

## Gesundheit

Eine viel zitierte Definition von Gesundheit ist diejenige der Verfassung der Weltgesundheitsorganisation (WHO) vom 22. Juli 1946. Sie lautet: „Gesundheit ist ein Zustand vollkommenen körperlichen, geistigen und sozialen Wohlbefindens und nicht die bloße Abwesenheit von Krankheit oder Gebrechen.“ („Health is a state of complete physical, mental and social well-being and not merely the absence of disease or infirmity.“).....

Die Stärke dieser Definition ist, dass Gesundheit nicht auf körperliche Gesundheit reduziert wird, sondern auch psychische und geistige Aspekte einbezieht. Zu kritisieren ist zum einen, dass Gesundheit als Zustand und nicht als Prozess definiert wird. Zum anderen impliziert die Formulierung des "vollkommenen Wohlbefindens", dass Unwohlsein (z.B. bei Liebeskummer) die Gesundheit grundsätzlich beeinträchtigt. Schließlich wird nicht definiert, welche Symptome (außer dem positiven Symptom der Abwesenheit von Krankheit) Gesundheit beobachtbar machen. "Wohlbefinden" allein kann es nicht sein, da sich auch kranke Menschen durchaus wohl befinden können. Schließlich unterstützt die WHO-Definition die gängige Glorifizierung von Gesundheit und Dämonisierung von Krankheit. Dabei üben Krankheiten für die Gesundheit oft eine wichtige Funktion aus, etwa wenn uns eine Krankheit zeigt, dass wir unser Leben gesundheitsförderlicher gestalten sollten. Aus diesem Grund werden Gesundheit und Krankheit in der nachfolgenden Definition nicht getrennt, sondern als zwei Seiten einer Unterscheidung betrachtet, die sich wechselseitig bedingen.

Für eine umfassende Bestimmung von Gesundheit und Krankheit sind folgende Aspekte von Bedeutung:

- Gesundheit und Krankheit sind beobachterabhängige Konstrukte, wobei sich die Beobachtung von Gesundheit und Krankheit durch soziale Systeme wie die Medizin oder die Wissenschaft von der Beobachtung durch das Individuum unterscheiden kann (objektive vs. subjektive Sicht).
- Die Beobachtung von Gesundheit und Krankheit erfolgt ausschließlich anhand von (körperlichen, psychischen und sozialen) Symptomen.
- Gesundheit und Krankheit sind demnach für sich nicht empirisch fassbar; sie entsprechen Konzepten, mit welchen die Symptome erklärt werden.
- Man kann zwischen physischer und psychischer Gesundheit/Krankheit unterscheiden.
- Die Positionierung auf dem Kontinuum wird primär durch das Vorhandensein/die Absenz von physischen und psychischen Krankheiten bestimmt.
- Das Auftreten dieser Krankheiten wird unter anderem beeinflusst durch Risikofaktoren (Stressoren), welche die Wahrscheinlichkeit von Krankheiten und Verletzungen erhöhen und Schutzfaktoren, welche die Wirkung der Risikofaktoren beschränken.
- Die Risiko- und Schutzfaktoren können in physische, psychische, soziale und physikalisch-materielle Faktoren unterteilt werden.

- Durch die Bekämpfung der Risikofaktoren und die Förderung der Schutzfaktoren wird die Chance für das Auftreten neuer Krankheiten verringert und die Positionierung auf dem Kontinuum verbessert oder erhalten.
- Wenn sich durch die Verminderung von Risikofaktoren und die Förderung von Schutzfaktoren das Wohlbefinden des Individuums verbessert, kann sich seine Positionierung auf dem Kontinuum in Richtung Gesundheit verschieben.

## Der Wert von Gesundheit

Gesundheit ist ein wichtiger persönlicher und gesellschaftlicher Wert. Ihre Bedeutung wird oft erst bei *Krankheit* oder mit zunehmendem *Alter* erkannt. Welche Einschränkungen mit dem Verlust von Gesundheit verbunden sind, wird oft erst dem alternden Menschen bewusst - durch eigene durchgestandene Krankheiten, gesundheitliche Probleme im Umfeld und das sich nähernde Lebensende. Vorsorgeprogramme für jüngere Altersgruppen werden propagiert, laufen aber oft ins Leere.

Im Allgemeinen sind Frauen gesundheitsbewusster als Männer. Dies kann man beispielsweise an der Beteiligung zur Darmkrebsvorsorge erkennen (Männer ca. 10 - 15 %, Frauen ca. 30 % Beteiligung). Kostenlose Krebsvorsorgeuntersuchung (SGB V §25) bekommen Frauen schon jährlich im Alter ab 20 Jahren und Männer erst im Alter ab 45 Jahren.

Privilegierte Schichten sind gesünder als unterprivilegierte. Der Abstand ist in den letzten zwanzig Jahren kontinuierlich gewachsen.

Die Förderung und Erhaltung der Gesundheit erfordert geringe finanzielle Mittel. Teuer ist dagegen der Versuch, Gesundheit wiederherzustellen, die sog. kurative Medizin. Die Krankenversicherung ist neben der Renten-, Arbeits-, Unfall- und Pflegeversicherung eine der fünf Säulen des Sozialsystems.