

Klimasensible Gesundheitsberatung

Wie wir den Klimawandel in die Kommunikation mit Patient:innen einbinden können

Diese Folien wurden erstellt von **Alina Herrmann** und **Claudia Quitmann**.

Die Folien können unter Angabe folgender Quelle angepasst und verwendet werden: Herrmann und Quitmann (2024) – Foliensatz zur klimasensiblen Gesundheitsberatung

Grundlage dieses Foliensatzes ist das Mini-Modul „Klimasensible Gesundheitsberatung“, das für das Institut für Hausärztliche Fortbildung (IHF) e.V. erstellt wurde.

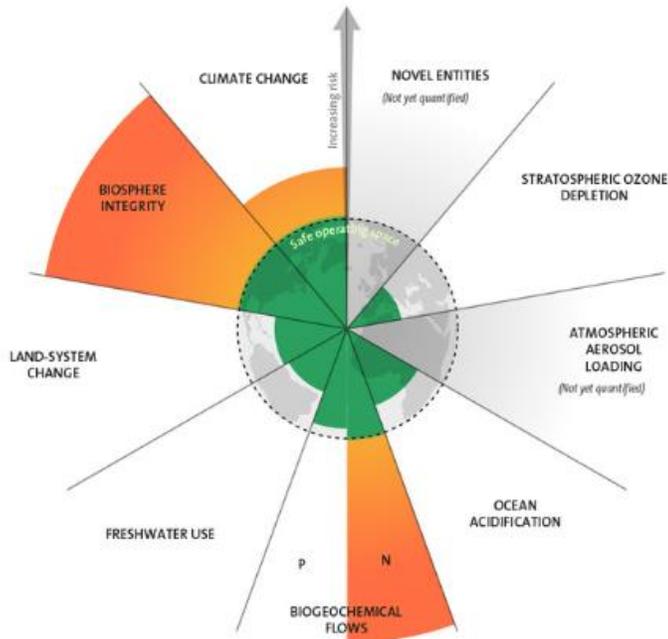
- 01** Klimawandel - ein Thema für Gesundheitsberufe?
- 02** Ziele der klimasensiblen Gesundheitsberatung
- 03** Inhalte der klimasensiblen Gesundheitsberatung
- 04** Methoden der klimasensiblen Gesundheitsberatung
- 05** Fallbeispiele für klimasensible Gesundheitsberatung

01

**Klimawandel – ein Thema für
Gesundheitsberufe?**

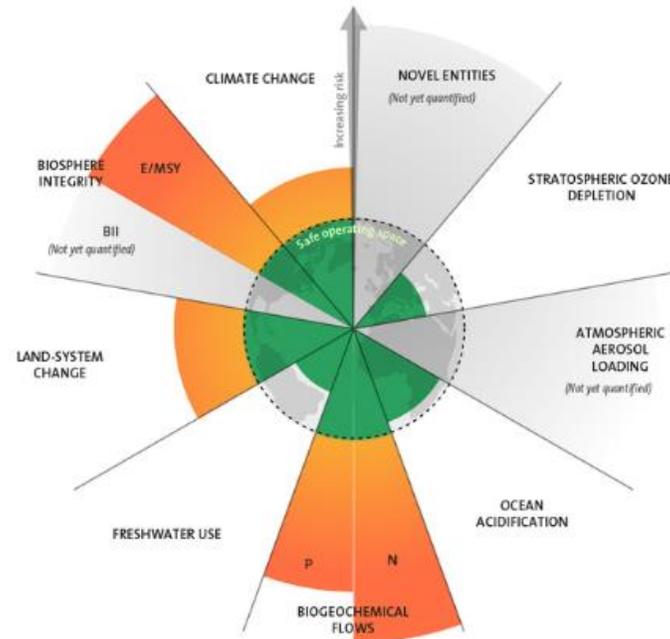
WIR ÜBERSCHREITEN MIT UNSEREM VERHALTEN PLANETARE GRENZEN UND VERLASSEN ZUNEHMEND DEN SICHEREN HANDLUNGSSPIELRAUM (GRÜNER BEREICH).

