

The future in (y)our hands

Public Health entsteht durch bessere Gesundheit jedes Einzelnen

Ein Symposium von Student:innen für Student:innen, über die Zukunft der Gesundheit von Mensch und Planet, mit international und national anerkannten Experten, in Kooperation von [Medizinische Universität Innsbruck](#) (MUI), [Pädagogische Hochschule Tirol](#) (PHT), und [Leopold-Franzens Universität Innsbruck](#) (LFUI), jeweils mit ÖHs.

Be the Game Changers!

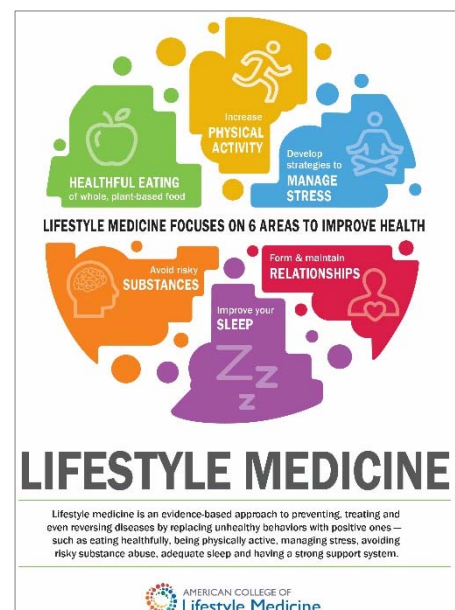
Wann?	Mittwoch, 8. Juni 2022, 18 – 20.15 Uhr
Wo?	Audimax, Parterre Medizin-Universität, Fritz-Pregl-Straße 3, Innsbruck
Zielgruppe:	Studierende aller Fachrichtungen und aller Universitäten/Hochschulen in Tirol, insbesondere aber Medizin/Gesundheitsberufe, Lehramtsstudien/Pädagogik

Line-Up Vorträge, moderiert von Jakob Thaler und Lukas Gatterer, MUI

- (1) **Was wir über die Gesundheit von Heranwachsenden lernen: die Erhebung zum Gesundheitsverhalten von Schulkindern (HBSC) in Europa.** – Dr. Martin Weber, WHO [Health Behaviour of School-Aged Children](#) (HBSC) survey, Programme Manager Child and Adolescent Health
- (2) **Die Verantwortung von Ärzt:innen und Lehrer:innen für die Gesundheit unseres Planeten** – Dr. Bernd Haditsch, [ÖGK](#), Ärztlicher Leiter Vorsorgeuntersuchung
- (3) **Energy Balance vs. Energy Flux – Auswirkungen von Bewegung im Gewichtsmanagement und auf die Gesundheit** – Dr. Clemens Drenowatz, [Pädagogische Hochschule Oberösterreich](#)
- (4) **The Most Exciting Concept in Medicine Today: Disease Reversal Through Plant-Based Nutrition** – Dr. Michael Klaper, [Moving Medicine Forward](#)
- (5) **Oxford Universität als Vorbild für die Übertragung von Wissenschaft auf den Alltag von Studierenden** – Dr. med. univ. Lukas Gatterer, MUI
- (6) **There is a huge major elephant in the room today & – Health is Wealth!** – Derrick R. Tanous, [Dissertant](#) and Mohamad Motevalli, [Dissertant](#), PHT und LFUI
- (7) **The future in (y)our hands – Das Gesundheitspotential unseres Lebensstils** – Dr. Katharina Wirnitzer, PHT

Motivation. Nicht-übertragbare Erkrankungen (z. B. Herz-Kreislauf-Erkrankungen wie Arterio- bzw. Koronarsklerose inkl. Herzinfarkt und Schlaganfall, Krebs, Atemwegserkrankungen, Diabetes mellitus Typ 2, etc.) sind für 80 % aller Todesfälle weltweit verantwortlich¹. Zunehmend sind nicht nur Erwachsene, sondern auch immer mehr Kinder und Jugendliche von Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Diabetes, Krebs und deren Risikofaktoren (z. B. Übergewicht/Adipositas, ungesunde Ernährung, Bewegungsmangel etc.) betroffen. Die gute Nachricht: Diese sog. Zivilisationserkrankungen sind vermeidbar und können großteils gestoppt werden! Der wohl vielversprechendste Ansatz zur Vorbeugung, Behandlung und sogar Umkehrung dieser Erkrankungen ist die Etablierung eines gesunden Lebensstils in der Allgemeinbevölkerung, beginnend bei mir/dir/uns selbst, auf Basis der sog. Lifestyle-Medizin².

