## Prävention und Präventionsmaßnahmen

In der Pflege von Angehörigen und in der professionellen Pflege spielen präventive Maßnahmen eine entscheidende Rolle, um die Gesundheit und das Wohlbefinden beider Parteien zu schützen und zu fördern. Es gibt vier Hauptarten der Prävention, die als primäre, sekundäre, tertiäre und quartäre Prävention bezeichnet werden. Jede dieser Präventionsarten hat einen spezifischen Fokus und adressiert unterschiedliche Aspekte der Gesundheitsvorsorge.

Die primäre Prävention zielt darauf ab, Erkrankungen oder Gesundheitsprobleme gar nicht erst entstehen zu lassen. Diese Präventionsart betont die Förderung eines gesunden Lebensstils und die Verbesserung der allgemeinen Lebensbedingungen. Für Angehörige und Pflegekräfte bedeutet dies, auf eine ausgewogene Ernährung, ausreichende Bewegung und die Vermeidung von Risikofaktoren wie Rauchen oder übermäßigem Alkoholkonsum zu achten. Darüber hinaus können Schulungen und Informationsveranstaltungen zur Pflege von Angehörigen helfen, das Wissen zu erweitern, um präventiv handeln zu können.

Die Primärprävention ist im Gesundheitswesen von immenser Bedeutung, da sie nicht nur zur Gesundheitserhaltung beiträgt, sondern auch die Kosten für das Gesundheitssystem durch die Vermeidung von Krankheiten reduziert.

Sekundäre Prävention beschäftigt sich mit der Früherkennung von Krankheiten, um deren Fortschreiten zu verhindern oder zu verlangsamen. Für Angehörige und Pflegekräfte bedeutet dies, regelmäßig Vorsorgeuntersuchungen in Anspruch zu nehmen und auf Symptome zu achten, die auf gesundheitliche Probleme hinweisen könnten. Früherkennungsmaßnahmen sind entscheidend, um potenzielle gesundheitliche Beeinträchtigungen rechtzeitig zu identifizieren und entsprechend zu behandeln. Dies kann auch regelmäßige Checks bei Ärzten oder spezialisierten Fachkräften umfassen.

Die tertiäre Prävention fokussiert sich auf Menschen, die bereits an chronischen Erkrankungen leiden oder ein erhöhtes Gesundheitsrisiko haben. Hier geht es darum, Komplikationen oder Verschlechterungen der Krankheit zu vermeiden und die Lebensqualität trotz bestehender Erkrankung zu erhalten bzw. zu verbessern. Für Pflegekräfte und Angehörige bedeutet dies, sich über spezifische Pflegetechniken und Behandlungsmethoden zu informieren, die auf die individuellen Bedürfnisse der Patienten zugeschnitten sind. Rehabilitationsmaßnahmen, medikamentöse Therapien und gezielte Übungsprogramme können hier von großer Bedeutung sein.

Die quartäre Prävention zielt darauf ab, Überversorgung und unnötige medizinische Eingriffe zu vermeiden. Dies ist besonders wichtig im Kontext der Pflege von Menschen, die bereits umfassend medizinisch betreut werden. Es geht darum, unnötige oder potenziell schädliche Behandlungen zu identifizieren und die Patienten vor medizinischem Übereifer zu schützen. Dies erfordert eine gute Kommunikation zwischen Pflegepersonal, Angehörigen und den behandelnden Ärzten, um zu einer gemeinsamen Entscheidungsfindung zu gelangen, die das Wohl des Patienten in den Vordergrund stellt.

Zusammenfassend ist die Anwendung dieser verschiedenen Präventionsarten ein wesentli-



Angaben zu den Urhebern und Lizenzbedingungen der einzelnen Bestandteile dieses Dokuments finden Sie unter
https://www.tutory.de/entdecken/dokument/m7-praevention

| Stufe | Zeitpunkt / Ziel | Maßnahmen |
|---|---|---|
| **Primäre** | | |
| **Sekundäre** | | |



