

Martin Speer

Effektivität von Wellnessprogrammen für die betriebliche Gesundheitsförderung in nordamerikanischen Betrieben

Diplomarbeit

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek:

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek: Die Deutsche Bibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de/> abrufbar.

Dieses Werk sowie alle darin enthaltenen einzelnen Beiträge und Abbildungen sind urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung, die nicht ausdrücklich vom Urheberrechtsschutz zugelassen ist, bedarf der vorherigen Zustimmung des Verlanges. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Bearbeitungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen, Auswertungen durch Datenbanken und für die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronische Systeme. Alle Rechte, auch die des auszugsweisen Nachdrucks, der fotomechanischen Wiedergabe (einschließlich Mikrokopie) sowie der Auswertung durch Datenbanken oder ähnliche Einrichtungen, vorbehalten.

Copyright © 1999 Diplomica Verlag GmbH
ISBN: 9783832450748

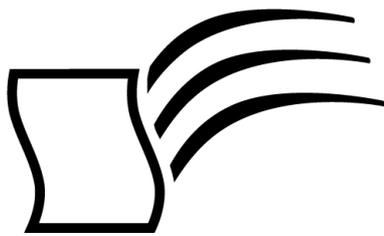
Martin Speer

Effektivität von Wellnessprogrammen für die betriebliche Gesundheitsförderung in nordamerikanischen Betrieben

Martin Speer

Effektivität von Wellnessprogrammen für die betriebliche Gesundheitsförderung in nordamerikanischen Betrieben

**Diplomarbeit
an der Deutschen Sporthochschule Köln
Fachbereich Sportwissenschaft
September 1999 Abgabe**



Diplom.de

Diplomica GmbH _____
Hermannstal 119k _____
22119 Hamburg _____

Fon: 040 / 655 99 20 _____
Fax: 040 / 655 99 222 _____

agentur@diplom.de _____
www.diplom.de _____

ID 5074

Speer, Martin: Effektivität von Wellnessprogrammen für die betriebliche Gesundheitsförderung in nordamerikanischen Betrieben

Hamburg: Diplomica GmbH, 2002

Zugl.: Köln, Sporthochschule, Diplomarbeit, 1999

Dieses Werk ist urheberrechtlich geschützt. Die dadurch begründeten Rechte, insbesondere die der Übersetzung, des Nachdrucks, des Vortrags, der Entnahme von Abbildungen und Tabellen, der Funksendung, der Mikroverfilmung oder der Vervielfältigung auf anderen Wegen und der Speicherung in Datenverarbeitungsanlagen, bleiben, auch bei nur auszugsweiser Verwertung, vorbehalten. Eine Vervielfältigung dieses Werkes oder von Teilen dieses Werkes ist auch im Einzelfall nur in den Grenzen der gesetzlichen Bestimmungen des Urheberrechtsgesetzes der Bundesrepublik Deutschland in der jeweils geltenden Fassung zulässig. Sie ist grundsätzlich vergütungspflichtig. Zuwiderhandlungen unterliegen den Strafbestimmungen des Urheberrechtes.

Die Wiedergabe von Gebrauchsnamen, Handelsnamen, Warenbezeichnungen usw. in diesem Werk berechtigt auch ohne besondere Kennzeichnung nicht zu der Annahme, dass solche Namen im Sinne der Warenzeichen- und Markenschutz-Gesetzgebung als frei zu betrachten wären und daher von jedermann benutzt werden dürften.

Die Informationen in diesem Werk wurden mit Sorgfalt erarbeitet. Dennoch können Fehler nicht vollständig ausgeschlossen werden, und die Diplomarbeiten Agentur, die Autoren oder Übersetzer übernehmen keine juristische Verantwortung oder irgendeine Haftung für evtl. verbliebene fehlerhafte Angaben und deren Folgen.

Diplomica GmbH

<http://www.diplom.de>, Hamburg 2002

Printed in Germany

Inhaltsverzeichnis

INHALTSVERZEICHNIS	0
1. EINLEITUNG	2
2. DEFINITIONEN	4
2.1 Wellness	4
2.2 Betriebliche Gesundheitsförderung	5
3. DAS US-AMERIKANISCHE GESUNDHEITSSYSTEM	8
4. ENTWICKLUNGSGESCHICHTE DER BETRIEBLICHEN GESUNDHEITSFÖRDERUNG	14
5. KONZEPTE FÜR DIE BETRIEBLICHE GESUNDHEITS- FÖRDERUNG	20
5.1 Ziele der Konzepte	25
5.1.1 Verringerung der krankheitsbedingten Abwesenheit	25
5.1.2 Erhöhung der Produktivität	27
5.1.3 Verringerung der Inanspruchnahme medizinischer Leistungen	28
5.1.4 Verbesserung des Gesundheitsverhaltens bzw. Verringerung der Risikofaktoren	30
5.1.5 Senkung der Gesundheitskosten	32
5.2. Inhalte der Konzepte	33
5.2.1 Raucherentwöhnung	33
5.2.2 Unfallverhütung und Verletzungsprophylaxe	34
5.2.3 Streßmanagement	35
5.2.4 Rückentraining und Prävention	36
5.2.5 Alkoholberatung	36
5.2.6 Ernährungsberatung und Gewichtskontrolle	37
5.2.7 Risikoerhebung, medizinische Untersuchungen und Beratung	38
5.2.8 Fitnesstraining	39
6. ANALYSEMETHODEN	41
6.2 Kosten-Effektivitätsanalyse	42
6.3 Studiendesign	43
6.3.1 Experimentelles Design	43
6.3.2 Quasi-experimentelles Design	44
6.3.3 Nichtexperimentelles Design	44
6.3.4 Studienbegleitende Verlaufsuntersuchungen	44

