

Wie können smarte Gadgets die Gesundheitsförderung im Betrieb unterstützen?



Hintergrund

Wandelnde Rahmenbedingungen der Gesellschaft, Globalisierung und Technisierung lassen die Arbeitswelt nicht unberührt. Neben positiven Entwicklungen äußern sich negative Begleiterscheinungen wie Arbeitsplatzunsicherheit, Zeit- und Leistungsdruck, größere Fehlzeiten auf Grund von krankheitsbedingten Einschränkungen der Leistungsfähigkeit älterer Mitarbeiter*innen sowie die Zunahme von psychischen Belastungen der bestehenden Wissensgesellschaft. Folglich stellt die Gesundheit der Gesellschaft im 21. Jahrhundert ein Thema von größter Relevanz dar. Ein Wandel von analogen zu digitalen Vorgehensweisen im

Gesundheitswesen wird immer deutlicher. Immer mehr Unternehmen sehen eine Chance darin, durch Digitalisierung die Gesundheit der Mitarbeiter*innen zu verbessern. Es wird darüber geklagt, dass herkömmliche Betriebliche Gesundheitsförderung (BGF) nur die bereits gesundheitsbewussten Mitarbeiter*innen erreicht und 10-20% der Belegschaft an gesundheitsförderlichen Maßnahmen teilnehmen. Durch Digitalisierung und somit die Nutzung smarter Gadgets könnte die Zielgruppen dort erreicht werden, wo sie sich etwa 44 Stunden wöchentlich aufhält: Im Internet (Kiesche, 2013; Kaiser & Matusiewicz, 2013; machfit, 2017).



Methodik

- Erster Überblick mit Google-Recherche
- Stichworte: eHealth, Gesundheit, BGM, BGF, Wearables, Gadgets, Digitalisierung
- Trunkierung: */ UND/ ODER
- Literaturrecherche mit Schneeballsystem über HAW-Katalog, PubMed, SpringerVerlag
- Bewertung der gefundenen Literatur bezüglich Aktualität und Relevanz der Thematik: für weiterführende Informationen siehe Literaturliste
- Datenaufbereitung der Ergebnisse in Text und Grafiken

Defizite im BGF

Möchte ein Unternehmen BGF einführen, hat es eine Anforderung schon erfüllt: Die bewusste Entscheidung dafür.



Abb. 1: Prozessablauf in vier Phasen in BGF-Projekten nach Struhs-Wehr 2017, eigene Darstellung

Jedoch ist zu bemerken, dass diese Vorgehensweise in der Realität oft ein Wunschbild darstellt, das von Schwachstellen in der BGF verzerrt wird. Die Beschäftigten im Unternehmen werden nicht immer von den verfügbaren Angeboten erreicht bzw. sind die Maßnahmen nicht hinreichend auf

die Bedürfnisse ausgerichtet. Es entsteht zudem ein Unterschied in der Qualität der Angebote, da diese nicht einheitlich durchgeführt werden. Weiter richtet sich das Angebot wenig an die einzelne Person, sondern an die ganze Belegschaft. Dadurch wird das Potenzial der BGF zur Chance der Motivationsförderung unzureichend ausgenutzt. Zu bemängeln ist zusätzlich, dass es keine Nachweise für die Kausalität zwischen der erzielten Gesundheitsförderung durch die angesetzten Maßnahmen gibt (Mehlich, 2017, Struhs-Wehr, 2017).

