

# Wirksame Strategien für ein langes gesundes Leben

## „Länger besser Leben“- Institut stellt Schaumburger Todesursachenstatistik vor / BKK24 unterstützt Prävention

**OBERNKIRCHEN** (jh). Das „Länger besser leben.“-Programm der BKK24 bietet seit einigen Jahren Angebote zur Prävention und Gesundheitsförderung an, die sich an die Einwohner in Schaumburg richten. Sie sollen dazu beitragen, die eigene Gesundheit zu stärken und Krankheiten vorzubeugen bzw. in Grenzen zu halten. Unterstützt wird die BKK24-Gesundheitsinitiative dabei von einem wissenschaftlichen Institut der Universität Bremen. Leiter des Instituts, Prof. Dr. Gerd Glaeske sagt dazu: „Bei diesem regionalen Projekt werden gezielt regional ausgewertete Daten des Landestatistischen Amtes in Niedersachsen für die Entwicklung der richtigen Präventionsange-

bote verwendet. Die angebotenen Kurse sollen sich dabei genau am Bedarf durch die auftretenden Krankheiten orientieren. „ Dabei wurde nach auffälligen Entwicklungen gesucht, die immer in Relation zum Vorkommen im Land Niedersachsen gesetzt worden sind. So kommt es bei den Männern in Schaumburg jedes Jahr zu 36,9 Todesfällen durch Diabetes mellitus, dem Typ 2 Diabetes, pro 100.000 Einwohner. In ganz Niedersachsen sind es nur 27,7 Todesfälle. Bei den Frauen beträgt die Relation sogar 60 zu 31,8. Beim Herzinfarkt liegt die Anzahl der Todesfälle in Schaumburg bei den Männern ebenfalls über dem Wert des Landesdurchschnitts: 88,4 zu 77,6. Während bei den



**Prof. Dr. Gerd Glaeske und BKK24 Vorstand Friedrich Schütte wollen ein längeres, besseres und gesünderes Leben für die Schaumburger.**

Frauen der Landesdurchschnitt mit 54,4 pro 100.000 leicht über dem Schaumburger Schnitt von 53,8 rangiert. „Diese Zahlen belegen die Notwendigkeit der Präventionsaufklärung in dieser Region. Die zusammengetragenen Daten müssen zu sinnvollen Angeboten führen“, meint Professor Glaeske. Beispiele für solche Angebote sind Kochkurse für gesunde Ernährung mit viel Gemüse bei Herz-Kreislaufkrankungen, wie sie von den Landfrauen angeboten werden. Dazu passen Informationsveranstaltungen zu

Diabetes Typ 2 und zu den Auswirkungen von allzu fettreicher oder zuckerbelasteter Ernährung. Aber auch Bewegungskurse und Kurse zur Rauchentwöhnung sind wirksame Bestandteile des Projektes. „Die angesprochenen Krankheiten können die Menschen selbst verhindern. Durch ganz einfache Mittel. Unser Ziel ist es, die Schaumburgerinnen und Schaumburger dazu zu bringen, Prävention in Eigenverantwortung betreiben zu wollen“, schließt BKK24 Vorstand Friedrich Schütte. Foto: jh

### Traueranzeigen

*Betrachtet mich nicht als gestorben.*