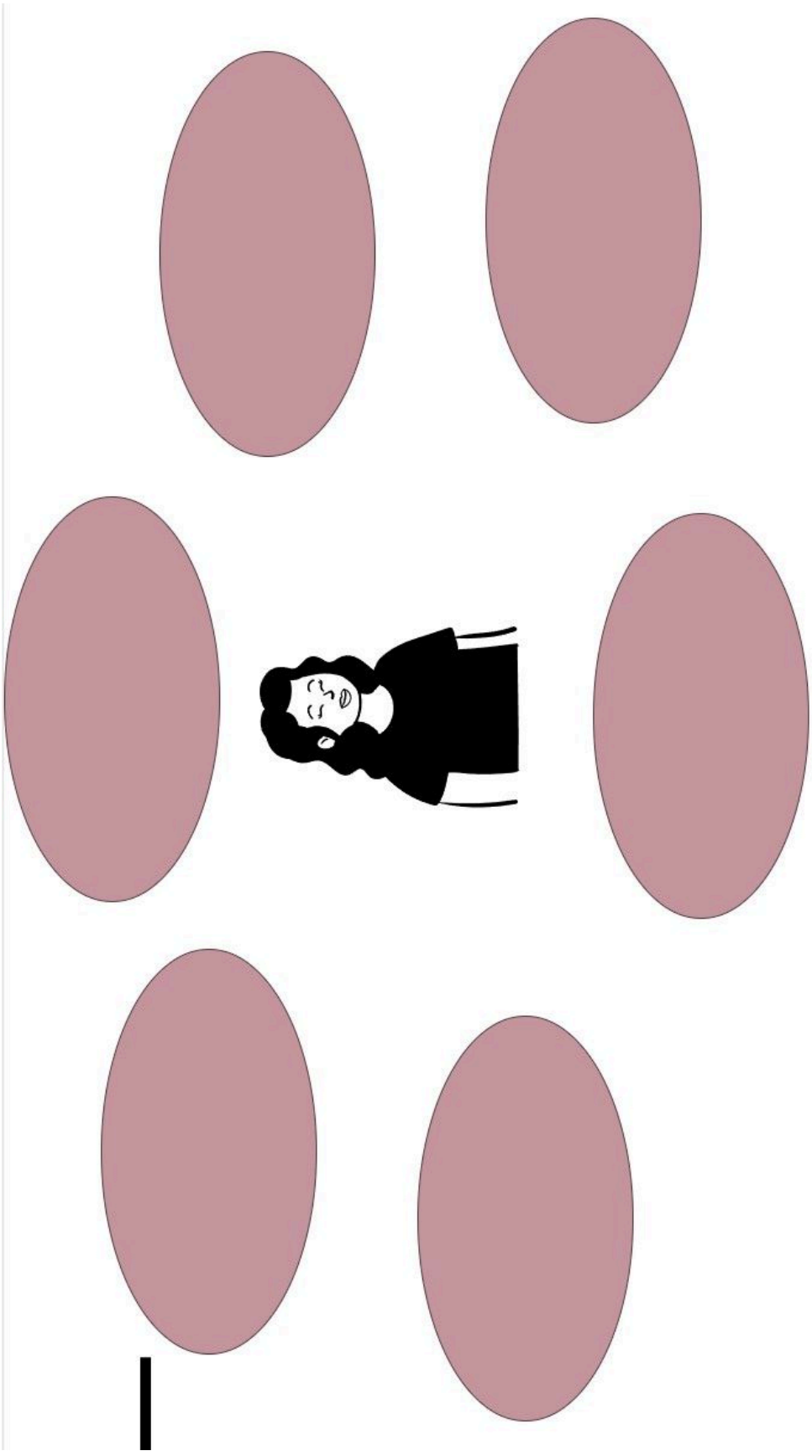
Angaben zu den Urhebern und Lizenzbedingungen der einzelnen Bestandteile dieses Dokuments finden Sie unter
https://www.tutory.de/entdecken/dokument/m7-praevention

| Form | Zeitpunkt / Ziel | Maßnahmen |
|---|---|---|
| **Teritäre** | | |
| **Quartä-re** | | |



Angaben zu den Urhebern und Lizenzbedingungen der einzelnen Bestandteile dieses Dokuments finden Sie unter
https://www.tutory.de/entdecken/dokument/m7-praevention

## Gesundheitsverhalten Health-Belief-Modell





Angaben zu den Urhebern und Lizenzbedingungen der einzelnen Bestandteile dieses Dokuments finden Sie unter
https://www.tutory.de/entdecken/dokument/m7-praevention

## Gesundheitsverhalten Health-Belief-Modell

Das **Health Belief Modell** ist ein psychologisches Modell, das entwickelt wurde, um das Gesundheitsverhalten von Individuen zu erklären und vorherzusagen. Es wird häufig in der Gesundheitspsychologie und Gesundheitsförderung eingesetzt, um zu verstehen, warum Menschen bestimmte Gesundheitsmaßnahmen ergreifen oder ablehnen.

Das Health Belief Modell entstand in den 1950er Jahren, als Forscher versuchten zu verstehen, warum Menschen Vorsorgeuntersuchungen zur Vorbeugung von Krankheiten meiden. Das Modell basiert auf Prinzipien der Verhaltenspsychologie und Soziologie.
**Im Kern des Modells stehen sechs Hauptkomponenten**, die das Verhalten in Bezug auf die Gesundheitsförderung beeinflussen.

- **Risikowahrnehmung:** Die Einschätzung, wie wahrscheinlich es ist, dass man eine bestimmte Krankheit oder Gesundheitsproblem bekommt.
- **Schweregradwahrnehmung:** Die Überzeugung, wie ernst die Folgen einer Krankheit sein könnten.
- **Nutzeneinschätzung:** Die Einschätzung, dass eine bestimmte Maßnahme das Risiko verringert oder das Problem lindert.
- **Kosten-Nutzen-Abwägung:** Die Bewertung der zu erwartenden Vorteile und Kosten einer Handlung.
- **Selbstwirksamkeit:** Das Vertrauen in die eigene Fähigkeit, die Handlung erfolgreich ausführen zu können.
- **Handlungsreiz:** Faktoren, die die Entscheidung beeinflussen, eine Gesundheitsmaßnahme zu ergreifen, wie z.B. Medienberichte oder körperliche Symptome.

### ① Fallbeispiel

Stellen Sie sich jemanden vor, der erwägt, mit dem Rauchen aufzuhören. Wenn diese Person glaubt, dass das Rauchen ein erhebliches Risiko für schwere Gesundheitsprobleme darstellt (Risikowahrnehmung und Schweregradwahrnehmung) und überzeugt ist, dass das Aufhören dieses Risiko verringern wird (Nutzeneinschätzung), wird sie eher den Entschluss fassen, aufzuhören, insbesondere wenn sie sich sicher fühlt, die Herausforderung zu meistern (Selbstwirksamkeit).



Angaben zu den Urhebern und Lizenzbedingungen der einzelnen Bestandteile dieses Dokuments finden Sie unter
https://www.tutory.de/entdecken/dokument/m7-praevention