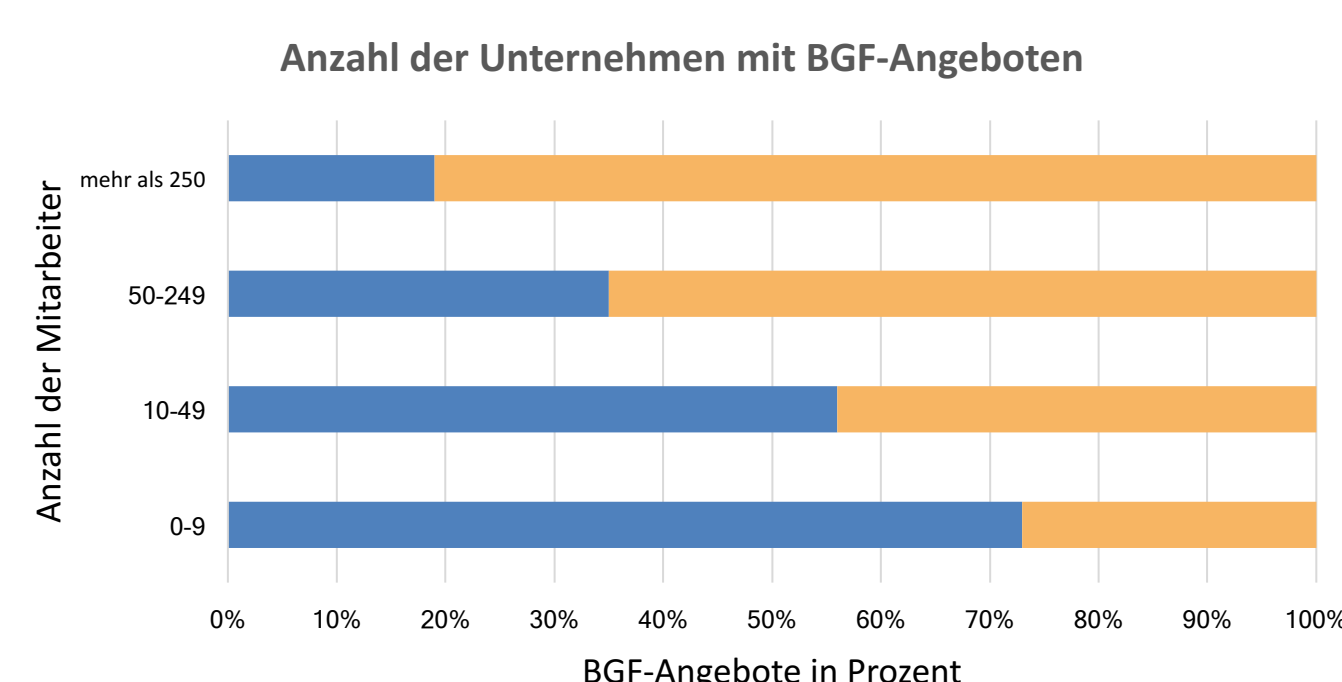
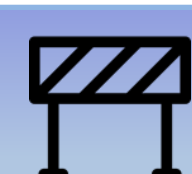
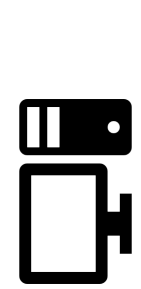


Abb. 2: BGF-Angebote in Prozent in Abhängigkeit von der Betriebsgröße (Mehlich 2017), eigene Darstellung



Hindernisse für Gadgets



Datenschutz

Wearables und Gesundheitsplattformen speichern und verwalten sensible Nutzerdaten. Es gibt bisher wenig gesetzliche Regelungen zur Einsicht und Verwendung (z.B. durch Arbeitgeber), wodurch der Schutz ungeklärt ist. Generierte Inhalte gelangen automatisch auch zu den jeweiligen Wearable- und App-Anbietern; diese können die Daten nutzen. Steht der Server nicht in Deutschland, ist die Nutzung von Wearables in BGF nicht möglich.



Akzeptanz

Aufwendige Gadgets stellen für die Mitarbeiter eher Störfaktoren als einen Zusatznutzen bei der Arbeit dar. Zum anderen senkt die Sorge der Mitarbeiter um die eigene Privatsphäre und Kontrolle durch den Arbeitgeber die Akzeptanz. Vor allem bei älteren Generationen mit weniger Gadget-Affinität ist eine Durchsetzung neuer Technologien schwierig.



Qualität

Bisher wurden noch keine Wirksamkeitsprüfungen durchgeführt, die den Nutzen von digitalen BGF-Gadgets und die Validität der Messungen signifikant nachweisen können. Zudem gibt es keine Gütesiegel oder Qualitätskriterien für digitale BGF-Gadgets, wodurch Nachfrager diese nicht bewerten können. Es fehlt an standardisierten Instrumenten zur Evaluation, an Metaanalysen und Forschungsergebnissen.



Gesundheit

Mögliche gesundheitliche Schäden: Überforderung durch Nutzung der digitalen Gadgets, psychischen Belastung, Verlust der körperlichen Wahrnehmung, Sehschwäche, Abhängigkeit und Verschlechterung des Sozialwesens.