Gesundes Bewegungs- und Ernährungsverhalten sind allgemein als ‚Medizin‘ anerkannt. Damit sind **Bewegung & Sport und Ernährung Schlüsselfaktoren für eine gute oder schlechte Gesundheit**; permanent verknüpft ist der Einfluss dieser beiden Faktoren von entscheidender Bedeutung für die Vorbeugung, Entstehung, Behandlung, und sogar Umkehrung von sog. Zivilisationserkrankungen. Dieser **duale Ansatz als Mindestempfehlung für nachhaltige Gesundheit** gilt als hoch-effektiv und kostengünstig³.



Perspektive. Eine bessere öffentliche Gesundheit (Public Health) resultiert aus besserer Gesundheit des Einzelnen. Daher sollte bereits so früh wie möglich mit der individuellen Gesundheitsförderung im Kindes- und Jugendalter, aber auch noch im jungen Erwachsenenalter (Student:innen und Schüler:innen) begonnen werden⁴. Laut staatlichem Bildungsauftrag der österreichischen Lehrpläne der Primar- und Sekundarstufe⁵⁻⁸ sind Bewegung & Sport ebenso wie Ernährung als übergeordnetes Bildungsziel verankert und für alle Pflichtfächer relevant! Hier klafft zwischen diesem Staatsauftrag der schulischen Gesundheitsförderung und der Ausbildung und dem Kompetenzerwerb 'Gesunder Lebensstil' an Universitäten/Hochschulen eine Lücke. Derzeit existiert keine entsprechend lückenlose Verankerung in den Curricula für Studierende der Medizin, des Lehramts, der Life Sciences uva. mehr, welche die zukünftigen Ärzt:innen, Lehrer:innen, Eltern, und andere Multiplikator:innen im Rahmen ihres Studiums als berufliche Basisqualifikation 'Gesunde Lebensweise als Medizin' erwerben sollten. Dazu zählen z. B. Basismodule in der Grundausbildung sowie vertiefende Wahlmodule in den Abschlusssemestern mit Lehrveranstaltungen zum präventiven Potential der Lifestyle Medizin und der vielfältigen Effekte und Auswirkungen gesunder Verhaltens- und Lebensweisen. Somit würden Student:innen befähigt sein, zukünftig einen wesentlichen Beitrag zu einer besseren Gesundheit der Allgemeinbevölkerung – **insbesondere in den beruflichen Rollen als Ärzt:innen und Lehrer:innen** – leisten zu können.

Neben dem Risiko der Krankheitsentstehung stellt insbesondere eine ungesunde Ernährungsweise (vor allem der Konsum tierischer Produkte) eine der Hauptursachen des Klimawandels dar⁹, welcher die menschliche Gesundheit zukünftig noch stärker gefährden wird als bisher¹⁰⁻¹³.

Ein Paradigmenwechsel, welcher eine Ausbildung einer 'Nachhaltigen Gesundheitskompetenz' bereits vom Kindesalter an vorsieht⁴ und bei dem alle Menschen über (un)gesunde Lebensgewohnheiten aufgeklärt sind, kann große positive Auswirkungen auf die individuelle und öffentliche Gesundheit haben³, braucht aber eine verbindliche Grundlage in den Curricula der tertiären Bildungseinrichtungen.

