

5 Begriffe und Modelle von Gesundheit und Krankheit

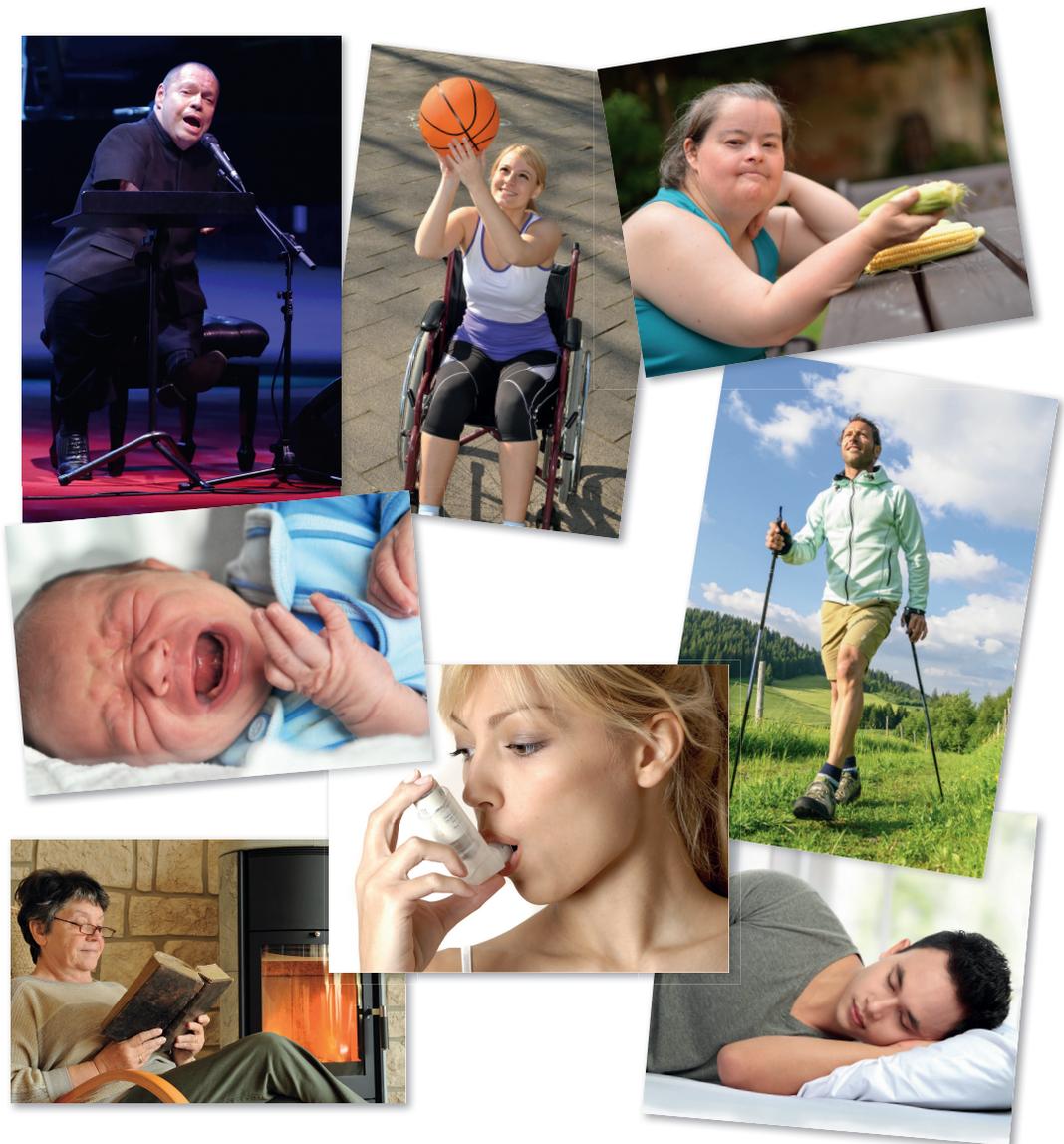


Bild 5.1 Woran erkennt man Gesundheit? Woran Krankheit?