2009



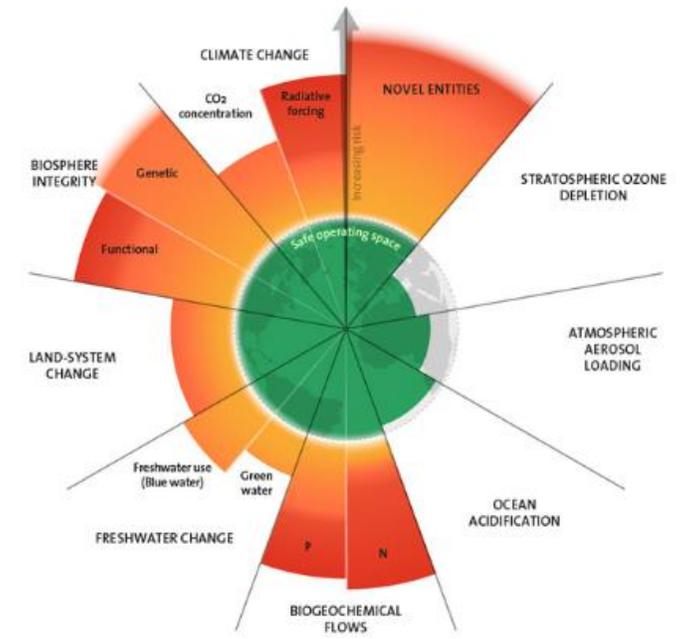
7 boundaries assessed,
3 crossed

2015



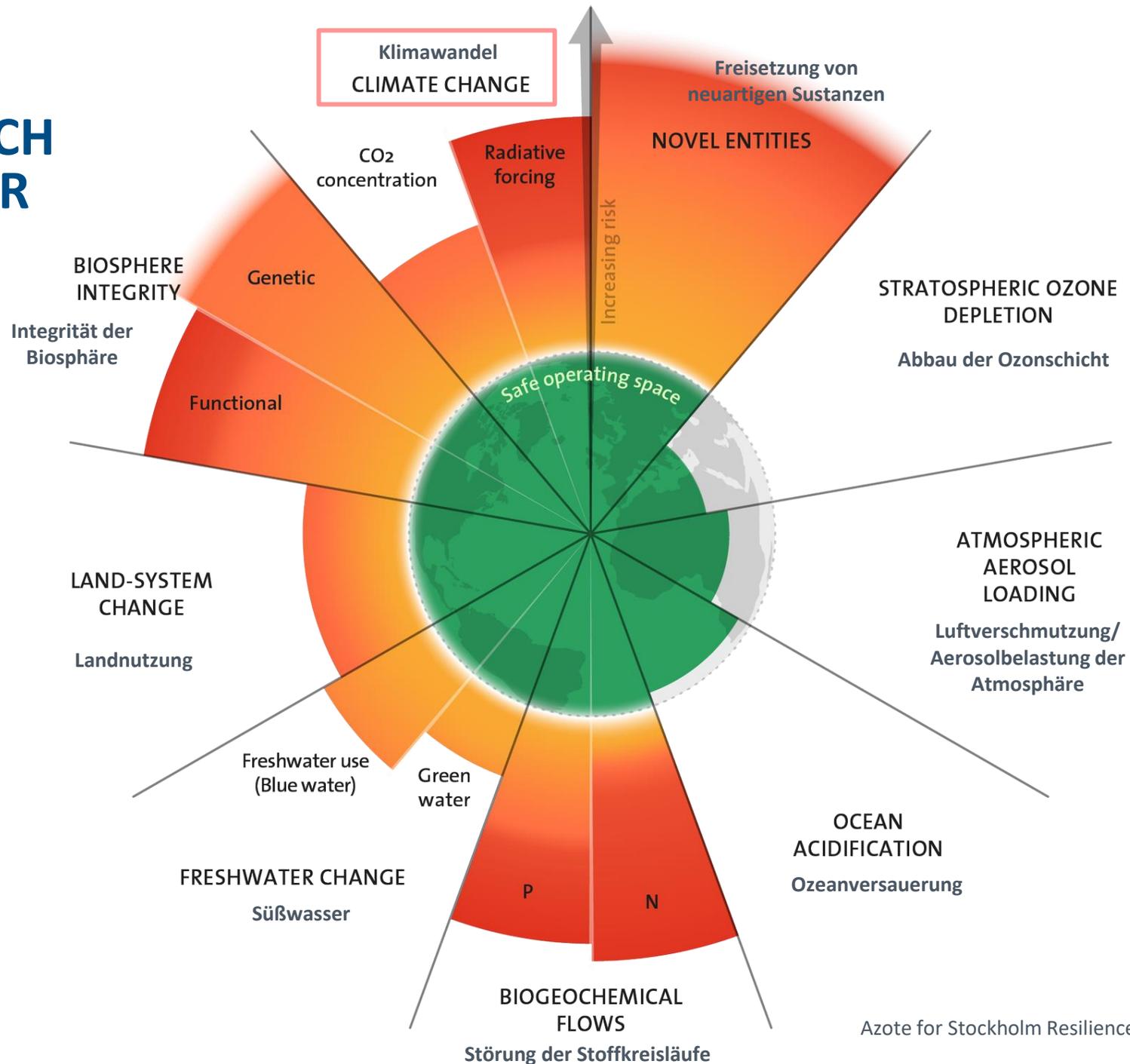
7 boundaries assessed,
4 crossed

2023

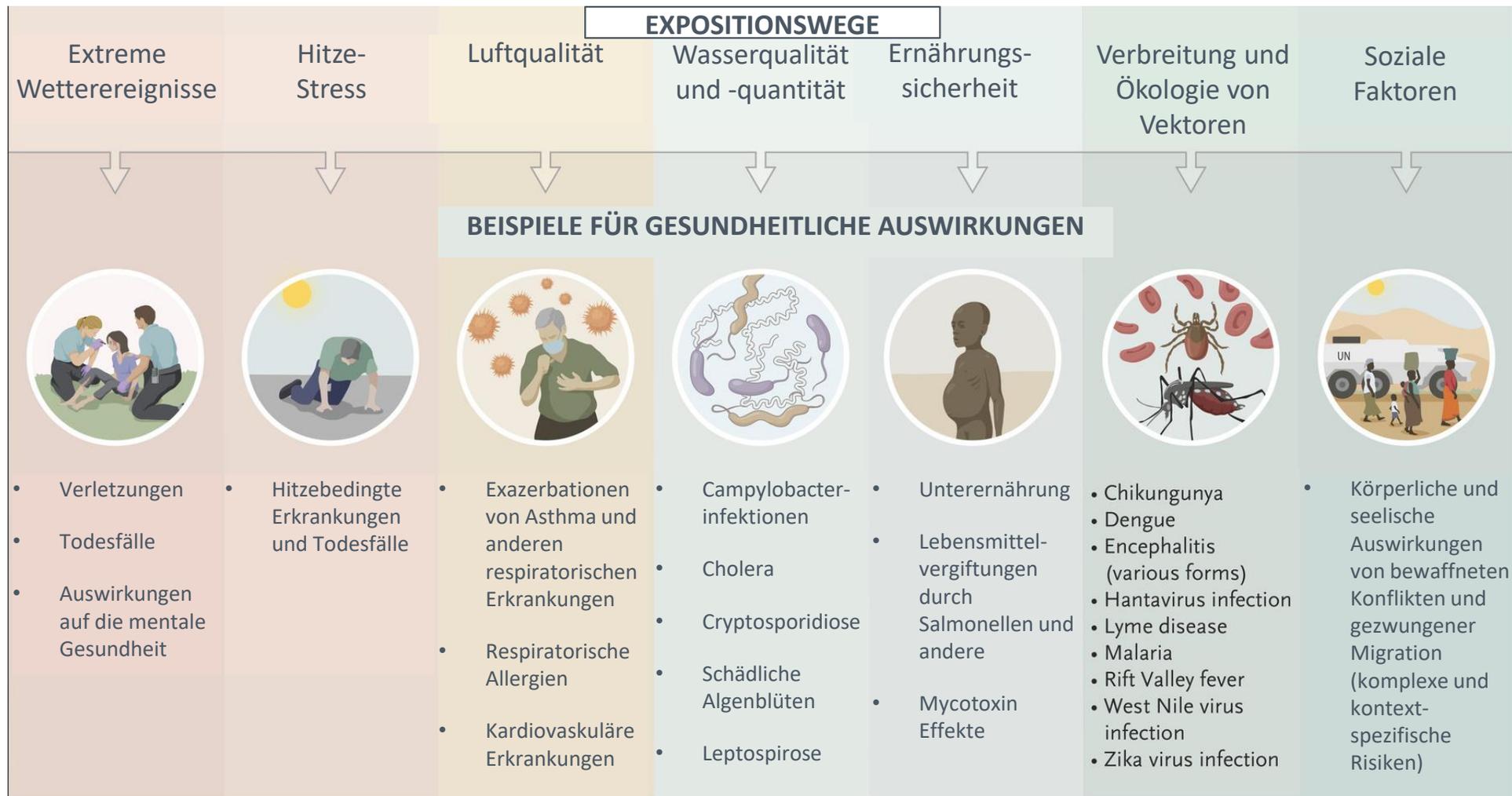


9 boundaries assessed,
6 crossed

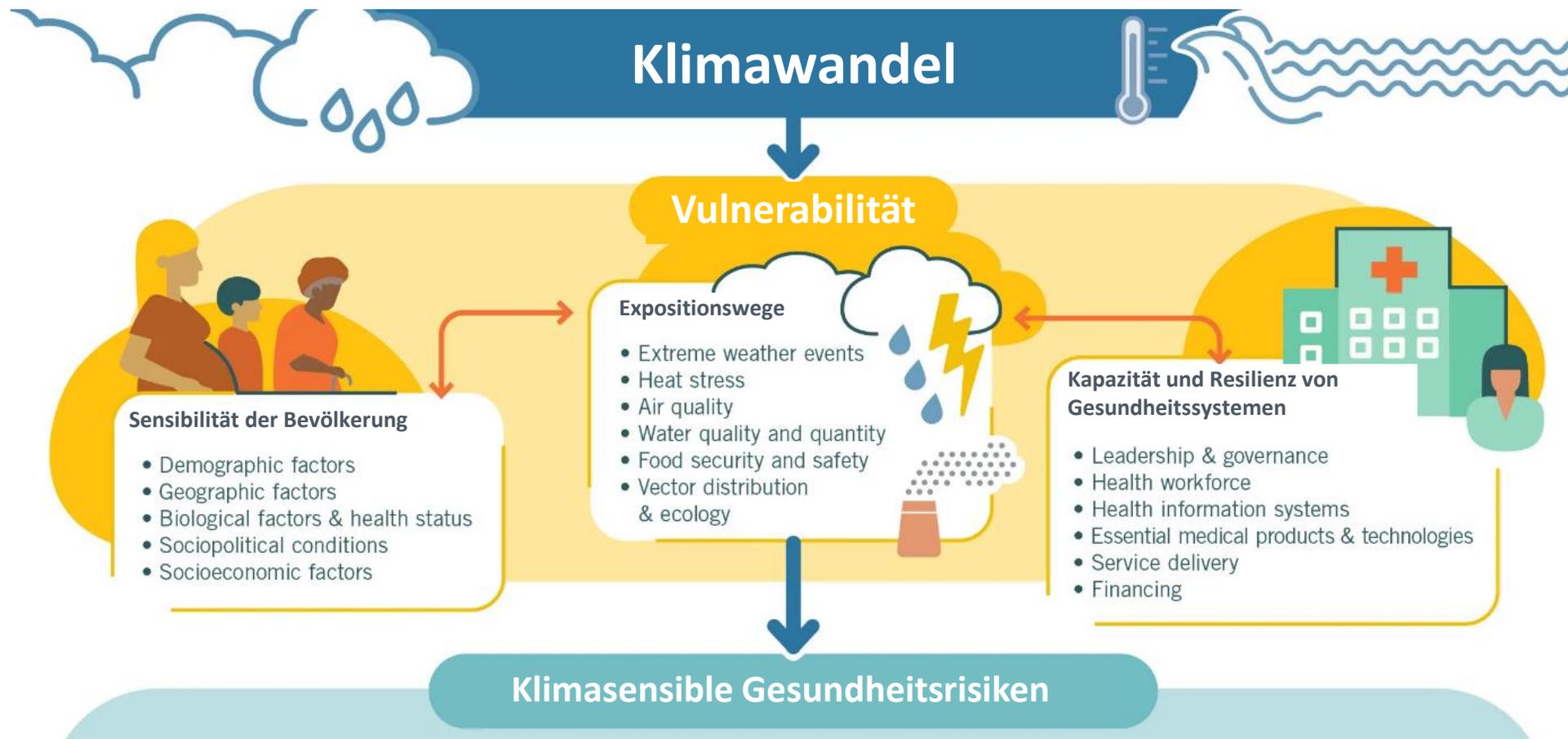
AKTUELLER ZUSTAND HINSICHTLICH PLANETARER GRENZEN



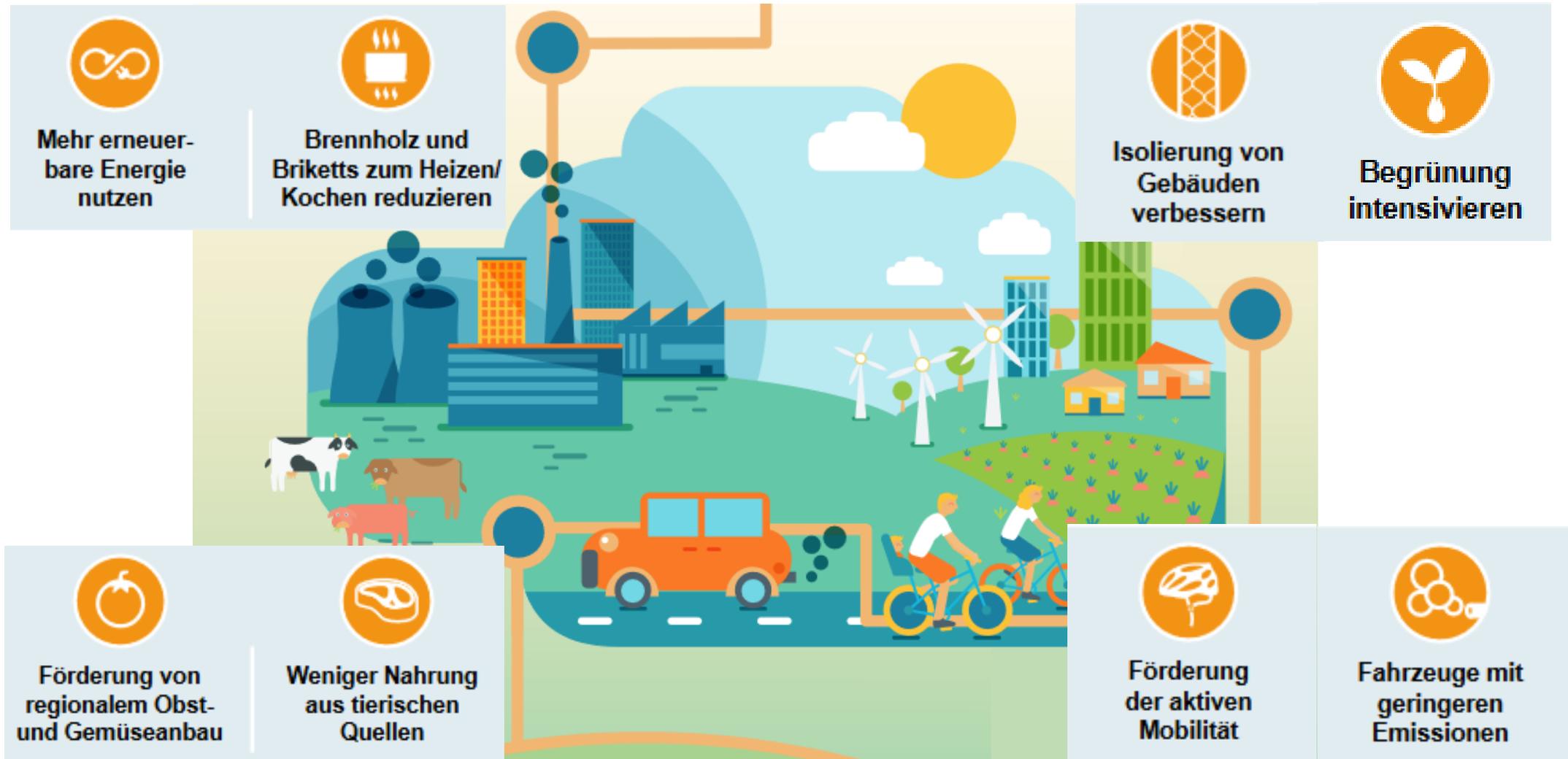
DER KLIMAWANDEL HAT NEGATIVE EFFEKTE AUF DIE GLOBALE GESUNDHEIT



DIE EIGENTLICHEN GESUNDHEITSRISIKEN WERDEN DURCH DIE INDIVIDUELLE VULNERABILITÄT BESTIMMT



IM KLIMASCHUTZ LIEGT ABER AUCH EINE CHANCE FÜR GESUNDHEITSFÖRDERUNG



WAS BEDEUTET DAS ALLES FÜR MICH ALS GESUNDHEITSBERUFLER:IN?



POSITIONSPAPIER DER DEGAM

Handlungsfelder für Hausärzt:innen

- 1) **Wissenserwerb in Aus-, Fort- und Weiterbildung:** Wissensvermittlung bezüglich der Zusammenhänge zwischen Klimawandel und Gesundheit in der Primärversorgung
- 2) **Gesundheitsschutz:** Identifikation von gefährdeten Bevölkerungsgruppen und verbesserte Versorgung in Bezug auf klimasensible Erkrankungen
