

Gesundheitsförderung im Alter

Prof. Dr. Stefan Pohlmann
Professor für Gerontologie, Hochschule München

Abstract

Will man die Anforderungen für eine Gesundheitsbildung im Alter verstehen, braucht es eine Klärung von Altersgrenzen ebenso wie eine genauere Bestimmung von Gesundheit und die damit verbundene Differenzierung von normalen und pathologischen Entwicklungsprozessen älterer Menschen. In dem Vortrag werden vor diesem Hintergrund verschiedene Generationen in den Blick genommen und neben biologischen auch psychosoziale Herausforderungen eines gelingenden Alterns diskutiert. Im Fokus steht dabei das Zusammenspiel von Verhaltens- und Verhältnisprävention. Am Beispiel verschiedener konkreter Projekte werden die längerfristigen Auswirkungen von Programmen der Ernährungs- und Gesundheitsbildung vorgestellt und zudem exemplarisch Möglichkeiten für den Rückgriff auf verbliebene Ressourcen trotz schwerwiegender Erkrankungen skizziert. Die daraus abzuleitenden Handlungserfordernisse auf kommunaler Ebene zeigen die erheblichen Koordinations- und Gestaltungsanforderungen auf, die für eine frühzeitige Berücksichtigung und Unterstützung von Risikogruppen notwendig sind. Gleichzeitig werden elementare Voraussetzungen für eine partizipative Gesundheitsplanung und eine vertretbare Übernahme von Selbstverantwortung benannt. Zusätzlich finden in dem Beitrag die Auswirkungen prekärer Lebenslagen auf die Gesundheit im Alter besondere Berücksichtigung. Die für die Landeshauptstadt München abzuleitenden Aufgaben in diesem Feld werden anhand zentraler Maßnahmen veranschaulicht und zur Diskussion gestellt.

Literaturhinweise:

- Pohlmann, S. (2018). Prävention und Gesundheitsförderung trotz Vulnerabilität im hohen Alter. In: Mohokum, M. & Tiemann, M. (Hrsg.). Prävention und Gesundheitsförderung. Berlin: Springer Reference.
- Pohlmann, S. (2018). Diversität von Gesundheit und Krankheit im hohen Lebensalter. In: Haring, R. (Hrsg.). Gesundheitswissenschaften. Berlin: Springer Reference.