7. EFFEKTIVITÄT VON WELLNESSPROGRAMMEN	46
7.1 Auswirkungen auf Gesundheitszustand, Risikofaktoren und Fitnesslevel	47
7.2 Finanzielle Auswirkungen	55
7.2.1 Senkung der Abwesenheitsrate	55
7.2.2 Steigerung der Produktivität	56
7.2.3 Verringerung der Inanspruchnahme medizinischer Leistungen	58
9. DISKUSSION	70
10. ZUSAMMENFASSUNG	76
11. BIBLIOGRAPHIE	80
12. CURRICULUM VITAE	92

1. Einleitung

Companies spend millions of dollars each year in preventive maintenance on machines. We see no earthly reason why we can't make the same commitment to our people¹.
Peter Thigpen, president of Levi Strauss USA
(1984 in SLOAN et al. 1987, 1)

Peter THIGPEN, der Präsident von Levi Strauss, drückt in seinem Kommentar aus, worum es bei Wellnessprogrammen zur betrieblichen Gesundheitsförderung geht: die Pflege der Mitarbeiter!

Diese Programme erfreuen sich in Nordamerika schon seit mehr als zwei Jahrzehnten großer Beliebtheit. Wellness- oder Gesundheitsprogramme bestehen aus Maßnahmen, die die körperlichen, geistigen und seelischen Fähigkeiten der Mitarbeiter erhalten und verbessern sollen, um letztendlich durch einen reduzierten Krankenstand Kosten einzusparen. Die Größe des Betriebes und das Angebot bestimmen, ob die Programme aus wenigen einzelnen Komponenten, oder aus vielfältigen, allumfassenden Maßnahmen bestehen. Dies ist unter anderem auch von der Firmenphilosophie und von der finanziellen Lage des Betriebs abhängig. Es wird geschätzt, daß heute ungefähr 80% aller Betriebe mit einer Belegschaft von über 50 Mitarbeitern Wellness- oder Fitnessprogramme durchführen (www. welcoa 1999, GROSCH et al. 1998). Daran läßt sich die enorme Bedeutung erkennen, die man solchen Programmen beimißt.

Aus gesundheitspolitischer Sicht geht es darum, durch betriebliche Gesundheitsförderung entsprechend viele Menschen zu erreichen, um diese über gesundheitsrelevante Themen zu informieren, ihren Gesundheitszustand zu verbessern oder eine Änderung im Lebenswandel zu erzielen. Aus betriebswirtschaftlicher Sicht steht der finanzielle Nutzen an erster Stelle. Die Firmen sind bemüht, die Krankheitskosten pro Mitarbeiter in all ihrer Vielfalt zu sen-

¹ „Die Betriebe geben jährlich Millionen Dollar für die Wartung ihrer Maschinen aus. Es gibt keinen erdenklichen Grund, dieselbe Pflege nicht auch unseren Mitarbeitern zukommen zu lassen.“ (eigene Übersetzung)

ken und gehen davon aus, daß präventive wie auch rehabilitative Maßnahmen im Betrieb wesentlich dazu beitragen.

Die gesundheitsfördernden Programme stellen sich außerordentlich vielfältig dar und wurden methodisch unterschiedlich untersucht. Daher gibt es viele verschiedene Studien zur Wirksamkeit und Effektivität dieser Programme. Ziel dieser Arbeit ist es, wesentliche Erkenntnisse der letzten Jahre darzustellen und einen Überblick über den heutigen Stand der Forschung zu liefern.

Die verwendete Literatur zu diesem Thema besteht größtenteils aus US-amerikanischen Fachzeitschriften aus dem Medizin-, Management- und Businessbereich, aus Fachbüchern zum Thema Wellness und Worksite Health Promotion sowie aus Veröffentlichungen aus dem World Wide Web (www). Die rasante Entwicklung der Gesundheitsförderung am Arbeitsplatz zieht eine Welle von Untersuchungen und Studien zur Überprüfung der Effektivität und Auswirkungen nach sich, was sich in der steigenden Anzahl von Veröffentlichungen zu diesen Themenbereichen in der Fachliteratur äußert. Diese Flut von Untersuchungen entsteht nicht nur aus wissenschaftlichem Interesse, sondern vor allem aus der Notwendigkeit, den Arbeitgebern die Effektivität und den Nutzen von gesundheitsfördernden Programmen zu beweisen.

Zunächst wird erörtert, was unter Wellness und betrieblicher Gesundheitsförderung verstanden wird. Da sich diese Arbeit weitgehend auf Untersuchungen und Studien aus den USA bezieht, ist es desweiteren notwendig, das US-amerikanische Gesundheitssystem in seiner Funktion darzustellen sowie die historische Entwicklung der betrieblichen Gesundheitsförderung („*Worksite Health Promotion*“) aufzuzeigen.

Im weiteren Verlauf sollen folgende Fragestellungen geklärt werden:

Welche Inhalte und Ziele haben die verschiedenen Konzepte?

Wie können die Auswirkungen gemessen werden?

Wie effektiv sind die Wellnessprogramme hinsichtlich des gesundheitlichen und finanziellen Nutzens?

Welche Besonderheiten, Schwierigkeiten oder Fehler können bei solchen Analysen und Studien auftreten?

Abschließend werden die gefundenen Ergebnisse bezüglich Effektivität, Meßbarkeit und Aussagekraft diskutiert und zusammengefaßt.