

COMMUNITY NURSING

Auf der Gesundheit schauen! (Teil 1/2)

Die Vorsorgeuntersuchung wurde 1974 in Österreich eingeführt. Damals lag die durchschnittliche Lebenserwartung der Frauen bei knapp 75 Jahren, jene der Männer bei 67 Jahren. Heute leben im Vergleich zu damals Frauen um 9 Jahre, Männer um 12 Jahre länger (Quelle: Statistik Austria). Doch noch immer sterben zu viele Menschen vorzeitig. Viele sind aufgrund von chronischen Krankheiten im Alter in ihrer Lebensqualität eingeschränkt. Drei von vier Personen im Alter von 60 Jahren benötigen ein Dauer-Medikament.

Die österreichischen Sozialversicherungsträger bieten für alle Männer und Frauen ab dem 18. Lebensjahr einmal pro Jahr kostenlos eine Vorsorgeuntersuchung an. Diese macht aus zwei Gründen Sinn. Zum einen können Krankheiten verhindert bzw. das Risiko für ihre Entstehung gemindert werden. Zum anderen sind die Heilungschancen höher, je früher eine Erkrankung erkannt wird.

Unsere Huber Mitzi hat beim letzten Besuch bei ihrer Hausärztin im Warteraum davon gelesen. Auf dem Flyer ist gestanden, dass die weit verbreiteten Volkskrankheiten wie Diabetes oder Bluthochdruck im Mittelpunkt der Vorsorgeuntersuchung stehen. Risikofaktoren dafür sind beispielsweise Übergewicht, Bewegungsmangel und Rauchen. Wenn die Mitzi im Warteraum nach links und rechts schaut, sind einige Leute davon betroffen, denkt sie sich im Stillen. Auch ihr Blutdruck ist immer wieder zu hoch und zu wenig Bewegung hat sie auch. Durch ihre Rheuma-Erkrankung ist manchmal „jeda Riahra“ schmerzhaft. Dass diese Vorsorgeuntersuchungen aber schon ab 18 Jahren kostenlos sind, wusste Mitzi nicht. Das möchte sie gleich heute Abend ihrem Enkel sagen. Der hat bestimmt noch nie von dem Angebot gehört.

Auch die Zahnfleisch-Gesundheit und bei älteren Patienten die Hör- und Sehleistung sind relevante Themen der Gesundheits-Prävention. Zudem werden Sie im Rahmen einer Vorsorge-Untersuchung dazu beraten, wie Sie einen gesunden Lebensstil gestalten können. Das oberste Ziel ist, Krankheiten zu verhindern oder, wenn sie schon bestehen, eine Verschlechterung zu bremsen.

Huber Mitzi kommt dabei der Leitsatz vom Aristoteles in den Sinn, der einmal gesagt hat: „Wir können den Wind nicht ändern, aber die Segel anders setzen.“ Also Leinen los und das Boot in Richtung Gesundheit steuern!

Für weitere Fragen rund um die Themen Gesundheitsförderung oder für die Unterstützung zur Vermittlung zu den entsprechenden Ärzten stehen wir Ihnen gerne kostenlos und unverbindlich zur Verfügung! Vereinbaren Sie einen Termin unter der Tel. Nr. 05373 42797!

NAH FÜR DICH. DA FÜR DICH.

Die Community Nurses der Unteren Schranne

SPRECHSTUNDE

Gemeinde Rettenschöss
jeden MO, 11.00 – 12.00 Uhr



Finanziert von der
Europäischen Union
NextGenerationEU

