

## Presseinformation

München, 16. Januar 2020

### „The same procedure as every year“

„Wir wünschen uns Glück und Gesundheit für das neue Jahr. Bloßes Wünschen reicht aber nicht, zumindest was die Gesundheit betrifft. Mehr Bewegung, auf die Ernährung achten, auf Genussgifte verzichten, Stress vermeiden, passieren nicht von selbst und auch nicht auf Rezept“, schreibt Dr. Gerald Qitterer, Präsident der Bayerischen Landesärztekammer (BLÄK), in der Januar/Februar-Ausgabe 2020 des *Bayerischen Ärzteblattes*. Dazu brauche es in vielen Fällen eine Verhaltensänderung. Und um Verhalten zu ändern müssten wir die Verhältnisse ändern.

Übergewicht und Bewegungsmangel seien nach wie vor mit die größten Risikofaktoren nicht nur für Herz-Kreislauf-Erkrankungen oder Diabetes mellitus, sondern auch für den Verlauf anderer chronischer Krankheiten wie einer Demenz oder einer Depression. Hier sei jede Strategie gefragt, die eine Verhaltensänderung bewirken könne. Ob dies allein mit der Präventionsempfehlung anlässlich einer Gesundheitsuntersuchung gelingen könne, habe sich bisher noch nicht gezeigt.

„Wir werden also um eine Bewertung gesundheitsriskanter Lebensmittel nicht umhinkommen, so wie wir Plastikmüll nicht vermeiden werden, wenn wir lediglich Strohhalme und Plastiktüten verbieten“, so der Präsident. Der BLÄK-Chef weiter: „Und wir dürfen nicht glauben, dass es später einmal ein Medikament schon wieder richten wird. Auch das ist Prävention: der Schutz vor einer Übermedikation in Umsetzung von Leitlinien, die der Multimorbidität nicht angepasst sind.“

Prävention müsse neu gedacht werden, insbesondere, wenn es darum gehe, vulnerable Gruppen wie Kinder, Senioren oder Menschen mit Behinderung vor Gefahren für die Gesundheit zu bewahren. Sie müsse neu gedacht werden, wenn es um Umweltbelastungen und den Klimawandel gehe. „Dort wo Prävention durch Verhaltensänderung nicht möglich ist, müssen die Verhältnisse geändert werden. Das können wir Ärzte nur zusammen mit der Politik. Das wird unsere Aufgabe auch für 2020 sein“, so Qitterer abschließend.

Mehr zu „The same procedure as every year“ lesen Sie im Leitartikel der Januar/Februar-Ausgabe 2020 des *Bayerischen Ärzteblattes* unter [www.bayerisches-aerzteblatt.de](http://www.bayerisches-aerzteblatt.de).

Pressestelle

Bayerische Landesärztekammer  
Pressestelle  
Dagmar Nedbal  
Mühlbauerstraße 16  
81677 München  
Telefon: 089 4147-268  
Fax: 089 4147-202  
E-Mail: [presse@blaek.de](mailto:presse@blaek.de)  
[www.blaek.de](http://www.blaek.de)