Aufgaben

1. Betrachten Sie die Fotos und diskutieren Sie die Fragen:
 - a) Welche der abgebildeten Menschen sind Ihrer Meinung nach gesund und welche nicht?
 - b) Woran erkennen Sie, ob ein Mensch gesund oder krank ist?
2. Zeichnen Sie den Begriff „Gesundheit“ und erläutern Sie das Ergebnis in Ihrer Kleingruppe.

Die Gesundheitswissenschaften beleuchten den Begriff „Gesundheit“ aus verschiedenen Blickwinkeln. Dennoch – oder gerade deswegen – erweist es sich als schwierig, eine allgemeingültige Definition von „Gesundheit“ zu formulieren.

Die Weltgesundheitsorganisation (WHO) entwarf 1946 in ihrer Verfassung folgenden Vorschlag, der 1948 mit der offiziellen Gründung der WHO von den Mitgliedstaaten der Vereinten Nationen verabschiedet wurde und damit in Kraft trat:

„Constitution of the World Health Organization

Health is a state of complete physical, mental and social well-being and not merely the absence of disease or infirmity.

The enjoyment of the highest attainable standard of health is one of the fundamental rights of every human being without distinction of race, religion, political belief, economic or social condition.

Verfassung der Weltgesundheitsorganisation

Gesundheit ist ein Zustand vollkommenen körperlichen, geistigen und sozialen Wohlbefindens und nicht die bloße Abwesenheit von Krankheit oder Gebrechen.

Sich des bestmöglichen Gesundheitszustandes zu erfreuen, bildet eines der Grundrechte jedes menschlichen Wesens, ohne Unterschied der Rasse, der Religion, der politischen Anschauung und der wirtschaftlichen oder sozialen Stellung.“

(Weltgesundheitsorganisation unter www.who.int/en)

Noch bis in die Anfänge des 20. Jahrhunderts war Gesundheit weitgehend mit nicht vorhandenen Beeinträchtigungen und daraus resultierender Arbeitsfähigkeit gleichgesetzt worden. Deshalb fiel die Ausdehnung der WHO-Definition auf verschiedene Lebensbereiche besonders auf – zur Zeit der ersten Veröffentlichung noch stärker als heute.

- **Körperliche – somatische – Gesundheit:** Die körperlichen Vorgänge in den verschiedenen Organsystemen funktionieren störungsfrei, z. B. Atmung, Blutversorgung, Ausscheidung, Hormonproduktion.
- **Seelische – psychische – Gesundheit:** Der Mensch verfügt über die Fähigkeit, Probleme, Konflikte, Belastungen und Beeinträchtigungen erfolgreich zu bewältigen. Gefühle können wahrgenommen, geäußert und beeinflusst werden. Ein angemessenes Selbstbild sowie



Bild 5.2 WHO – World Health Organization: Koordinationsbehörde der Vereinten Nationen (UN) für das international öffentliche Gesundheitswesen mit Sitz in Genf (Schweiz).

eine realistische Wahrnehmung und Einschätzung der Umwelt tragen ebenfalls zum Zustand eines inneren Friedens bei.

- **Geistige – mentale – Gesundheit:** Die Vorgänge des Denkens laufen klar, geordnet und zusammenhängend ab.
- **Soziale Gesundheit:** Es können Beziehungen zu anderen Menschen aufgenommen, gestaltet, vertieft, aber auch beendet werden.

Die WHO-Definition wird häufig zitiert und gelegentlich auch kritisiert. Die Verfasser beschreiben einen Zustand als Ziel, der bei ehrlicher Betrachtung unrealistisch und unerreichbar erscheint. Sie stellen die Gesundheit als absoluten, statischen Zustand dar und vernachlässigen die Bandbreite zwischen den Polen „gesund“ und „krank“. Zudem verlagern sie die Beurteilung des Gesundheitszustands in die Wahrnehmung des betroffenen Menschen und entziehen sie damit in gewisser Weise einer objektiven Betrachtung.

