

## Pressemeldungen 2006

Pressemeldung 5. Dezember 2006

### Schau auf dich!

LR Schantl präsentierte ersten Mädchengesundheitskalender

Eine völlig neue Methode, um Mädchen für das Thema Gesundheit zu interessieren, stellte heute, Dienstag, der Gesundheitsreferent des Landes Kärnten, Dr. Wolfgang Schantl, gemeinsam mit Expertinnen in der Tanzschule Wankmüller in Klagenfurt vor.

Schau auf dich!“ ist der Titel des ersten Mädchengesundheitskalenders, eines in Österreich einzigartigen Kalenders, der vom Frauengesundheitszentrum Kärnten erarbeitet wurde. Er liefert „schlaue Sachen zum Aufhängen“ und gesunde Tipps in mädchengerechter Form für alle 13- und 14-jährigen Kärntner Mädchen. Verteilt wird der Mädchengesundheitskalender an die Mädchen kostenlos über die Schulen.

„Eines der zentralen Ergebnisse des Kinder- und Jugendgesundheitsberichtes des Landes Kärnten ist, dass sich Mädchen seltener gesund fühlen als Burschen. Im Gegensatz zu Burschen klagen sie häufiger über körperliche und psychische Beschwerden. Sie frühstücken seltener, bewegen sich weniger und nehmen häufiger Medikamente“, sagte Schantl. Viele dieser Ergebnisse würden sich mit zunehmendem Alter der Mädchen noch verschlechtern. Aufgrund dieser Fakten beauftragte der Landesgesundheitsreferent Dr. Wolfgang Schantl das Frauengesundheitszentrum Kärnten damit, neue Möglichkeiten für mädchengerechte Gesundheitsarbeit zu entwickeln.

„Die Förderung von Verhaltensweisen und Kompetenzen bereits im Jugendalter eröffnet die Chance, Beschwerden und Krankheiten langfristig vorzubeugen“, so Schantl. Gerade bei Kindern und Jugendlichen müsse Gesundheitsförderung aber altersgerecht sein: „Damit sie gehört und angewendet wird, muss sie weit mehr sein als Wissensvermittlung oder gar Belehrungen mit erhobenem Zeigefinger. Als Gesundheits- und Sportreferent ist es mein Ziel, den Mädchen leicht verständliche Gesundheitsinformationen zur Verfügung zu stellen und sie zu motivieren, für sich selbst etwas Gutes zu tun“, betonte Schantl.

Der Mädchengesundheitskalender 2007 ist daher auch ein Kalender zum Nachlesen, Nachdenken und Nachmachen. Mädchen finden darin Informationen zu Ernährung, Verhütung oder Stress. Sie erfahren, an wen sie sich bei Problemen oder mit Fragen wenden können. Wie ein roter Faden zieht sich das Motto „Schau auf dich“ durch den Kalender. „Egal ob es um körperliche oder seelische Beschwerden geht – Mädchen haben das Recht auf Unterstützung. Dazu wollen wir den Selbstwert und die Körperwahrnehmung bei Mädchen mit Programmen fördern“, betonte Schantl. Auf der Ebene des Gesundheitswesens gehe es ihm darum, auf die Qualität der Angebote vermehrt zu achten. Das Alter und das Geschlecht zu berücksichtigen, seien für ihn als Mediziner Grundvoraussetzungen, um zielgruppengerecht zu arbeiten.“

Für die Projektleiterin Mag.<sup>a</sup> Regina Steinhauser vom Frauengesundheitszentrum Kärnten ging es bei der Entwicklung des Mädchengesundheitskalenders auch um die Erreichbarkeit von Gesundheitsinformationen. „Durch die kostenlose Verteilung des Kalenders über Schulen erreichen wir an die 7.000 Mädchen unabhängig von ihrem Wohnort, ihrer sozialen Zugehörigkeit oder ihren finanziellen Möglichkeiten und bringen das Thema Gesundheit sozusagen ein Jahr lang in ihren Lebensraum.“ Besonders gelungen sei auch die Einbindung der Zielgruppe selbst. „Sowohl bei der Themenfindung, den Texten als auch der Grafik haben Mädchen mitbestimmt. Sogar die Fotos zeigen Mädchen aus Kärnten und keine Models“, berichtet Mag.<sup>a</sup> Steinhauser. Auch die interdisziplinäre Zusammenarbeit bei diesem Projekt des Frauengesundheitszentrum Kärnten ist

vorbildlich. „Neben unseren Expertinnen für Gesundheitsförderung und Mädchenarbeit haben sechs Medizinerinnen und Mediziner das Projekt begleitet, so dass die fachliche Richtigkeit der Informationen gewährleistet ist“, betont Mag.<sup>a</sup> Steinhauser.

