



Diskutierten im Rahmen des Gipfelgesprächs über den Ansatz von „Harm Reduction“ (v. li. n. re.): Ernest Groman, Fabian Waechter, Wolfgang Popp und Hans Haltmayer



Georg-Christian Funk



Reinhold Glehr



Peter Harper



Bernhard Rupp

„Es braucht Alternativen zur Abstinenz“

Harm Reduction. Patienten individuell bei ihrem gesundheitsschädlichen Verhalten abzuholen, kann viel bewirken



„Um gesund zu bleiben, sollten Sie das Rauchen und Ihren Alkoholkonsum einstellen, 15 Kilo abnehmen und täglich Bewegung machen.“ Dieser ärztliche Rat für Patienten, die aufgrund ihrer Lifestyle-Risiken hochgefährdet sind, beispielsweise Herz-Kreislauf-Erkrankungen oder ein Bronchialkarzinom zu entwickeln, mag berechtigt sein. Den meisten Betroffenen ist mit einem solchen guten Rat oft jedoch wenig geholfen, auch wenn es den Tatsachen entspricht: Dr. Peter Harper, ehemaliger Leiter der Onkologie im Guy's & Saint Thomas' Hospital in London, führte in seiner Videogrußbotschaft an die Teilnehmer des Gipfelgesprächs zu Beginn aus, dass weltweit die wichtigsten Auslöser für Krebserkrankungen vermeidbare Gesundheitsrisiken durch gesundheitsschädliches Verhalten sind. Darunter sind vor allem Tabakrauch, Alkohol und mit dem modernen Lebensstil

assoziierte Folgen – zu wenig Bewegung, ungesunde Ernährung – zu nennen. Er empfahl, das Potenzial der Schadens- bzw. Risikoreduzierung aktiv für die Krebsprävention nutzbar zu machen. Denn eine Gesellschaft, die von Sucht- und übermäßigem Genussmittelkonsum abstinenter ist, scheint bis auf Weiteres unrealistisch. Wie pragmatisch gesundheitliche Maximal-schäden verringert werden können, ist daher eine wichtige Frage. Eine Antwort darauf könnte der sogenannte „Harm Reduction“-Ansatz sein, ein Begriff, der ursprünglich aus der Suchtberatung kommt: Menschen sind viel eher in der Lage, Verbesserungen ihres Gesundheitszustands in vielen kleinen Schritten zu machen als mit einem oder zwei riesengroßen. Im Zuge des Gipfelgesprächs „Harm Reduction: Potenzial für die Krebsprävention?“ bei den 5. Praevenire Gesundheitstagen im Stift Seitenstetten gingen Experten daher der Frage nach, welche Potenziale der Ansatz der Harm Reduction, insbesondere zur Prävention von Folgeerkrankungen, hat.

Akzeptanz motiviert

Dass eine starke Partnerschaft zwischen Arzt und Patient durch diesen Ansatz möglich wird, davon ist

Georg-Christian Funk, Abteilungsleiter der 2. Medizinischen Abteilung mit Pneumologie in der Klinik Ottakring überzeugt. „Wir gehen weg von dem „du sollst“ und zeigen alternative Möglichkeiten auf. So treffen wir den Patienten auf Augenhöhe. Und noch einen anderen Aspekt halte ich für ganz zentral, nämlich das Thema Achtsamkeit und Selbstfürsorge. Eine Belehrung führt zu Widerstand, Auswirkungen zu erklären und individuelle Konzepte zu finden, bringen uns auf eine andere, wirkungsvollere Kommunikationsebene.“

Ähnlich sieht das auch der Allgemeinmediziner Reinhold Glehr, der diesen Behandlungsansatz schon lange verfolgt, früher jedoch für diese Einstellung oft auf Unverständnis gestoßen ist. „Gerade in unsere Praxen kommen Patienten, die sich einen ersten medizinischen Rat holen. Nehmen wir die Menschen so, wie sie sind, nämlich mit ihren Stärken und Schwächen, ist das letztendlich die Voraussetzung für Akzeptanz, die eher dazu motiviert, den individuellen Lebensstil zu verändern.“