Neben dieser politischen Definition existieren viele weitere Beschreibungsversuche. Sie blicken aus unterschiedlichen Perspektiven auf die Gesundheit (→ Bild 5.3).



Bild 5.3 Verschiedene Vorstellungen von Gesundheit.

Auch in wissenschaftlichen Theorien finden sich Vorstellungen von Gesundheit:

- *Gesundheit als das Schweigen der Organe*
 - *Gesundheit als erfolgreiche Überwindung von Störungen in einem biologischen System*
 - *Gesundheit als persönliche Stärke, mit körperlichen und psychischen Beeinträchtigungen umzugehen*
 - *Gesundheit als Leistungsfähigkeit bei der Erfüllung von gesellschaftlichen Anforderungen*
 - *Gesundheit als Fähigkeit einer Lebenskunst*
- (Hurrelmann, K.: Gesundheitssoziologie, 2006, S. 113)

Ebenso entwickelt jeder Mensch individuelle Vorstellungen von Gesundheit. Wenngleich sich diese Vorstellungen teilweise deutlich voneinander unterscheiden, so weisen diese Alltagsdefinitionen doch auch Gemeinsamkeiten auf. Zusammenfassend lassen sich folgende **Elemente des Gesundheitsbegriffs** benennen:

- **Subjektives Wohlbefinden:** Gesundheit wird gleichgesetzt mit dem persönlichen Gefühl

der Ausgeglichenheit, Zufriedenheit und inneren Ruhe.

- **Abwesenheit von Krankheit:** Gesundheit ist vorhanden, wenn keine beeinträchtigenden Beschwerden oder behandlungsbedürftigen Krankheiten vorliegen.
- **Lebensqualität:** Gesundheit ist unmittelbar an das Gefühl eines im weitesten Sinn angenehmen Lebens gebunden; negative Elemente dürfen durchaus vorhanden sein, aber nicht überwiegen.
- **Leistungsfähigkeit:** Gesundheit geht mit der Fähigkeit einher, die Anforderungen verschiedener Rollen z. B. in der Familie, am Arbeitsplatz und im Freundeskreis zu erfüllen und im sozialen Umfeld handlungsfähig zu bleiben.
- **Belastbarkeit:** Gesundheit bedeutet, Belastungen des Alltags erfolgreich zu begegnen, sie zu überwinden oder sich mit ihnen zu arrangieren.
- **Gebrauchsgut:** Gesundheit kann teilweise durch eigenes Verhalten herbeigeführt und in Grenzen sogar gekauft werden.

Aufgaben

1. Formulieren Sie die WHO-Definition mit eigenen Worten.
2. Überlegen Sie, welche wissenschaftlichen Konzepte von Gesundheit in den Zitaten auf S. 84 zum Ausdruck kommen.
3. Befragen Sie vier Personen außerhalb Ihrer Klasse nach ihrem Verständnis von Gesundheit. Ordnen Sie die Antworten den Elementen des Gesundheitsbegriffs zu.
4. Überlegen Sie, inwiefern sich das Verständnis von Gesundheit seit der Formulierung der WHO-Definition geändert hat. Formulieren Sie eine aktuelle Definition.

5.1 Gesundheits- und Krankheitsmodelle

Eine Definition beschreibt einen Sachverhalt allgemeingültig und ordnet ihn innerhalb seines Themengebietes ein. Um die Beziehung verschiedener Sachverhalte zueinander, ihre Zusammenhänge, Einflüsse und Auswirkungen darzustellen, werden vom Einzelfall losgelöste Theorien entwickelt. Sie sollen gezielte Fragestellungen unter wissenschaftlich anerkannten Bedingungen und mit wissenschaftlichen Methoden (→ Kapitel 4) beantworten.