- 3) **Präventionsberatung:** Beratung zu klimafreundlichen und gesunden Lebensstilen
- 4) **Grüner Gesundheitssektor:** Reduktion der Treibhausgasemissionen in der Primärversorgung und darüber hinaus.
- 5) **Advocacy:** Einflussnahme auf politische Prozesse durch berufliche und gesellschaftliche Funktion

Deutsche Gesellschaft für
Allgemeinmedizin und Familienmedizin



Positionspapier der AG Klimawandel und Gesundheit der DEGAM

Der Klimawandel ist die größte Bedrohung für die globale Gesundheit im 21. Jhd - Hausärzt*innen sind gefragt!

**Klimasensible Gesundheitsberatung →
Handlungsfelder “Gesundheitsschutz” und
“Präventionsberatung”**

Weitere Fachgesellschaften diverser
Gesundheitsberufe formulieren ähnliche
Handlungsfelder.

KLIMASENSIBLE GESUNDHEITSBERATUNG IST...



... die Integration von Themen rund um Klimawandel und Gesundheit in die Kommunikation zwischen Patient:innen und Gesundheitsberufler:innen.

DAS RAHMENWERK FÜR KLIMASENSIBLE GESUNDHEITSBERATUNG

ZIELE



Individuelle und öffentliche Gesundheit schützen und fördern
Wissen und Bewusstsein für Klimawandel und Gesundheit stärken
Klimaschutz und Lebensstiländerungen fördern

THEMEN-
FELDER



Gesundheitliche
Auswirkungen &
Anpassung



Gesunde & nach-
haltige Lebensstile



Klimaschutz &
politische Aspekte

KOMMUNIKATIONS-
STRATEGIEN

Strategien aus der
Gesundheitsberatung



Strategien aus der
Klimawandelkommunikation



Integration in die Versorgungsroutine

02 Ziele der klimasensiblen Beratung

DAS RAHMENWERK FÜR KLIMASENSIBLE GESUNDHEITSBERATUNG

ZIELE



Individuelle und öffentliche Gesundheit schützen und fördern
Wissen und Bewusstsein für Klimawandel und Gesundheit stärken
Klimaschutz und Lebensstiländerungen fördern

THEMEN-
FELDER



Gesundheitliche
Auswirkungen &
Anpassung



Gesunde & nach-
haltige Lebensstile



Klimaschutz &
politische Aspekte

KOMMUNIKATIONS-
STRATEGIEN

Strategien aus der
Gesundheitsberatung



Strategien aus der
Klimawandelkommunikation

Integration in die Versorgungsroutine

PRO UND CONTRA ZUR KLIMASENSIBLEN GESUNDHEITSBERATUNG



Pro

- Klimawandel als akute Bedrohung für die Gesundheit
 - Gesundheitsförderung, u.a. durch Information von Patient:innen als ärztliche Pflicht
 - Gesundheitsberufe in geeigneter Position, um über gesundheitliche Auswirkungen des Klimawandels aufzuklären
- Pro-Argumente in Literatur häufig genannt

Contra

- Klimawandel als zu politisiertes Thema → Ansprechen birgt Risiko therapeutische Beziehung und Vertrauen zu belasten
 - Formen der politischen Interessensvertretung durch Gesundheitsberufler:innen können ggf. unangemessen sein
- Contra-Argumente in Literatur selten genannt



Vorschläge zur Abmilderung der Contra-Argumente aus Literatur:

- Fokus auf gesundheitliche Auswirkungen des Klimawandels
- Unterscheidung zwischen persönlicher und professioneller Rolle
- Suche von Lösungen, die zu den Werten der Patient:innen passen

