

29. Januar 2016

LH-Stv. Sobotka präsentierte Ergebnisse von „VORSORGEaktiv“ in Niederösterreich

Programm zur nachhaltigen Lebensstiländerung beruht auf 3 Säulen: Bewegung, Ernährung und mentale Gesundheit

Im Rahmen einer Pressekonferenz in der Gemeinde Perschling informierte Landeshauptmann-Stellvertreter Mag. Wolfgang Sobotka heute, Freitag, gemeinsam mit Dr. Jürgen Haas, einem projektbetreuendem Arzt, und Teilnehmer Manfred Weißmann über das Projekt „VORSORGEaktiv“ und dessen Ergebnisse.

Landeshauptmann-Stellvertreter Sobotka hielt fest, dass Österreich im Ranking des Übergewichts an sechster Stelle liege. Adipositas sei für viele Krankheitsbilder verantwortlich. 80 Prozent der Typ-2 Diabetiker seien übergewichtig und auch Bluthochdruckerkrankungen seien auf Adipositas zurückzuführen. Aufgabe sei es, „alles zu unternehmen, um diese Krankheitslast zu verhindern“, so Sobotka. Die Gesundheitsvorsorge sei somit „eines der größten und zentralsten Themen, mit denen wir uns auseinandersetzen haben“, so der Landeshauptmann-Stellvertreter.

Früher habe die Krankheitslast mit dem Pensionsantrittsalter begonnen. Männer hätten heute bis zu einem Alter von 65,9 Jahren und Frauen bis zu 66,7 Jahren gesunde Lebensjahre, danach beginne die Krankheitslast, so Sobotka. Zwischen 65 und 78 Jahren gebe es einen deutlichen Abstand, wo man sich nicht gesund fühle. „Wir setzen hier an, um den Zeitraum zu verkürzen“, so der Landeshauptmann-Stellvertreter. Das Programm „VORSORGEaktiv“ trage zu einer Veränderung des Lebensstils bei. Dieses sei von der Donau-Universität Krems evaluiert worden und habe damit ein Gütezeichen für die Teilnehmer, sodass diese „wissen, wenn ich daran teilnehme, hab ich eine hohe Chance, meinen Lebensstil zu ändern“, so Sobotka.

Wenn sich acht Teilnehmer pro Gemeinde finden, werde eine Gruppe eingerichtet und mit dem Programm „VORSORGEaktiv“ gestartet. Dieses dauere neun Monate und es müsse auch ein Beitrag geleistet werden. „Die Gesundheit ist nicht umsonst und kostenlos“, betonte Sobotka, dass aktiv dafür etwas getan werden müsse und auch ein Beitrag von 199 Euro zu leisten sei, wovon nach Absolvierung von 60 Prozent des Programms 100 Euro rückerstattet werden.

„VORSORGEaktiv“ beruht auf drei Säulen: Bewegung, Ernährung und mentale Gesundheit“, so Sobotka. Bisher konnten 6.500 Niederösterreicherinnen und Niederösterreicher in diesem Programm betreut werden, „um sie zu einem besseren Lebensstil zu bringen“. Die Teilnehmer würden mit dem Programm schlanker

NK Presseinformation

(durchschnittliche Gewichtsreduktion von 3,8 Kilogramm) werden, der Body Maß Index verbessere sich (Reduktion um 0,2 bei Männern bzw. 2 bei Frauen), der Cholesteringehalt im Blut werde gesenkt (von 222,5 auf 209,7 Milligramm pro Deziliter), das Wohlbefinden werde erhöht (42,8 Prozent fühlen sich in einem sehr guten Gesundheitszustand) und die Teilnehmer würden leistungsfähiger werden (57,1 Prozent trauen sich anstrengende Tätigkeit zu).

Die Ergebnisse geben die „Sicherheit und das Vertrauen, dass wir uns mit diesem Angebot noch breiter aufstellen wollen“, so Sobotka. 200 Gemeinden seien bereits beim „VORSORGEaktiv“-Programm dabei, dabei habe man noch Luft nach oben. Dafür habe man 800.000 Euro zur Verfügung und acht Regionalkoordinatoren von „Tut gut!“. Dabei wolle man nicht mit Verboten operieren, sondern die Menschen dazu motivieren, etwas für ihre Gesundheit zu tun, um eine nachhaltige Lebensverbesserung zu erreichen, so der Landeshauptmann-Stellvertreter.

„Vorsorge ist mir ein ganz großes Anliegen“, bedankte sich der projektbetreuende Arzt Dr. Haas für das Programm. „Vorsorge erspart in der Therapie viel Geld.“ Das Programm beruhe auf den drei Säulen: Ernährung, Bewegung und mentale Gesundheit. Man bekomme viele Informationen von Ernährungsberatern und lerne sehr viel. Bewegung sei die beste Therapie, die man anbieten könne. Wichtigster Punkt beim „VORSORGEaktiv“-Programm sei aber die Motivation in der Gruppe. Zu den Ergebnissen sagte Haas, dass diese gut seien. Die Frage des Einzelnen sei, was er daraus mache.

„Es geht uns in unserem Land sehr gut“, so Teilnehmer Manfred Weißmann. Problem sei jedoch, dass man in der Jugend zu wenig auf seine Gesundheit achte. Man habe täglich mit Stress zu tun. Die drei Säulen Bewegung, mentale Unterstützung und Ernährung seien ein Garant dafür, dass man sein Leben verändere. Mit dem Programm „VORSORGEaktiv“ werde dies leichter gemacht.

Nähere Informationen: Büro LH-Stv. Sobotka, Mag. Günther Haslauer, Telefon 0676/812-12221, e-mail guenther.haslauer@noel.gv.at, Tut gut!, Josef Poyer, Telefon 02742/9011-14200, e-mail josef.poyer@noetutgut.at, <http://www.noetutgut.at/>.