

# Auf Knopfdruck „Länger besser leben“

Deutschlands größte Gesundheitsdatenbank ist mit 500 000 Kursangeboten im Internet gestartet

**Obernkirchen.** „Was können wir denn heute für unsere Gesundheit tun?“ Diese Frage beantwortet Deutschlands größte Datenbank mit Präventionsangeboten, die über die Internetseite [www.LBL-Stadt.de](http://www.LBL-Stadt.de) erreichbar ist. Außer den Einträgen von Vereinen sowie öffentlichen und privaten Leistungsträgern findet sie 500 000 Kurse aus den Themenfeldern Bewegung, Ernährung, Nikotinentwöhnung, Alkohol und Stressreduktion, für die gesetzliche Krankenkassen die Kos-

ten ganz oder teilweise übernehmen. Lob und Anerkennung zur ersten Ausbaustufe kam bereits von der früheren Gesundheitsministerin Ulla Schmidt (SPD).

Entwickelt wurde die Suchmaschine für das sogenannte „Länger besser leben“-Programm der BKK24 in Zusammenarbeit mit der Prüfstelle Prävention, dem Deutschen Olympischen Sportbund und rund 200 Partnern aus regionalen Gesundheitsnetzwerken. Nach erfolgreichen Pilotprojekten im Umfeld der nieder-

sächsischen Landeshauptstadt Hannover ist damit die Voraussetzung geschaffen, um die Krankheitsvorsorge bundesweit zu optimieren. Dies geschieht auf Basis von Erkenntnissen europaweiter Langzeitstudien. Bei deren Auswertung hatten Statistiker der Cambridge Universität nachgewiesen, das ein Zusammentreffen von bestimmten Faktoren wirksam vor Krebs und allen weiteren Krankheiten schützt. Überraschender Nebeneffekt: Testpersonen mit dem entspre-

chenden Gesundheitsverhalten wurden im Schnitt 14 Jahre älter.

„Was daraus entstanden ist, macht die individuelle Gesundheitsvorsorge für Versicherte erfolgreicher und hoffentlich kostengünstiger als jemals zuvor“, lobt Ulla Schmidt, heute Vizepräsidentin des Bundestages und seit Schirmherrin von „Länger besser leben“ (LBL). Das gelte vor allem auch im ländlichen Raum, wo die verfügbaren Angebote nun transparenter und leichter erreichbar werden.

„Allerdings ist der Blick in die Datenbank nur ein zweiter Schritt“, sagt Friedrich Schütte, Vorstand der BKK24. Dem vorausgehen sollte die kostenlose Beratung beim Einstieg in das „LBL“-Programm, für die es einen Fragebogen gibt. Liegen die Ergebnisse vor, könne gezielt nach passenden Angeboten am Wohnort gesucht werden. Das funktionierte bereits in den Pilotregionen, wird wegen steigender Teilnehmerzahlen nun aber für das gesamte Bundesgebiet ge-

braucht. „Dafür haben wir den Grundstein gelegt“, freut sich Schütte: „Wer dabei sein will, kann sofort einsteigen, egal wo er wohnt und wo er versichert ist.“

Wie erfolgreich „LBL“ funktioniert, zeigt eine erste Umfrage: Drei Viertel der aktuell 7000 Teilnehmer haben Spaß daran, sich mehr als zuvor für die eigene Gesundheit zu engagieren.

In Ausbaustufen sollen nun die Funktionen der Datenbank unter [www.LBL-Stadt.de](http://www.LBL-Stadt.de) erweitert werden.

tw