A. van, Cooke, M., Creedy, D.K. & Walker, R. (2006). Student evaluations of a year-long mentorship program: A quality improvement initiative. Nurse Education Today, 26, 519-524.
Forbes, D., Thiessen E.J., Blake, C.M., Forbes, S.C. & Forbes, S. (2013). Exercise programs for people with dementia (Review). The Cochrane Library, Issue 12. Online in Internet: http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1002/14651858.CD006489.pub3/abstract [12.01.2015].
Hurrelmann, K. & Leppin, A. (Hrsg.) (2001). Moderne Gesundheitskommunikation. Vom Aufklärungsgespräch zur E-Health. Bern: Hans Huber Verlag.
Mau, W. & Reuter, S. (2011). Gesundheitsförderung, Prävention und Rehabilitation im Alter. Deutsche medizinische Wochenschrift, 136, 2199-2204.
Middleton, R. (2013). Active learning and leadership in an undergraduate curriculum. How effective is it for student learning and transition to practice? Nurse Education in Practice, 13, 83-88.
Mir, E., Gebhard, D., Webernig, G., Fluch, E., Mitterbacher, A. & Bokalić, M. (2014). Bewegung und Demenz. Ein innovatives transdisziplinäres Gesundheitsförderungsprojekt unterstützt gemeinsame Bewegung bei demenzerkrankten Menschen. Procare, 5, 30-31.

e.mir@fh-kaernten.at
www.fh-kaernten.at
www.facebook.com/GesundheitPflege