3 ZIELE DER KLIMASENSIBLEN GESUNDHEITSBERATUNG



1. Individuelle & öffentliche Gesundheit schützen & fördern
2. Wissen & Bewusstsein für Klimawandel & Gesundheit stärken
3. Klimaschutz & Lebensstiländerungen fördern

SELBSTREFLEKTION

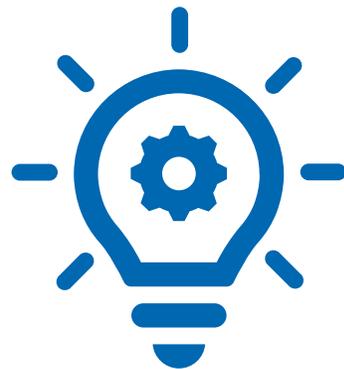
zu den Zielen der klimasensiblen Beratung

In einer qualitativen Studie von Alina Herrmann (unveröffentlicht) zeigte sich, dass die Haltung des Arztes/ der Ärztin zur Klimakrise entscheidend für die Durchführung einer klimasensiblen Gesundheitsberatung ist.

In den vorherigen Folien wurde eine Übersicht über Klimawandel und Gesundheit sowie die Ziele einer klimasensiblen Gesundheitsberatung gegeben.

Nehmt euch nun 5 bis 10 Minuten Zeit für eine Reflektion und Diskussion.

Dafür könnt ihr die Leitfragen auf der nächsten Folien nutzen.



REFLEKTION

zu den Zielen der klimasensiblen Beratung

- a) Teilst du die Ziele der klimasensiblen Beratung ? Worin erkennst du dich (nicht) wieder?
- b) Welches Ziel ist für dich am wichtigsten?
- c) Wie beurteilst du die Pro- und Contra-Argumente für klimasensible Gesundheitsberatung?
- d) Welche weiteren Argumente siehst du?

Was treibt mich an, klimasensible Gesundheitsberatung durchzuführen?

Was hält mich ab? (abgesehen von praktischen Aspekten)



1. Individuelle & öffentliche Gesundheit schützen & fördern
2. Wissen & Bewusstsein für Klimawandel & Gesundheit stärken
3. Klimaschutz & Lebensstiländerungen fördern

03 Inhalte der klimasensiblen Beratung

DAS RAHMENWERK FÜR KLIMASENSIBLE GESUNDHEITSBERATUNG

ZIELE



Individuelle und öffentliche Gesundheit schützen und fördern
Wissen und Bewusstsein für Klimawandel und Gesundheit stärken
Klimaschutz und Lebensstiländerungen fördern

THEMEN-
FELDER



Gesundheitliche
Auswirkungen &
Anpassung



Gesunde & nach-
haltige Lebensstile



Klimaschutz &
politische Aspekte

KOMMUNIKATIONS-
STRATEGIEN

Strategien aus der
Gesundheitsberatung



Strategien aus der
Klimawandelkommunikation

Integration in die Versorgungsroutine

Quitmann, C., Griesel, S., Nayna Schwerdtle, P., Danquah, I., & Herrmann, A. (2023). Climate-sensitive health counselling: a scoping review and conceptual framework. *The Lancet Planetary Health*, 7(7).

THEMENFELDER

Gesundheitliche Auswirkungen und individuelle Anpassung

Klimasensible Phänomene

- Hitze
- Luftverschmutzung
- Extremwetterereignisse
- UV-Strahlung

Klimasensible Erkrankungen & Vulnerabilität

- Kardiovaskuläre & respiratorische Erkrankungen
- Allergien
- Seelische Erkrankungen
- Infektionskrankheiten
- Hauterkrankungen



Gesunde und nachhaltige Lebensstile

- Ernährungsgewohnheiten
- Körperliche Aktivität
- Verbindung zur Natur
- Sonstiges Konsumverhalten



Klimaschutz und -politik

- Möglichkeiten zum Engagement für Klimaschutz
- Zusammenhang zwischen Verhalten, Politik und Klimawandel



BEISPIELE FÜR DIE AUFKLÄRUNG ÜBER GESUNDHEITLICHE AUSWIRKUNEN DES KLIMAWANDELS

“Der Klimawandel und die Luftverschmutzung werden durch dieselben Dinge verursacht - die Verbrennung fossiler Brennstoffe. Die dadurch verschlechterte Luftqualität kann Herz- und Lungenkrankheiten verschlimmern. Sie können sich davor schützen, wenn Sie zum Beispiel die Luftqualität im Blick behalten und stark befahrene Straßen meiden, wenn Sie sich sportlich betätigen.”

„Aufgrund des Klimawandels sind mehr Pollen in der Luft und das ist ein wichtiger Faktor, da Pollen Ihre Lungenerkrankung verschlimmern.“

“Aufgrund des Klimawandels gibt es in unserer Region jedes Jahr mehr heiße Tage, und die Hitze kann für Menschen mit Atemproblemen oder für ältere Menschen sehr belastend sein. Lassen Sie uns darüber sprechen, wie Sie sich darauf vorbereiten können und wie Sie sich bei Hitze schützen können.”



