

Prävention

## Individuelle Interventionen zum richtigen Zeitpunkt



Jürgen Graalman, Geschäftsführender Gesellschafter der BrückenKöpfe FOTO: DIE BRÜCKENKÖPFE

**Im Gegensatz zum Präventionsgenerikum „Beweg Dich mehr und iss gesünder“ sollten Vorsorge- und Lebensstilinterventionen individuell und mit Maßnahmen, die einen nachweislichen Einfluss auf die eigene Gesundheit haben, erfolgen. Wie das im Gesundheitssystem möglich werden kann, erläutern Jürgen Graalman und Tim Rödiger von den BrückenKöpfen im Standpunkt anhand des Konzepts Continuous Health Circle. Wichtige Aspekte davon: digitale Leitlinien, kontextbezogene Kommunikation und Daten.**

von Jürgen Graalman, Die BrückenKöpfe

veröffentlicht am 24.10.2023

Jeder hat einen eigenen Vorsorgepfad, der alle wichtigen **Früherkennungs-, Vorsorge- und Lebensstil-Interventionen** zum richtigen Zeitpunkt individuell zur Verfügung stellt. Das ist die **Idee des Continous Health Circle**, kurz CHC. Der CHC ist ein mentales Modell, welches die BrückenKöpfe zunächst als internes Instrument entwickelt haben. Der CHC hilft, den Lösungsbeitrag von Innovationen für Precision Prevention zu bewerten, um die in Gesundheit verbrachten Jahre zu erhöhen. Der CHC bietet eine Grundlage für die **gemeinsame Sicht der Beteiligten** auf notwendige Funktionalitäten und konzeptionelle Fragestellungen, um die **Innovation nachhaltig im Gesundheitssystem zu verankern**.

Ausgehend von integeren und relevanten Datenpunkten entsteht **je nach Gesundheitsrisiko-Profil ein personalisiertes Werte-Set**. Das Werte-Set unterscheidet sich aufgrund familiärer Disposition, bisherigen Krankheiten und Symptomen sowie Angaben zur Lebensqualität und der Risikobelastung von Umwelt-, Lebensstil und sozialen Risiken.

### **Vom Präventionsgenerikum zur wirksamen, personalisierten Vorsorge**

Das personalisierte Werte-Set zeigt an, welche Werte und in welchem Intervall diese idealerweise erhoben werden sollten. Die erhobenen Werte ermöglichen einen Abgleich mit leitlinienbasierten Schwellenwerten. Damit erfolgt eine personalisierte Risikostratifizierung, auf deren Grundlage

geeignete Interventionen entsprechend dem persönlichen Risikoprofil bereitgestellt werden können. Im **Gegensatz zum Präventionsgenerikum** „beweg Dich mehr und iss gesünder“ erfolgt so eine **Zuordnung von effektiven Maßnahmen**, die einen nachweislichen Impact auf die eigene Gesundheit haben. So kann die individuelle Senkung von Krankheitsrisiken aufgezeigt und im Ergebnis der Anteil der gesunden Jahre erhöht werden.

Es entsteht ein personalisierter Vorsorgepfad, dem die wachsende Zahl an möglichen Interventionen zum Screening, der Vorsorge und Früherkennung über einen Algorithmus, wie der Leitlinie Prävention für Herz-Kreislauf-Erkrankungen der DGK (<https://leitlinien.dgk.org/2022/pocket-leitlinie-praevention-von-herz-kreislauf-erkrankungen-version-2021/>), zugeordnet werden können. Dabei hilft die von der Arbeitsgemeinschaft der wissenschaftlichen medizinischen Fachgesellschaften (AWMF) vorgesehene **Digitalisierung der Leitlinien**. Liegen die Leitlinien digital vor, kann der Abgleich von Gesundheitsrisiko und effektiver Intervention gemäß Zuordnung zur Risikogruppe automatisiert im Hintergrund erfolgen. Zuordnungsalgorithmen ermöglichen das Handling der zunehmenden Komplexität aufgrund des medizinischen Fortschritts.

### **Technischen Fortschritt in der Prävention bereitstellen**

Der technische Fortschritt unterstützt die personalisierte Erhebung und den Abgleich der Werte auf zwei Wegen:

1. Es wird immer einfacher, die Werte zu erheben und abzugleichen. So werden **intelligente Waagen, Wearables oder Mobilphones** vermehrt für die Erhebung der Daten genutzt, von Sprachaufnahmen bis zur begleitenden dezentralen Messung von Blutzucker, Puls oder Lebensqualität.
2. Die Forschung entdeckt und entwickelt **immer neue Gesundheitsmarker** aufgrund eines besseren Verständnisses über die Zusammenhänge von Lebensstil, Umwelteinflüssen, sozialen Risiken und Veranlagung bei der Entstehung von Krankheiten. Ein Beispiel dafür ist das bessere Verständnis der Darmfunktion für das Immunsystem und die **Bedeutung der Darm-Hirn-Achse**. Der rasante Fortschritt in diesem Bereich ermöglicht es immer besser, Gesundheitsrisiken frühzeitig zu identifizieren, noch bevor Krankheiten entstehen.