Die Gesundheitswissenschaften beschäftigen sich unter anderem mit folgenden Fragestellungen:

- Wie entsteht Gesundheit?
- Wie entwickelt sich gesundheitsgerechtes Verhalten?
- Wie wirken sich bestimmte Lebens- und Arbeitsbedingungen auf die Gesundheit aus?

Die Kenntnis von Theorien erleichtert es, Entwicklungen zu beeinflussen und zu verändern, z. B. indem Maßnahmen durchgeführt werden, die zu einer Verbesserung der gesundheitlichen Situation bestimmter Personengruppen führen.

Viele Theorien lassen sich vereinfachen und als Modelle darstellen. Diese Modelle ermöglichen es dann, Einflüsse, Auswirkungen und Ergebnisse in anschaulicher Weise

- zu erkennen,
- darzustellen oder
- vorauszusagen.

In den Gesundheitswissenschaften sind folgende Modelle verbreitet:

- Biomedizinisches Krankheitsmodell (→ 5.1.1)
- Salutogenetisches Modell (→ 5.1.2)
- Anforderungen-Ressourcen-Modell (→ 5.2.1)
- Modell gesundheitlicher Überzeugungen (→ 5.2.2)
- Sozialkognitive Theorie (→ 5.2.3)
- Sozialkognitives Prozessmodell (→ 5.2.4)
- Konsensuelle Definition (→ 5.2.5)

5.1.1 Biomedizinisches Modell

Das biomedizinische Krankheitsmodell stellt ein für viele Bereiche bewährtes Modell zur Erklärung und Entwicklung von Krankheiten dar:

Bis zum Mittelalter sahen die Menschen nur wenige Möglichkeiten, den Verlauf von Gesundheit und Krankheit zu beeinflussen. Sie nahmen beides als von Gott gegeben hin. Mit dem Fortschritt der Naturwissenschaften erweiterten sich auch die Möglichkeiten, Krankheiten zu erkennen und zu behandeln. Die Medizin erforschte und entdeckte Zusammenhänge, die damals eine große Zahl von Krankheiten erklären konnten. Auf ihrer Grundlage konnten Therapiemöglichkeiten erprobt und die Heilungschancen deutlich verbessert werden.

Gemäß dem biomedizinischen Krankheitsmodell hat jede Krankheit eine bestimmte und erkennbare Ursache. Diese führt zu Veränderungen der Zellen oder des Stoffwechsels, aus denen dann im weiteren Verlauf subjektiv und objektiv erkennbare Anzeichen der Krankheit, die Symptome, resultieren. Ohne therapeutische Eingriffe schreitet die Krankheit kontinuierlich fort und verursacht weiter reichende Schädigungen und Beeinträchtigungen, möglicherweise bis hin zum Tod.

Das biomedizinische Modell beruht auf vier zentralen Annahmen:

- **Klarer Zusammenhang zwischen Ursache und Wirkung** auf der körperlichen Ebene. Jede Wirkung lässt sich auf eine beschreibbare Ursache zurückführen, und jede Ursache hat eine erkennbare Wirkung zur Folge.
- **Klar bestimmbare Grundschädigung**, die entweder in der Zelle lokalisiert ist, oder in der Fehlsteuerung mechanischer oder biochemischer Abläufe besteht.
- **Klare äußere Zeichen**, die für die Krankheit typisch sind. Diese Symptome können durch geschultes Personal erkannt werden.

12 Die Haut



Bild 12.1 Wohl an keinem anderen Organ lässt sich das Alter eines Menschen so schnell ablesen wie an der Haut.

Für Frau Kunkel, 85 Jahre alt, ist heute ein besonderer Tag: Sie hat Besuch von ihrem ersten Urenkel. Fünf Wochen ist der Kleine jetzt alt. Besonders fasziniert ist Frau Kunkel von seiner zarten und makellosen Haut und den dunklen weichen Haaren.

Wie sehr sich die Haut eines Menschen doch im Laufe der Jahre verändert: Ihre Haare sind weiß, die Haut ist faltig und trocken, mit vielen Altersflecken. Aber was macht die Haut nicht alles mit, ein ganzes Leben lang.