Direktes Ziel: Wissen & Bewusstsein für Klimawandel & Gesundheit stärken
Indirektes Ziel: Klimaschutz (& Lebensstiländerungen) fördern

THEMENFELDER

Gesundheitliche Auswirkungen und individuelle Anpassung

Klimasensible Phänomene

- Hitze
- Luftverschmutzung
- Extremwetterereignisse
- UV-Strahlung

Klimasensible Erkrankungen & Vulnerabilität

- Kardiovaskuläre & respiratorische Erkrankungen
- Allergien
- Mentale Gesundheit
- Infektionskrankheiten
- Hauterkrankungen



Gesunde und nachhaltige Lebensstile

- Ernährungsgewohnheiten
- Körperliche Aktivität
- Verbindung zur Natur
- Sonstiges Konsumverhalten



Klimaschutz und politische Aspekte

- Möglichkeiten zum Engagement für Klimaschutz
- Zusammenhang zwischen Verhalten, Politik und Klimawandel



WARUM IST EINE PFLANZENBASIERTE KOST GESUND?

Was spricht für pflanzliche Nahrungsmittel?

- Hoher Ballaststoffanteil
- Hohe Aufnahme an wichtigen Mikronährstoffen, wie Magnesium, Natrium, Folsäure, Vitamin C und E
- Häufig einhergehend mit geringerer Kalorienaufnahme → unterstützt häufig Gewichtsreduktion
- Geringere Aufnahme von gesättigten Fettsäuren, höhere Aufnahme gesunder ungesättigter Fettsäuren
- Aufnahme sekundäre Pflanzenstoffe, wie Carotinoide

Was spricht gegen einen hohen Konsum tierischer Produkte?

- Hoher Konsum von rotem Fleisch und verarbeitetem Fleisch → erhöhtes Risiko für Darmkrebs, kardiovaskulären Erkrankungen und Diabetes Typ 2
- Hoher Konsum tierischer Produkte: viel Cholesterin und gesättigten Fettsäuren → erhöhtes Risiko für kardiovaskuläre Erkrankungen

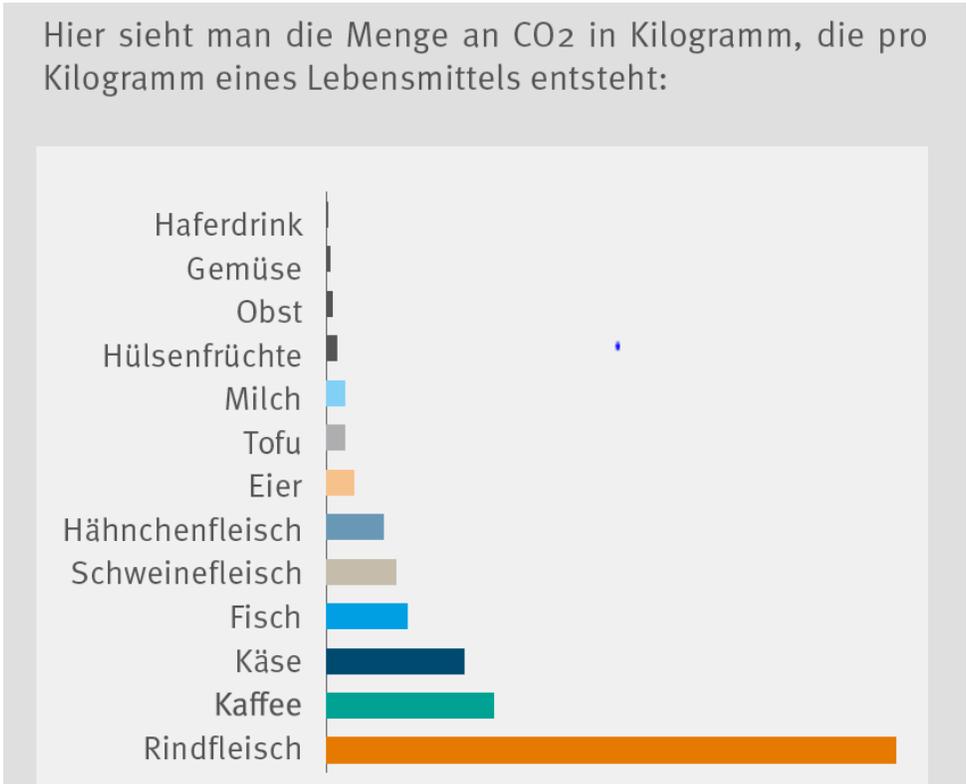
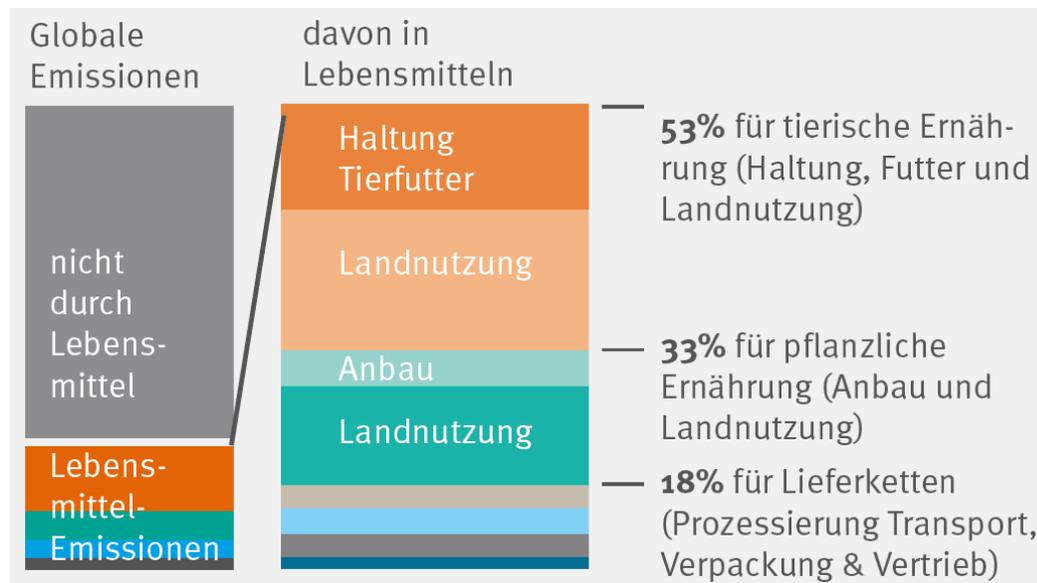
Es sollte stets auf eine ausgewogene und vielfältige Ernährung geachtet werden!

