

Basis für ein langes Leben ist geschaffen

Bkk24 und Beiratsmitglieder ziehen ihr erstes Fazit zur Länger-besser-Leben-Studie

OBERNKIRCHEN (wa). Die Krankenkasse Bkk24 hat sich im letzten Jahr ein Ziel gesetzt: Die Lebenserwartung der Einwohner mit der richtigen Ernährung und Bewegung auf bis zu 14 Jahre zu verlängern. Unter dem Titel Länger-besser-Leben-Stadt können Interessierte seit August 2011 an einer wissenschaftlich begleiteten Studie teilnehmen, um dadurch ihr Leben gesünder zu gestalten.

Nach dem Ausfüllen eines Fragebogens erhält der Interessierte ein maßgeschneidertes Programm. Dazu laden zahlreiche Angebote heimischer Vereine ein, sich in verschiedenen Sportarten fit zu halten. Auch zum Thema Rauchen und gesunder Ernährung gibt es allerlei Hilfestellungen. Im Zuge dessen hat sich ein Beirat gebildet, welcher diese Studie begleitet und auswertet. Deren Vertreter haben sich kürzlich zu einer Sitzung getroffen, um eine erste Bilanz zu ziehen.

„Die Bkk24 bietet ein beispielhaftes Programm und befindet sich auf einem guten Weg. Die Basis der Länger-besser-Leben-Stadt wurde geschaffen“, zieht



Wollen länger besser Leben: Bkk24-Vorstand Friedrich Schütte (v. re.), Prof. Dr. Bettina-Sophie Huck, Prof. Dr. Gerd Glaeske, Klaus Vater, Prof. Dr. Stefan Razik und Ministerialdirigent Norbert Paland halten die Maßnahmen für Ernährung, Sport, Rauchen und Alkohol für sehr sinnvoll.

Klaus Vater sein Fazit. Vater war lange Zeit Pressesprecher des Bundesgesundheitsministeriums und Wissenschaftlicher Referent sowie Büroleiter des Sozialexperten Rudolf Dreßler. Zusammen mit ihm unterstützen

auch Prof. Dr. Gerd Glaeske von der Uni Bremen (Abt. Gesundheitspolitik und Versorgungsforschung) sowie Prof. Dr. Bettina-Sophie Huck und Prof. Dr. Stefan Razik von der Hochschule Weserbergland die Projektumsetzung

„Länger-besser-Leben-Stadt“. Huck und Razik führen dabei die Machbarkeitsstudie aus. Mit den zahlreichen Angeboten der vier Faktoren: Ernährung, Bewegung, Rauchen und Alkoholkonsum wolle man das Gesundheits-

verhalten der Menschen entscheidend verändern, informiert Friedrich Schütte, Vorstandsvorsitzender der Bkk24. Mit niederschweligen Sportkursen möchte die Länger-besser-Leben-Stadt möglichst viele Menschen mobilisieren. Als nächster Schritt ist die Zusammenführung der vielen Boulegemeinschaften, erstmal in der Bergstadt und später im ganzen Landkreis, angedacht.

Die Basis des „14 Jahre länger leben“-Programms der BKK24 ist die EPIC-Norfolk-Studie. Diese wurde an der Universität Cambridge unter Leitung von Dr. Kay-Teo Khaw durchgeführt. An ihr nahmen über einen Zeitraum von elf Jahren 20.244 Männer und Frauen zwischen 45 und 79 Jahren teil.

23 Forschungszentren in Dänemark, Frankreich, Deutschland, Schweden, Griechenland, Italien, Spanien, Norwegen, den Niederlanden und Großbritannien sind daran beteiligt.

Bürger, die Interesse haben ihr Leben gesünder zu gestalten und an der Studie teilzunehmen, finden den Fragebogen auf www.lbl-stadt.de, Kategorie LBL-Stadt/ Fragebogen.

Foto: wa