Aufgaben

1. Welchen Umwelteinflüssen ist Ihre Haut täglich ausgesetzt?
2. Beurteilen Sie die Haut Ihrer eigenen Hände und die anderer Personen aus Ihrem Umfeld hinsichtlich Beschaffenheit, Farbe, Spannungszustand. Protokollieren Sie Ihre Beobachtungen.
3. Recherchieren Sie Pflegegrundsätze gesunder Haut in verschiedenen Altersstufen.

Die **Haut** ist die äußere „Hülle“ des Menschen. Sie ist zwar sehr dünn, wiegt aber durch ihre große Fläche beim Erwachsenen mehrere Kilogramm (der „Durchschnittsmann“ hat eine Körperoberfläche von gut 1,7 m²).

Die Haut besteht aus Ober- und Lederhaut, welche die Haut im engeren Sinne bilden, und der Unterhaut. Hinzu kommen die Hautdrüsen, Haare und Nägel als Hautanhangsgebilde.

Die Haut schützt den Körper vor vielerlei Umwelteinflüssen, verhindert das Eindringen von Krankheitserregern und bewahrt den Körper vor dem Austrocknen und Auskühlen. Außerdem nimmt sie Tast-, Druck-, Schmerz-, Kälte- und Wärmereize auf.

12.1 Die Hautschichten

12.1.1 Die Oberhaut

Äußerste Hautschicht ist die **Oberhaut**, auch Epidermis genannt. Sie ist 0,1 – 0,5 mm dick. Nur an den stark beanspruchten Fußsohlen und in den Handinnenflächen ist sie mit etwa 0,8 – 1,5 mm etwas dicker.

Die Oberhaut besteht aus mehreren Schichten. Sie erneuert sich ständig. Die Zellen entstehen bei der Zellteilung in den untersten Zelllagen der Oberhaut, der **Basalzellschicht**. Die neuen Zellen drücken die älteren nach außen in Richtung Hautoberfläche.

In der Basalzellschicht liegen außerdem **Melanocyten**, die den dunkelbraunen Farbstoff **Melanin** bilden. Er schützt vor intensiven Sonnenstrahlen, vor allem UV-Strahlen. Über wie viel Melanin ein Mensch verfügt, hängt vom Hauttyp ab sowie von der augenblicklichen Sonneneinstrahlung. Je dunkler die Haut ist, desto mehr Melanin ist vorhanden. Abwehrzellen schützen vor dem Eindringen von Krankheitserregern. Spezialisierte Zellen und freie Nervenendigungen nehmen Berührung, Druck, Juckreiz, Schmerz, Hitze und Kälte wahr. Nicht zuletzt kann in der Basalzellschicht bei genug Sonnenlicht eine Vorstufe des Vitamin D gebildet werden.

Zur Oberfläche hin verhornen die Zellen, sterben ab und bilden an der Hautoberfläche die **Hornschrift**, eine mechanische Barriere zur Außenwelt. Die Oberhaut ist also ein mehrschichtiges verhorntes

Plattenepithel. Schließlich lösen sich die Zellüberreste als weißliche **Hornschuppen** von der Hautoberfläche ab. Durchschnittlich 28 Tage dauert es, bis eine neu gebildete Zelle abgestoßen wird.

12.1.2 Die Lederhaut

Unter der Oberhaut liegt die etwa 1 mm dicke **Lederhaut** (Korium). Sie ist durch zapfenartige Vorstülpungen, die **Papillen**, mit der Oberhaut verzahnt.

Die Lederhaut enthält Blutgefäße (und damit Abwehrzellen), Talgdrüsen, Nerven und **Tastkörperchen** zur Wahrnehmung von Berührungen. Durch ihre Bindegewebsfasern ist die Lederhaut gleichzeitig reißfest und elastisch. Das Bindegewebe der Lederhaut ist ein guter Flüssigkeitsspeicher. Dadurch hat die Haut immer einen gewissen Spannungszustand. Bei Wassermangel nimmt die **Hautspannung** (Hautturgor) ab, die Haut wird faltig. Ober- und Lederhaut bilden zusammen die **Haut** (Kutis).

