

# 71 Prozent der Teilnehmer leben gesünder

„LBL“: Positive Gesamtbilanz nach Abschluss der zweijährigen Pilotphase

**Obernkirchen.** Mit einer positiven Gesamtbilanz ist die zweijährige Pilotphase der von der BKK 24 initiierten „Länger besser leben“ (LBL)-Aktion zu Ende gegangen. „Mit 84 Prozent Akzeptanz im Jahr 2013 schlägt die Aktion alles, was die Leistungskataloge der Krankenversicherungen sonst noch zu bieten haben“, heißt es in einer Pressemitteilung der Krankenkasse.

Bereits zwölf Monate nach dem Start sei das nicht nur für die eigenen Versicherten

entwickelte Vorsorgeangebot in 45 Prozent aller vom Dostal-Institut befragten Haushalte bekannt gewesen. Prävention sei in Obernkirchen und den weiteren Orten, auf die sich die Aktion inzwischen ausgedehnt hat, „von der Pflicht zum Freizeitspaß“ geworden, so die BKK 24.

„Einer guten Idee ist es egal, wer sie hatte“, betont BKK 24-Vorstand Friedrich Schütte. Eine Umfrage habe dem „Länger besser leben“-Programm bestätigt, dass es bei 71 Prozent der Teilnehmer zu einer nachhaltig posi-

tiven Änderung des Gesundheitsverhaltens geführt hat.

In Langzeitstudien haben Wissenschaftler die Gründe erforscht, warum manche Menschen seltener krank werden und deutlich länger leben. Dabei sei



Ausreichende Bewegung ist das A und O, um schweren Erkrankungen vorzubeugen.

HAZ

nachgewiesen worden, dass sich ausreichende Bewegung, ausgewogene Ernährung und verantwortungsbewusster Umgang mit Suchtmitteln in ihrer positiven Wirkung nicht nur ergänzen, sondern potenzieren. Die Kernbotschaft

laute: „Man muss sich nur an ganz simple Regeln halten, um im Durchschnitt 14 Jahre älter zu werden.“

Diese Botschaft stand auch bei der Entwicklung des „LBL“-Programms im Mittelpunkt. Inhaltlich werden dabei die Forschungsergebnisse berücksichtigt, die die Langzeitstudien hervorgebracht haben. Das aktuelle Gesundheitsverhalten wird bei der „LBL“-Aktion per Fragebogen ermittelt. Im Anschluss erhalten die Teilnehmer gezielte Vorschläge, mit denen man sehr

schnell und ohne Verzicht die aus den Studien hervorgegangenen Gesundheitsempfehlungen erfüllen könne.

Für den Nachweis, dass das Vorgehen der BKK 24 als Modell für die grundlegende Neuordnung der Präventionspolitik geeignet ist, bereitet die Krankenkasse nach eigenen Angaben nun die bundesweite Ausdehnung vor. Zur künftigen Ansprache potenzieller Interessenten ist ein Internetportal unter der Adresse [www.LBL-Stadt.de](http://www.LBL-Stadt.de) ausgebaut worden.

tbh

### PILOTPROJEKT

#### Die Ergebnisse

- Ein Jahr nach dem Start war die Aktion in 45 Prozent aller vom Dostal-Institut befragten Haushalte bekannt.
- 84 Prozent Akzeptanz des „LBL“-Programms im Jahr 2013.
- Positive Änderung des Gesundheitsverhaltens bei 71 Prozent der Teilnehmer.
- Rückstand der männlichen Teilnehmer auf zwei Prozent gesunken.
- Unterschiedliche Ziel- und Altersgruppen konnten erreicht werden.
- Bundesweite Ausdehnung der Vorsorgeaktion geplant.