Potenzial für Krebsprävention

Jeder vierte bis fünfte Österreicher raucht beispielsweise täglich, ein Drittel davon hat im letzten Jahr erfolglos ver-

sucht, aufzuhören. Ernest Groman, wissenschaftlicher Leiter des Nikotin Instituts unterstreicht daher die Notwendigkeit, „Patienten zu verstehen und sie in ihrem Bestreben, gesundes – oder zumindest gesünderes – Verhalten zu erreichen, pragmatisch zu unterstützen.“

Standards auf EU-Ebene

Hans Haltmayer, Beauftragter für Sucht- und Drogenfragen in Wien, präsentierte in seiner Keynote eingangs die Ursprünge der Aufgabe der Harm Reduction in der Drogenberatung und definierte diese als „Maßnahmen, Programme und Praktiken, um negative gesundheitliche, soziale und rechtliche Konsequenzen zu minimieren.“ Maßnahmen der Harm Reduction dürfen aber nicht als Harm Elimination missverstanden werden. „Wir wissen aus dem Suchtbereich, dass Abstinenz nicht für alle funktioniert und somit nicht das einzige Therapieziel sein kann“. Die Erfahrung aus anderen Ländern zeige aber, dass es einen Zusammenschluss von Fachgesellschaften, Behandlungseinrichtungen, Wissenschaft und Praxis braucht, um derartige Ansätze umzusetzen. Mittlerweile ist die Harm Reduction auf EU-Ebene in allen Drogenstrategien verankert und Standard geworden.

Aufklärung forcieren

Für Wolfgang Popp, Facharzt für Lungenkrankheiten, geht es in der Diskussion rund um das Thema Harm Reduction auch um den gesellschaftlichen Aspekt. „Alkohol, Tabak und viele andere Substanzen sind für die Menschen auch Genussmittel, ein Verbot alleine wird nicht funktionieren. Es geht hier meiner Meinung nach um ganz viel Aufklärungsarbeit. Pragmatische Ansätze für die individuellen Krankheitsgeschichten sollten daher im Mittelpunkt stehen.“

Eine „suchtfreie“ Gesellschaft ist auch für Bernhard Rupp, Leiter der Fachabteilung Gesundheitswesens der AK NÖ, eine Illusion. Er plädiert im Rahmen der Diskussion um neue Konzepte zur Prävention im Gesundheitssystem. „Die Kassen unterstützen psychologische Programme, warum also nicht auch Harm-Reduction-Ansätze. Hier müsste man mit den Vertretern der Sozialversicherungsträger in den Dialog treten.“ Zudem plädiert er für eine integrative Lösung in die öffentlichen Public-Health-Konzepte. Harm Reduction als Thema müsse etwa auch in der Ausbildung der Ärzte mehr Beachtung finden.

Gesundheitsexperte und Allgemeinmediziner Fabian Waechter subsumiert die Er-

kenntnisse der Diskussion und fasst gegen Ende des Gesprächs zusammen. „Ich denke, Harm Reduction hat zwei Bedeutungen: Das Sicherer-Machen einer Sucht bzw. eines Suchtverhaltens, was die Sucht in Folge gesundheitlich weniger schädlich macht. Die andere Bedeutung ist breiter gefasst, das Reduzieren eines schädlichen Verhaltens generell. Ich denke hier gibt es noch viel Aufklärungsbedarf in der Öffentlichkeit.“

Harm Reduction als Konzept bietet enormes Potenzial für die „public health“ und die Krebsprävention. Dieses müsse jedoch durch den Abbau von Wissensdefiziten und die Unterstützung pragmatischer Ansätze gegen vermeidbare Gesundheitsrisiken – evidenzbasiert und wissenschaftlich fundiert – noch stärker aktiviert werden, so die Meinung der Experten.



Diese Seite erscheint mit finanzieller Unterstützung des Vereins Praevenire