12.1.3 Die Unterhaut

Die **Unterhaut** (Subkutis) besteht vorwiegend aus Fettgewebe und lockerem Bindegewebe, das die Haut verschieblich macht. Darüber hinaus enthält sie Schweißdrüsen, Haarwurzeln und Tastkörperchen für Druck und Vibration.

Das Unterhautfettgewebe dient vor allem als Speichereffekt. An Bauch, Hüften und Gesäß können die Fettpolster bis zu 10 cm dick sein. Außerdem schützt das Unterhautfettgewebe aufgrund seiner schlechten Wärmeleitung als Isolationsfett den Körper vor dem Auskühlen.

12.1.4 Die Blut- und Nährstoffversorgung der Haut

Zahlreiche **Blutgefäße** versorgen Leder- und Unterhaut. Die nicht durchblutete Oberhaut erhält ihre Nährstoffe aus den haarfeinen Kapillaren der Lederhaut durch Diffusion.

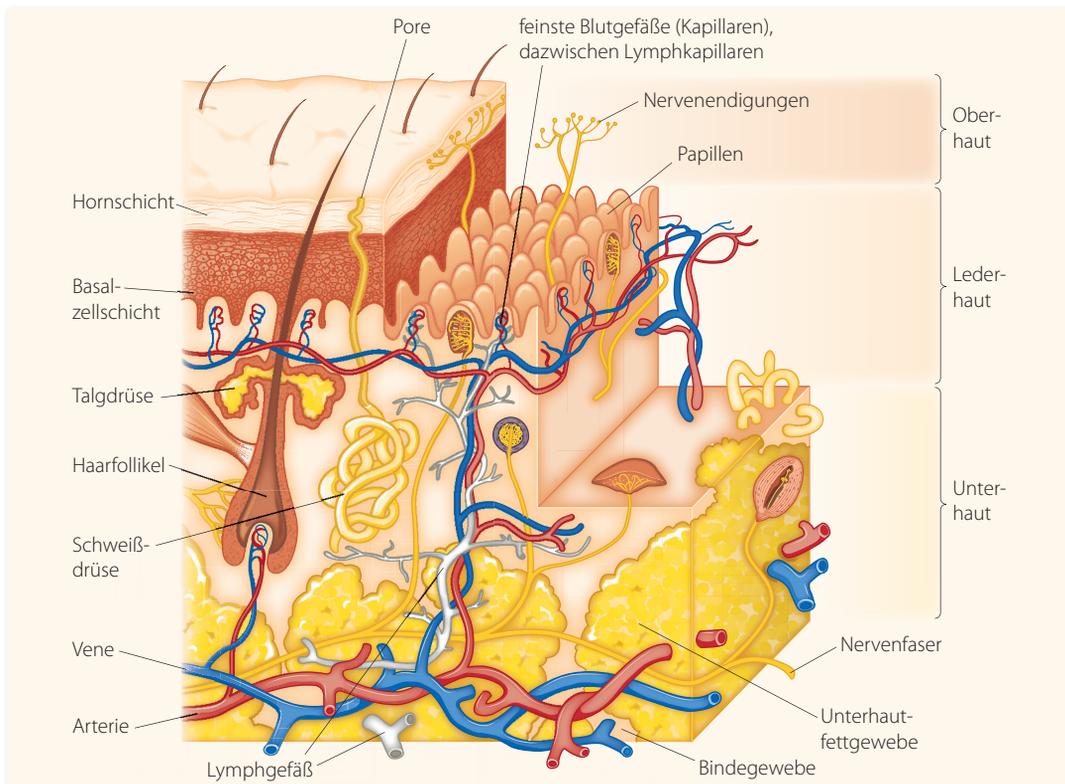


Bild 12.2 Die Haut besteht aus Oberhaut, Lederhaut und Unterhaut. Ober- und Lederhaut bilden dabei die Haut im engeren Sinne. Zur Haut gehören außerdem die Hautanhangsgebilde, also Drüsen, Haare und Nägel.