### **Mit professionsreferenzierter Kommunikation begleiten**

Die Interventionen des personalisierten Vorsorgepfades werden von **kontextbezogener Kommunikation** begleitet. Die Kommunikationsinhalte sollten von den medizinischen Fachgesellschaften bereitgestellt werden. Gegenüber der eigenen Internetrecherche hat dieser Weg den Vorteil, dass die relevanten Informationen zum richtigen Zeitpunkt qualitätsgesichert zur Verfügung gestellt werden. Diese von den Brückenköpfen als professionsreferenzierte Gesundheitskommunikation bezeichnete Begleitung **erhöht die Gesundheitskompetenz der Nutzer**.

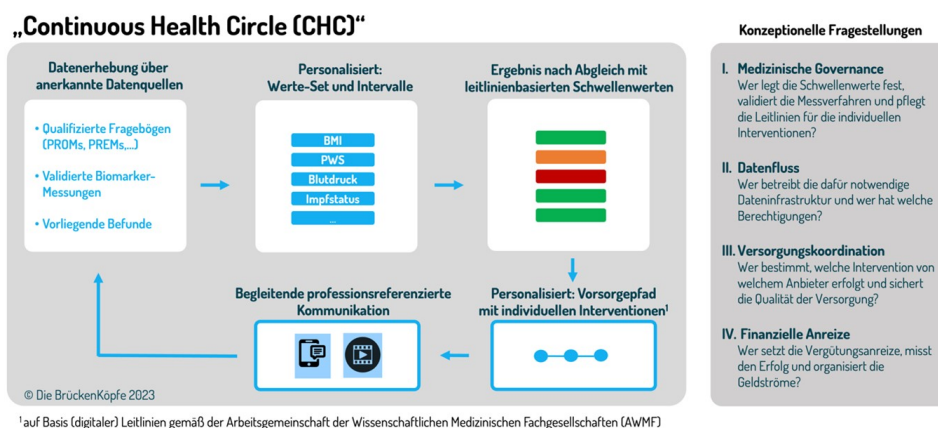
Damit schließt sich der Kreislauf, der mit der Erhebung aktualisierter Werte auf Basis der Interventionen erneut durchlaufen wird. Der CHC ist dynamisch angelegt. Neue Erkenntnisse zur Wirksamkeit von Interventionen oder neue Gesundheitsmarker können qualitätsgesichert zur Verfügung gestellt und die begleitende Kommunikation aktualisiert werden.

## Konzeptionelle Fragen gemeinsam klären

Der CHC ist das Ergebnis der zahlreichen Innovationsprojekte der BrückenKöpfe. Er hilft bei einem gemeinsamen Verständnis und der Klärung konzeptioneller Fragestellungen, wie...

- medizinischer Governance: Wer legt die Schwellenwerte fest und validiert die Messverfahren und aktualisiert die Leitlinien für die individuellen Interventionen?
- Datenfluss: Wer betreibt die Dateninfrastruktur und definiert die Schnittstellen
- Versorgungskoordination: Wer bestimmt die Anbieter und sichert die Qualität der Vorsorge
- finanzielle Anreize: Wer setzt die Anreize, misst den Erfolg und organisiert die Geldströme

Die Antworten auf diese konzeptionellen Fragestellungen sind je nach Innovation und Projekt unterschiedlich, müssen für eine erfolgreiche Integration in die Versorgung aber immer beantwortet werden.



*Jürgen Graalman ist Geschäftsführender Gesellschafter der Konzept- und Beteiligungsagentur im Gesundheitswesen „DieBrückenKöpfe (<https://brueckenkoepfe.de/>)“, die ihre Arbeit auf Prävention, Pflege und Patientenorientierung fokussiert. Zuvor war Graalman unter anderem von 2011 bis 2015 Vorstandsvorsitzender des AOK-Bundesverbands. Federführend an der Erstellung des CHC-Konzeptpapiers war auch Tim Rödiger (<https://brueckenkoepfe.de/koepfe/>), Partner Strategie bei den BrückenKöpfen, beteiligt.*