---

Pressemeldung 30. Juni 2006

### **Lust auf Leben® in der Hauptschule Treffen!**

**Erstmals führte eine Kärntner Hauptschule das vom Frauengesundheitszentrum Kärnten entwickelte Programm „Lust auf Leben®“ durch. Dr. Wolfgang Schantl, Gesundheitsreferent des Landes Kärnten präsentierte heute mit Kindern und Lehrkräften zahlreiche Wege für mehr Gesundheit im Lebensraum Schule.**

### **Vorbeugen ist besser als heilen!**

Die Förderung von gesunden Verhaltensweisen und Einstellungen im Kindesalter eröffnet die Chance, vielen Krankheiten langfristig vorzubeugen. Besonderes Augenmerk ist dabei auf Übergewicht, Stresssymptome, Ess-Störungen und Beeinträchtigungen des Bewegungsapparates zu nehmen, die die Gesundheit der Heranwachsenden heute mehr beeinträchtigen als traditionelle Kinderkrankheiten.

Auf diesen Tatsachen baut „Lust auf Leben®“ als Programm zur geschlechtssensiblen Gesundheitsförderung und Prävention von Ess-Störungen in Hauptschulen auf.

„Die Ergebnisse unseres ersten Kinder- und Jugendgesundheitsberichtes, bestätigen wie wichtig bedarfsgerechte, lebensweltorientierte Präventions- und Gesundheitsförderungsprogramme sind. „Lust auf Leben“ ist ein hervorragendes Beispiel für die Umsetzung wissenschaftlicher Erkenntnisse und Erfahrungen aus der Praxis“, betont Gesundheitsreferent Dr. Wolfgang Schantl.

### **Gesundheitsförderung als Programm!**

Gestartet wurde „Lust auf Leben®“ in der Hauptschule Gegendtal in der „Gesunden Gemeinde“ Treffen im September 2005 mit einer Fortbildung des Frauengesundheitszentrum Kärnten zu gendergerechter Gesundheitsförderung und Prävention für die Lehrkräfte. Anschließend wurden Präventivworkshops mit allen Schülerinnen und Schülern der zweiten Klassen durchgeführt, Sprechstunden und ein Elternabend folgten.

Bei „Lust auf Leben®“ arbeitet das Frauengesundheitszentrum mit der Männerberatungsstelle des Kärntner Caritasverbandes zusammen. „Diese Kooperation ermöglicht eine Gesundheitsförderung im Lebensraum Schule, die den unterschiedlichen Bedürfnissen und Anforderungen von Mädchen und Burschen gerecht wird“, hebt Maga. Regina Steinhauser, Geschäftsführerin des Frauengesundheitszentrums hervor.

Damit setzt das Frauengesundheitszentrum Kärnten die Forderung des Gesundheitsreferates des Landes Kärnten, nach geschlechtssensiblen gesundheitsförderlichen Maßnahmen erfolgreich um.

Im Zentrum von „Lust auf Leben®“ stehen Teilprojekte, die von Kindern und Lehrkräften eigenständig entwickelt werden. In Treffen entstanden unter anderem Theaterstücke zum Thema Toleranz, mit selbstgebauten Trommeln können die Kinder zukünftig ihren Stress abbauen und Wandbehänge in Deutsch und Italienisch fordern Kinder und Lehrkräfte zu einem gesunden Lebensstil auf.

Herausragendes Qualitätsmerkmal von „Lust auf Leben®“ ist die Nachhaltigkeit und Übertragbarkeit. So schrieben die Kinder ein Kochbuch mit einfachen Rezepten zum Nachmachen. Engagierte Lehrkräfte führten eine regelmäßige „Gesunde Jause“ in der Schule ein. Gemeinsam wurde ein kahler Aufenthaltsraum mit Pflanzen, Bildern und einer Sitzecke zu einer Wohlfühloase umgestaltet, von der die Kinder auch in den nächsten Jahren noch profitieren werden.