12.5 Internetadressen

Link	Beschreibung
www.gbe-bund.de	Gesundheitsberichterstattung – Themenhefte, November 2002: Informationen zur Schuppenflechte
www.krebsinformationsdienst.de/tumorarten/weitere-tumorarten/hautkrebs.php	Deutsches Krebsforschungszentrum: Informationen zu den verschiedenen Hautkrebsarten
www.ec.europa.eu/consumers/sectors/cosmetics/cosmetic-products/sunscreen-products/index_de.htm	Europäische Kommission: Gesundheit und Verbraucher – Informationen zu Sonnenschutzmitteln
www.bfr.bund.de/de/gesundheitsliche_bewertung_von_kosmetischen_mitteln-242.html	Bundesinstitut für Risikobewertung (BfR) – Gesundheitliche Bewertung von kosmetischen Mitteln

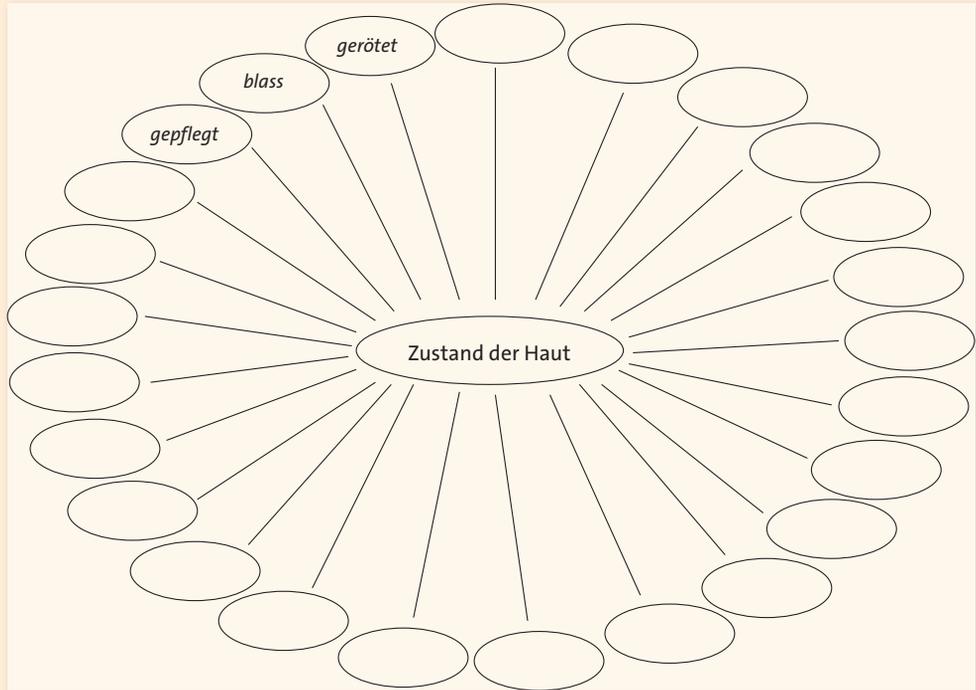
Aufgaben

- Erklären Sie, welche Bedeutung Melanozyten für Hauttyp und Hautfarbe haben.
- Erläutern Sie die Zusammensetzung sowie die Funktion des sog. „Säureschutzmantels“ der Haut.
- Mit einfachen „Experimenten“ lassen sich die folgenden Aufgaben/Funktionen der Haut im wahren Sinne des Wortes sichtbar bzw. spürbar machen:
 - Temperaturregulation, Schweißproduktion
 - Talgproduktion
 - Sinnesorgan
 Mit den folgenden Materialien können Sie den Nachweis der Funktionen erbringen:
 - 1 durchsichtige Plastiktüte
 - 1 Gummiband
 - Alufolie
 - Lupe
 - Tuch zum Verbinden der Augen
 - Schleifpapier unterschiedlicher Körnung