(Kaiser & Matusiewicz, 2017; Mehlich, 2017; Umann & Tuscher, 2016)

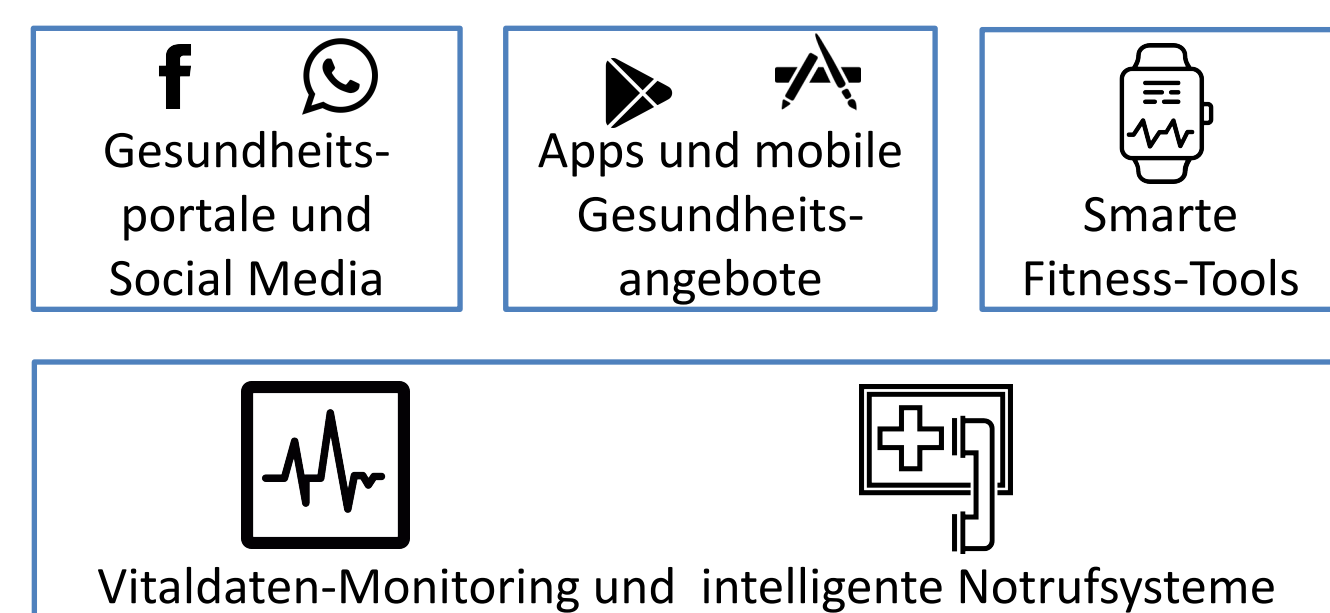
E-Health...

schließt die Interaktion zwischen Patienten und Gesundheitsdienstleistern, die Datenübertragung zwischen verschiedenen Institutionen oder die Kommunikation auf Teilnehmerebene zwischen Gesundheitsfachkräften und/oder Patienten ein (Albrecht & Jungmann, 2016).



Smarte Gadgets

Smarte Gadgets gehören zu den neuartigen technischen Möglichkeiten um betriebliche Gesundheitsförderung zu unterstützen und zu verbessern. Sie sind am Körper tragbare elektronische Kleingeräte, welche IT- und Medizintechnik verbinden und in den Alltag integrieren. Dies geschieht entweder auf vernetzter Grundlage, indem Daten durch WLAN und Bluetooth an weitere Geräte gesendet werden oder im Stand-alone-Betrieb; hierbei sind keine Zusatzgeräte notwendig. Smarte Gadgets reihen sich in den eHealth-Bereich der Konsumenten ein, welcher aus vier Anwendungsfeldern besteht:



Smarte Fitness-Tools messen durch das Tragen am Körper vor allem Vital-, Aktivitäts- und Umgebungsparameter, wie z.B. Puls, Blutdruck, Atmung, Gewicht, Körperfett und

Körperwasser, Aktivität, Stress und Geräuschpegel gemessen. Fitness-Apps verdanken ihre Beliebtheit dem Messen und Kombinieren mehrerer Funktionen. Außerdem sind sie der erste Berührungspunkt mit digitalen Gesundheitsangeboten durch Entertainment. Gadgets werden bislang noch in ihrer Generation unterschieden und in einem dreiteiligen System erfasst. Betriebsbezogen sind hierbei die Geräte der dritten Generation zu betrachten. Die Technologien der vernetzten Geräte sind bereits in die Umgebung integriert.