Ziel und Come-Together im Anschluss. Um diese Trends und den nötigen Transfer wissenschaftlicher Ergebnisse in praxisrelevante Settings (z. B. Universität/Hochschule, Arzt-Patient, Lehrperson-Schüler:innen, uvm.) zu thematisieren, veranstaltet die MUI in Zusammenarbeit mit der PHT und der LFUI, sowie deren Österreichischen Hochschüler:innenschaften (ÖHs) im Rahmen der Universitäts- & Hochschulstudie [Nachhaltig gesund – From Science 2 Highschool & University](#) ein Symposium von Studierenden für Studierende. Das hochkarätige Line-up (darunter 3 Studierende), spannt den Bogen von (1) Public Health durch Persönliche Gesundheit, über (2) Gesundheit und Lebensstil, bis hin zu (3) Klimawandel und Planetare Gesundheit, und wird von zwei MUI-Studierenden/Absolventen moderiert.

Im Anschluss laden wir alle Teilnehmer:innen zu einem kleinen kulinarischen Come-Together vor Ort ein.

Quellen.

- (1) WHO (2021) Noncommunicable diseases. Key facts. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/noncommunicable-diseases> (4. 4. 2022)
- (2) American College of Lifestyle Medicine (2021) Evidence Overwhelmingly Supports Efficacy of Lifestyle Medicine. https://www.lifestylemedicine.org/ACLM/Lifestyle_Medicine/Scientific_Evidence/ACLM/About/What_is_Lifestyle_Medicine_Scientific_Evidence.aspx?hkey=ed4b4130-6ce9-41bb-8703-211bc98eed7f (4. 4. 2022)
- (3) Tuso, P, Ismail M, Ha, B, Bartolotto, C. (2013) Nutritional Update for Physicians: PlantBased Diets. PermJ, Spring;17(2):61-66.
- (4) Yan Y, Mi J (2021) Noncommunicable chronic disease prevention should start from childhood. *Pediatr Investig* 5: 3–5.
- (5) Lehrplan AHS Sekundarstufe I (2018). Anlage A: Erster Teil. Allgemeines Bildungsziel, Punkt 5. Bildungsbereiche. Gesundheit und Bewegung. <https://www.ris.bka.gv.at/GeltendeFassung/Bundesnormen/10008568/Lehrpl%3c%a4ne%20%e2%80%93%20allgemeinbildende%20h%3c%b6here%20Schulen%2c%20Fassung%20vom%2031.08.2017.pdf?FassungVom=2017-08-31> (31. 12. 2021).
- (6) Lehrplan AHS Sekundarstufe II (2018) Anlage D: Erster Teil. Allgemeines Bildungsziel, Punkt 5. Bildungsbereiche. Gesundheit und Bewegung. <https://www.ris.bka.gv.at/GeltendeFassung.wxe?Abfrage=Bundesnormen&Gesetzesnummer=10008568&FassungVom=2018-09-01> (31. 12. 2021).
- (7) Lehrplan der Mittelschule (2021) https://www.bmbwf.gv.at/Themen/schule/schulpraxis/lp/lp_ms.html (31. 12. 2021).
- (8) Lehrplan Primarstufe/Volksschule (2012) Sechster Teil, Bildungs- & Lehraufgaben, Lehrstoff & Didaktische Grundsätze der Verbindlichen Übungen der Vorschulstufe. Allgemeine Bestimmungen; Bewegung und Sport, Gesundheitserziehung. https://www.bmbwf.gv.at/Themen/schule/schulpraxis/lp/lp_vs.html#heading_Allgemeine_Bestimmungen (28. 2. 2022).
- (9) Poore J, Memecek H (2018) Reducing food's environmental impacts through producers and consumers. *Science*, 360(6392):987-992
- (10) WHO (2021) Climate change and health. Retrieved March 04, 2021 from: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/climate-change-and-health>.
- (11) Wheeler N, Watts N (2018) Climate Change: From Science to Practice. *Curr Environ Health Rep* 5: 170–178.
- (12) Zhou XN, Yang GJ, Yang K, Wang XH, Hong QB, Sun LP, et al. (2008) Potential impact of climate change on schistosomiasis transmission in China. *Am J Trop Med Hyg* 78: 188–194. Vermeulen SJ, Campbell BM, Ingram JSI. Climate Change and Food Systems (2012) *Annu Rev Environ Resour* 37: 195–222.