Ihre Aufgaben:

 - Probieren Sie die Materialien in Kleingruppen aus. Mit welchen Materialien lässt sich welche Funktion verdeutlichen? Entwickeln Sie selbst die entsprechenden Kurzanleitungen für die Experimente.
 - Tauschen Sie diese in Ihrer Lerngruppe aus und bewerten Sie, welche Anleitung zu den eindrucksvollsten Ergebnissen führt. Achten Sie bei der Formulierung der Anleitungen auf aussagekräftige und unmissverständliche Formulierungen.
- Sie sollen im Rahmen einer Informationsveranstaltung für pflegende Angehörige ein Kurzreferat (ca. 10 Min) halten. Ihr Thema lautet: „Dekubitusprophylaxe – die hohe Kunst der Pflege“.
 - Erarbeiten Sie eine Gliederung für die Umsetzung dieses Themas. Berücksichtigen Sie auch praktische Hinweise für die tägliche Pflegearbeit.
 - Halten Sie Ihren Kurzvortrag im Anschluss vor Ihrer Lerngruppe.
- Beschreiben Sie Krankheitsentstehung, Symptomatik und Hautpflege bei Neurodermitis.
- Vielen fällt es schwer, den Zustand oder das Aussehen (des Körpers, der Haut etc.) aussagekräftig zu beschreiben. Dies ist in den Berufsfeldern der Medizin und Pflege allerdings eine wichtige Fähigkeit. Den Zustand der Haut beispielsweise kann man auch mit treffenderen Adjektiven als nur „rot“, „komisch“ und „anders als sonst“ beschreiben.

Erstellen Sie in Ihren Unterlagen ein Wortfeld mit Adjektiven zum Zustand der Haut (S. 264). Nutzen Sie als Anregung die Beschreibungen von Hauterkrankungen in diesem Kapitel.



7. Es gibt noch andere Hauterkrankungen, von denen Sie sicher schon gehört haben.

a) Informieren Sie sich in geeigneter Fachliteratur zu den aufgelisteten Erkrankungen.

b) Übertragen Sie die Tabelle in Ihre Unterlagen und vervollständigen Sie sie mit den fehlenden Informationen.

Erkrankung	Ursache, Erreger	Aussehen, Beschreibung	Besonderheiten
Erysipel (Wundrose)	Streptokokken in der Lederhaut	Die Haut ist in einem scharf umgrenzten Gebiet leuchtend rot, oft druckschmerzhaft	Ist oft mit Fieber, Schüttelfrost und Kopfschmerzen verbunden
Abszess (Eitergeschwür)			
Follikulitis (eitrige Haarbalgentzündung)			
Furunkel (eitrige Entzündung von Haarfollikel und Talgdrüse)			
Nagelpilz			
Candidose (Soor)			

8. Informieren Sie sich über die Merkmale verschiedener Schweregrade von Verbrennungen sowie die Bedeutung der „Neuner-Regel“.
9. Die UV-Schutz-Verordnung dient dem Schutz der Nutzer von Solarien. Informieren Sie sich über die Einzelheiten der Verordnung und halten Sie Informationen zu folgenden Aspekten schriftlich fest:
 - Altersbeschränkung der Solariennutzer
 - Aufgaben, Pflichten und Qualifikation von Solarien-Fachpersonal
 - Informationspflichten gegenüber den Nutzern
10. Erklären bzw. übersetzen Sie die folgenden Fachbegriffe:
 - Technische Ausstattung der Geräte
 - Geltungsbereich der Verordnung
 - Kontrolle der Einhaltung der UV-Schutz-Verordnung
 - Epidermis
 - Dekubitus
 - Dermatomykose
 - Herpes zoster
 - Psoriasis
 - Basaliom
 - Melanom