Beispiele:

- Lichtregulation
- Chipkarten-Check-In für offene Büros, bei denen gespeicherte, persönliche Körpermaße zu einer automatischen Einstellung des Arbeitsplatzes führen

Eine positive Wirkung beim Einsatz im Betrieb erzielen die Gadgets durch die jeweilige aktuelle Erfassung gesundheitlicher Daten, wie z.B. die persönliche Stress- und Belastungssituation. Dies führt dazu, dass Verhaltensprävention gezielt unterstützt werden kann. Passende Angebote, beispielsweise von der Krankenkasse, könnten gezielt wahrgenommen werden, um das Gesundheitsverhalten zu verbessern.

Anforderungen für Akzeptanz von Gadgets:

- ✓ Erschwinglicher Preis/ keine Kosten
- ✓ Keine Handeingabe von Messwerten
- ✓ Klein, handlich, nicht störend, ästhetisch
- ✓ Einfache Bedienbarkeit bzw. leichtes Schulen
- ✓ Motivationsfunktion muss gegeben sein
- ✓ Verlässliche und ausfallsichere Technologie
- ✓ Datenübertragung (WLAN, Bluetooth etc.)
- ✓ Datenschutz bezüglich Speicherung und Zugriff auf Daten
- ✓ Unterstützung standardisierter Schnittstellen und Protokolle

(Deloitte, 2014; Mehlich, 2017; Verbraucherschutzzentrale NRW e.V., 2017)

Mögliche Vorteile der digitalen BGF

- Mitarbeitererreichbarkeit über das Internet
- Hohe Flexibilität, Mobilität & Individualität
- Keine Bindung an Ort und Zeit
- Unkomplizierte Einbindung in persönlichen Alltag
- Gamifikation: Motivation durch Spielecharakter
- Mögliche Kostensenkung: Weniger Fehltag, Produktions- und Leistungssteigerung
- Imageförderung des Unternehmens
- Daten für Unternehmenszwecke nutzbar
- Besonders geeignet für filialisierte Unternehmen

- ✓niedrigschwellig und aufsuchend
- ✓sichert langfristige Beteiligung
- ✓nachhaltige Verhaltensänderung

(Kaiser & Matusiewicz, 2017)

Ausgewählte Anbieter



Diskussion

Durch den Zuwachs an stress- und bewegungsbedingten Berufskrankheiten ist im Arbeitsumfeld der Bedarf an neuartigen Maßnahmen zur Verbesserung der Arbeitsabläufe und -organisation sowie der Gesundheit stark gestiegen. Gerade im Zeitalter der Digitalisierung bietet sich die Implementierung von neuen digitalen BGF-Instrumenten an. Es gibt immer noch Verbesserungspotenzial, um die neuen Technologien alltagstauglich und mit den Datenschutzanforderungen konform zu machen. Wenn gewisse Herausforderungen umgesetzt werden, können eHealth-Gadgets schon bald im Rahmen der Betrieblichen Gesundheitsförderung eingesetzt werden.

Jedoch sollten sie den menschlichen Kontakt nicht vollständig ersetzen, sondern mit analogen Maßnahmen Hand in Hand gehen, um auch in Zukunft eine nachhaltige Gesundheitsförderung betreiben zu können.

Hindernisse
überwinden

Vorteile
nutzen



Literatur: Albrecht, U.-V., Jungmann, S. (2016). Gesundheits-Apps und politische Rahmenbedingungen. In: Albrecht, U.-V. (Hrsg.). Chancen und Risiken von Gesundheits-Apps (CHARISMHA). Medizinische Hochschule Hannover. Deloitte & Touche GmbH Wirtschaftsprüfungsgesellschaft (2014). Deloitte. Perspektive E-Health – Consumer-Lösungen als Schlüssel zum Erfolg?. Mehlich, H. (2017). Mobile Health: Smarte Gadgets in der Gesundheitsförderung. In: Pfannstiel, M.A., Krammer, S. & Swoboda, W. (Hrsg.). Digitale Transformation von Dienstleistungen im Gesundheitswesen III – Impulse für die Pflegepraxis. Wiesbaden: Springer Fachmedien. Moll, R., Schulze, A., Rusch-Rodosthenous, M., Kunke, C., & Scheibel, L. (2017). Wearables, Fitness-Apps und der Datenschutz: Alles unter Kontrolle?. Verbraucherzentrale NRW e. V. (Hrsg.). Online: <http://www.marktwaechter.de/digitale-welt/marktbeobachtung/wearables-und-fitness-apps>. Struhs-Wehr, K. (2017). Betriebliches Gesundheitsmanagement und Führung – Gesundheitsorientierte Führung als Erfolgsfaktor im BGM. Wiesbaden: Springer Fachmedien.