### **Die Schule als gesunder Lebensraum!**

„Die Schule stellt – neben der Familie – den wichtigsten Lebensraum für Kinder und Jugendliche dar. Als Gesundheitsreferent begrüße ich daher jede Maßnahme die hilft gesundheitsförderliche Rahmenbedingungen in Schulen herzustellen“, mit diesen Worten gratuliert Dr. Wolfgang Schantl allen am Programm Beteiligten.

Die Weiterführung der entwickelten Maßnahmen in Treffen unterstützte Dr. Wolfgang Schantl mit einem Scheck in der Höhe von EUR 500,00 den er dem Schuldirektor Siegfried Petautschnig überreichte.

Aus der Sicht des Schulleiters wurde mit dem einjährigen Programm die Lust auf Leben nachhaltig gestärkt: „Mit Stolz, als erste Hauptschule Kärntens das Programm durchführen zu können, begannen wir vor einem Jahr die Arbeit“. Aber auch mit der drängenden Frage, was wir zur Gesundheit der Kinder beitragen können. Die Abschlusspräsentation zeigt, dass die engagierten Lehrkräfte und die Kinder viele unterschiedliche Möglichkeiten gefunden haben, die wir auch in den kommenden Schuljahren aufgreifen werden.“

Weitere Informationen zum Programm „Lust auf Leben®“ beim:  
Frauengesundheitszentrum Kärnten  
Völkendorfer Straße 23, 9500 Villach  
Tel: 04242 – 53 0 55  
E-Mail: [fgz.sekretariat@fgz-kaernten.at](mailto:fgz.sekretariat@fgz-kaernten.at)



---

Presstext 14. Juni 2006

### **Wechseljahre mit TCM begleiten**

In der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) wird nicht repariert – vielmehr werden Selbstheilungskräfte gestärkt und aktiviert. Damit bietet TCM viele Möglichkeiten, um die Vitalität und Lebensfreude von Frauen während der Wechseljahre zu stärken. Ein neuer Vortrag des Frauengesundheitszentrum Kärnten informiert und stellt Methoden vor.

Die Traditionelle Chinesische Medizin sieht in den Wechseljahren eine Übergangsphase im Leben einer Frau. Vergleichbar mit der Zeit des Erwachsenwerdens verändern sich Körper und Geist und sehr oft auch die Lebensumstände von Frauen.

Die spannenden Wechseljahre bringen aber nicht nur Neuorientierung und Aufbruch in ein neues Lebensalter. Vereinzelt treten Symptome auf, die die Lebensqualität beeinflussen. Hier kann TCM mit zahlreichen sanften Methoden eine andauernde Unterstützung bieten.

Die Allgemeinmedizinerin und TCM-Expertin Drin. Alexandra Pagitz spricht über die Grundlagen dieser über 10.000 Jahre alten Heilform. Einblicke in ihre Methoden wie Akupunktur, Chinesische Kräutermedizin, Tuina und Qi Gong machen den Vortrag zu einem spannenden Abend für Frauen in der Lebensmittele!

Termin: Dienstag, 20. Juni 2006, 19.00 Uhr

Referentin: Drin. Alexandra Pagitz, Diplom-Abschluss im Bereich Traditionelle Chinesische Medizin – Schwerpunkt Kräutertherapie, Akupunkturdiplom der Österreichischen Gesellschaft für Akupunktur, Tätigkeitsschwerpunkte TCM, Chinesische Kräutermedizin und Tuina (chinesische Heilmassage speziell für Kinder)

Ort: Frauengesundheitszentrum Kärnten, Völkendorfer Straße 23, 9500 Villach  
Weitere Informationen unter 04242 – 53 0 55

---

Presseausendung, 26. April 2006

### **Kärnten hat sein eigenes Frauengesundheitsprogramm!**

Kärntens erstes Frauengesundheitsprogramm stellte am 26. April der Gesundheitsreferent des Landes Kärnten, Dr. Wolfgang Schantl, vor. Konkrete Handlungsfelder, regionale Besonderheiten und die Berücksichtigung von Gewalt als Gesundheitsrisiko für Frauen machen das Kärntner Frauengesundheitsprogramm einzigartig in Österreich.

