

Verhaltensprävention in der Pflege: So klappt's digital

Die Anforderungen an Pflegekräfte sind enorm. Daraus resultieren erhebliche Gesundheitsrisiken. Arbeitgeber sollten diese Risiken durch adäquate Gesundheitsmaßnahmen adressieren. Dafür liegen digitale Lösungen im Trend.

Die Pflegebranche stellt enorm hohe Anforderungen an ihre Arbeitnehmenden. Das zeigt sich sehr deutlich in den Tagen der Arbeitsunfähigkeit (AU). Pflegenden fehlen im Durchschnitt 50 Prozent häufiger als andere Beschäftigte. Sie sind besonders von psychischen Problemen und Krankheiten des Muskel-Skelett-Systems betroffen. Die Corona-Pandemie hat auf diese Situation wie ein Katalysator gewirkt und bereits bestehende Probleme verschärft. „Wir haben unsere Pflege nicht in der Pandemie verloren, sondern bereits davor“, schrieb der Intensivmediziner Achim Kress im Frühjahr 2021 in einem Gastbeitrag für die Frankfurter Rundschau. Der Fachkräftemangel ist und bleibt ein Problem, das Berufsbild an sich stellt große Herausforderungen: Schichtarbeit, Überstunden, körperliche Belastung, emotionale Involviertheit, miterlebte Traumata, ein ständiges Gefühl der Verantwortung.

Ausfall traditioneller Angebote

Die Branche ist sich dieser Probleme und ihrer Fürsorgepflicht bewusst. Ergänzend zur Verhältnisprävention ist ein durchdachtes Konzept für die Verhaltensprävention wichtig. Es geht um Aufklärung und den Aufbau von Resilienz. Im Idealfall geschieht das, bevor sich gesundheitliche Probleme chronifizieren. Traditionelle Ge-

sundheitsangebote standen während der Pandemie still. Rückenschulen, Ergonomiekurse oder Entspannungstrainings fielen aus. Auch Vorsorge im privaten Bereich wurde durch die Kontaktbeschränkungen und das Schließen von Sportstätten erschwert.

Vorteile digitaler Lösungen

Digitale Maßnahmen liegen deshalb im Trend – auch über die Pandemie hinaus. In der Pflege mit den unregel-

mäßigen Arbeitszeiten ist das besonders nützlich. Digitale Anwendungen können Rücken-Workouts per Video zu jeder Zeit in Pausenräume und Wohnzimmer bringen. Wer sich bisher scheute, persönliche Angebote der psychologischen Beratung anzunehmen, findet digital niedrigere Einstiegshürden vor. Achtsamkeitstrainings oder Meditationsübungen können auch per App ihren Nutzen entfalten. Gute digitale Angebote analysieren die in-

Qualitätskriterien für digitale BGM-Angebote

- Sicherheit und Funktionstauglichkeit
- Integration digitaler und analoger Angebote von Drittanbietern
- positive Versorgungseffekte durch präventivmedizinischen Nutzen
- nutzerfreundliche Bedienung
- Individualisierbarkeit
- Einbezug von Netzwerken
- Mehrsprachigkeit

Quelle: Prof. Dr. Volker Nürnberg, BDO AG Wirtschaftsprüfungsgesellschaft, Experte für betriebliches Gesundheitsmanagement

Mathias Maul



Produktverantwortlicher bei der Hanako GmbH, **Kontakt:**
mathias.maul@hanako-health.com

Veronika Mayr



Key-Account-Managerin bei der Hanako GmbH, **Kontakt:**
veronika.mayr@hanako-health.com

dividuelle Lebenssituation der Nutzer, leiten daraus Handlungsfelder ab und geben alltagstaugliche Tipps für die Umsetzung. Zusätzlich sorgen sie mit Gamification- und Community-Funktionen für langfristige Motivation.

Sorgfältige Auswahl wichtig

Durch die Pandemie ist sowohl das Angebot an digitalen Gesundheitslösungen als auch die Akzeptanz in der Bevölkerung weiter gestiegen. Nicht alle Lösungen sind gleichermaßen für das BGM geeignet. Deshalb ist es wichtig, sie sorgfältig zu prüfen und dabei auf medizinische und technische Expertise, Partner, Evaluationen, Referenzen und Auszeichnungen der Anbieter zu achten – und auf die Themen Datenschutz und Datensicherheit. Bei der Digitalisierung ihres Gesundheitsmanagements können Unternehmen verschiedenen Ansätzen folgen: Sie können spezialisierte Lösungen wie eine Rücken-App oder eine Meditations-App einsetzen. Oder sie decken alle Handlungsfelder und Prozessschritte mit einer Lösung ab.

Die Gesundheits-App von Hana-ko ist ein Beispiel für eine solche ganzheitliche Lösung. Sie analysiert das individuelle Verhalten, schlägt bedarfsgerechte Ziele vor und verknüpft sie mit einer breiten Auswahl an Partnerangeboten, z.B. von Kaja oder 7Mind. Gruppenwettbewerbe erhöhen die Motivation und fördern das Zusammengehörigkeitsgefühl. Gesundheitsverantwortliche können eigene Angebote, Nachrichten und Belohnungen in die App einstellen. Dies ermöglicht eine einfache und direkte Unternehmenskommunikation.

Durch das Zusammenführen von digitalen und traditionellen Angeboten entsteht eine Hybridlösung, die nicht nur die Mitarbeitenden schützt. Auch für den Arbeitgeber hat eine solche Lösung Pluspunkte: Sie senkt die Kosten und erhöht die Attraktivität des Unternehmens im Wettbewerb um Fachpersonal.

Bild: privat



Besuchen Sie uns im Web und auf den Social-Media-Kanälen!

 <p>www.hcm-magazin.de</p>	 <p>www.hcm-magazin.de/newsletter</p>
 <p>Xing Health&Care Management</p>	 <p>Facebook Health&Care Management</p>
 <p>Instagram hcm_magazin</p>	 <p>LinkedIn Health&Care Management</p>
 <p>Twitter hcm-magazin</p>	