Herzstück des Kärntner Frauengesundheitsprogramms sind 57 Maßnahmen, um die Gesundheit von Frauen in Kärnten zu verbessern. „Obwohl Frauen in Kärnten durchschnittlich 7 Jahre länger leben als Männer, bedeutet das nicht zwingend, dass sie länger gesünder und beschwerdefrei leben“, stellt Gesundheitsreferent Dr. Wolfgang Schantl fest. „Eine gezielte Vorgehensweise bedarf fundierter Entscheidungsgrundlagen und konkreter Strategien“, betont der Gesundheitspolitiker. Er ist selbst Mediziner und weiß, dass Frauen andere gesundheitliche Risiken haben als Männer. Im vorliegenden Kärntner Frauengesundheitsprogramm sieht er ein wertvolles Planungsinstrument für die nächsten 5 Jahre.

Über 100 Experten und Expertinnen zeigen im Kärntner Frauengesundheitsprogramm Versorgungslücken, altersspezifische Problemlagen und Handlungsmöglichkeiten auf. Untersucht wurden die Bereiche Osteoporose, die Gesundheit von Frauen mit Behinderungen und von Frauen, die im Tourismus arbeiten. Weitere Handlungsfelder sind Psychische Gesundheit, Wechseljahre und Sexuelle Gesundheit junger Frauen.

Durch die schrittweise Umsetzung der vorgeschlagenen Maßnahmen will der Gesundheitsreferent den negativen gesundheitlichen Auswirkungen von geschlechtsspezifischen Unterschieden entgegenwirken. Schließlich stellen Frauen mit 52 % die Mehrheit der Kärntner Bevölkerung dar!

Damit das Kärntner Frauengesundheitsprogramm einem breiten Publikum zugänglich ist, hat Dr. Schantl eine Kurzfassung in Auftrag gegeben. Diese gibt es ab sofort kostenlos im Frauengesundheitszentrum Kärnten.

Als erste Maßnahme des Kärntner Frauengesundheitsprogramms werden Informationsveranstaltungen zur Enttabuisierung und Aufklärung über psychische Erkrankungen vom Projekt „Gesunde Gemeinde“ umgesetzt. Das Kärntner Frauengesundheitsprogramm zeigt hier klaren Handlungsbedarf. Allein im Jahr 2004 nahmen 11.525 KärntnerInnen FachärztInnen der Neurologie und Psychiatrie in Anspruch, wobei 64 % davon Frauen waren. Auffällig ist auch, dass die Gabe von Antidepressiva mit zunehmendem Alter bei Frauen stark steigt. Im Jahr 2003 wurden sie 22.499 mal Frauen und nur 6.837 mal Männern im Alter zwischen 61 und 70 Jahren verordnet. „Mit der Durchführung dieser ersten Maßnahme auf regionaler Ebene werden die Informationen zu den Menschen gebracht.“ zeigt Dr. Schantl auf.

Erarbeitet wurde das Kärntner Frauengesundheitsprogramm unter der Leitung des Frauengesundheitszentrum Kärnten. Dessen Geschäftsführerin, Mag<sup>a</sup>. Regina Steinhauser, betont: „Gewalt zählt laut Weltgesundheitsorganisation zu den größten Gesundheitsrisiken für Frauen. Wir sind daher besonders stolz, dass das Kärntner Frauengesundheitsprogramm Gewalt als mögliche Ursache gesundheitlicher Beschwerden oder Erkrankungen in allen Handlungsfeldern berücksichtigt.“

Die Forschungsarbeit für das Kärntner Frauengesundheitsprogramm leisteten die beiden renommierten Sozialwissenschaftlerinnen Dr<sup>in</sup>. Birgit Buchinger und Mag<sup>a</sup>. Ulrike Gschwandtner.

Die Finanzierung erfolgte durch das Land Kärnten, dem Frauengesundheitszentrum Kärnten und dem Fonds Gesundes Österreich. Die Kärntner Gebietskrankenkasse unterstützte das Projekt ebenso.

Informationen:

Frauengesundheitszentrum Kärnten GmbH  
[www.fgz-kaernten.at](http://www.fgz-kaernten.at), Tel: 04242 – 53 0 55

---

## **Essstörungen: Projekt „Lust auf Leben“ in Kärntens Schulen**

LHStv. Ambrozy unterzeichnete Vertrag zu weiterführender Initiative gegen Essstörungen mit dem Frauengesundheitszentrum Kärnten

Klagenfurt (LPD). Die Weiterführung der Initiative gegen Essstörungen an Kärntens Hauptschulen sicherten heute, Mittwoch, Gesundheitsreferent LHStv. Peter Ambrozy und Regina Steinhauser vom Frauengesundheitszentrum Kärnten (FGZ) im Rahmen einer Vertragsunterzeichnung. Jährlich wendet sich eine steigende Anzahl von Betroffenen, Angehörigen und besorgten Lehrkräften an das FGZ Kärnten, im vergangenen Jahr waren es rund 900 Personen. Daher hat das FGZ ein umfassendes Angebot entwickelt, welches neben kostenlosen Beratungen, Vorträgen und Fortbildungen auch ein Handbuch für Angehörige und die kärntenweite Durchführung von Präventiv-Workshops in Schulen umfasst. Allein im Jahr 2003 nahmen mehr als 500 Mädchen an diesen Workshops teil.

Da reine Aufklärung über Essstörungen nicht zielführend ist, wurde im Auftrag von Gesundheitsreferent Ambrozy durch das FGZ das Modellprojekt „Lust auf Leben“ entwickelt. Gestartet wurde dieses österreichweit einzigartige Modellprojekt bereits im Jänner 2003 im Zentrum Humanberuflicher Schulen in Villach. „In diesem Projekt geht es um die Entwicklung und Erprobung von Strategien, wie Jugendliche schwierige Situationen bewältigen können ohne sich dabei gesundheitlich zu belasten“, so Ambrozy. Dabei werden insbesondere die Risikofaktoren für die Entstehung von Essstörungen berücksichtigt. Die Besonderheiten des Projektes liegen in der Partizipation aller am System Schule Beteiligten und damit in der Förderung von Gemeinschaftsaktionen, in der Stärkung der Eigenkompetenz bei SchülerInnen und LehrerInnen sowie in der zielgruppenspezifischen Gesundheitsförderung.

Eine umfassende Dokumentation, ein vielfältiger Methodenkoffer und ein reicher Erfahrungsschatz sind die Grundlagen für die zukünftige Durchführung von „Lust auf Leben“ in Kärntens Hauptschulen. Das Projekt wird jährlich einer Hauptschule in Kärnten angeboten. Der Methodenkoffer setzt laut Steinhauser nicht auf Abschreckung sondern auf positive Erlebnisse und Schutzfaktoren: „Denn nur wenn wir die Stärken von unseren Kindern fördern, ermöglichen wir ihnen, mit gesunden Strategien an Probleme heranzugehen. In Krisensituationen sollen sie nicht zu gefährlichen Verhaltensweisen wie Essstörungen oder Alkoholmissbrauch greifen.“

Als erste Hauptschule Kärntens hat sich die HS Gegendal in der „Gesunden Gemeinde“ Treffen für das Projekt beworben. Alle zweiten Jahrgänge der Schule werden gemeinsam mit ihren Lehrkräften und mit dem Frauengesundheitszentrum Kärnten ab September ein Jahr lang für mehr „Lust auf Leben“ in der Schule sorgen. Für die Durchführung des Projektes „Lust auf Leben“ im Schuljahr 2006 bis 2007 können sich Hauptschulen bereits bewerben.

Essstörungen sind mittlerweile eine der häufigsten psychosomatischen Erkrankungen im Jugendalter. Obwohl auch zunehmend Burschen betroffen sind, erkranken Mädchen und Frauen noch immer wesentlich häufiger. Etwa 200.000 Österreicherinnen leiden zumindest einmal im Laufe ihres Lebens an einer Essstörung. Bezogen auf die österreichische Gesamtbevölkerung leiden von den 15 bis 20jährigen Mädchen mindestens 2.500 an Magersucht, weitere 5.000 sind sehr gefährdet bzw. zeigen schon einzelne Symptome. Bei den 20 bis 30jährigen Frauen leiden rund 6.500 an Ess-Brechsucht.