Abhängig von der Ernährungsweise muss besonders auf die Zufuhr bestimmter Nahrungsbestandteile geachtet werden, Beispiele:

- vegetarische Ernährung: Eisen
- fleischhaltige Ernährung: Ballaststoffe
- vegane Ernährung: Vitamin B12

WARUM HAT EINE PFLANZENBASIERTE KOST VORTEILE FÜR DIE UMWELT UND DAS KLIMA?

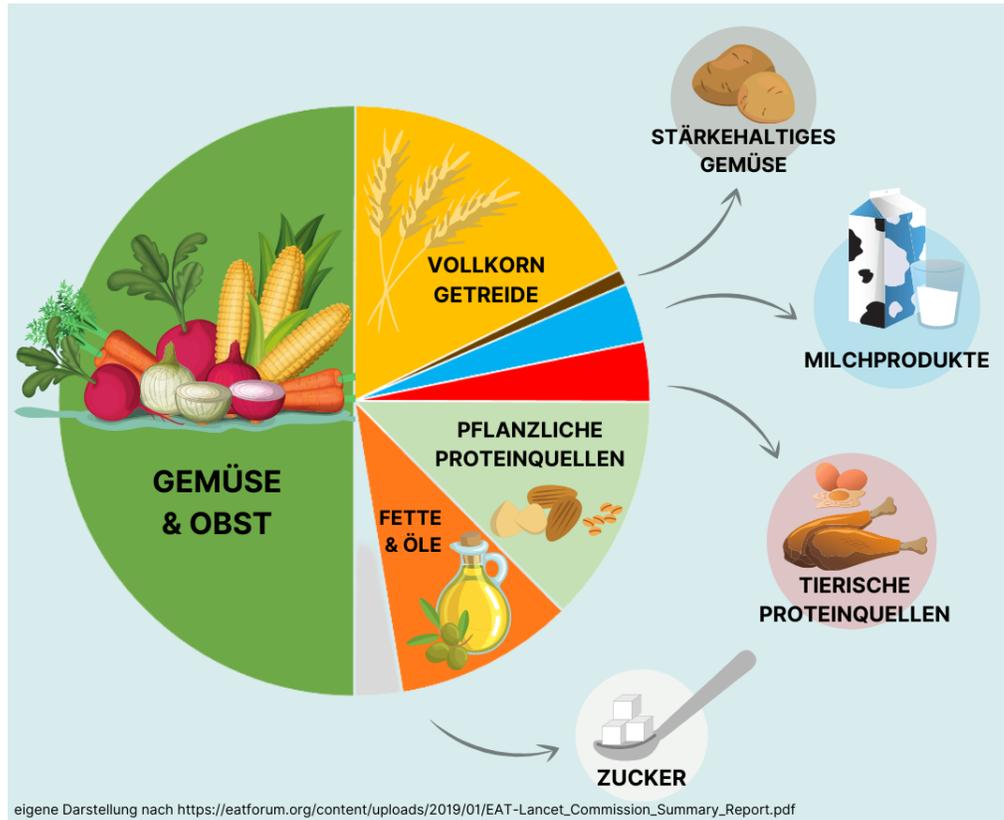
- Ca. 30 % aller menschengemachten Treibhausgasemissionen entstehen durch das Ernährungssystem → > 50% durch tierische Produkte
- Für Anbau- und Weideflächen werden intakte Wälder abgeholzt → so wird Bindung von CO2 reduziert und Artensterben begünstigt
 - Für Fleischproduktion deutlich mehr Soja o.ä. als für Herstellung pflanzenbasierter Produkte auf Sojabasis nötig
- Fleischproduktion hat enormen Wasserverbrauch (über 20% des individuellen Wasser-Fußabdrucks durchschnittlich für konsumierte Fleischprodukte)



Poore J, Nemecek T. Reducing food's environmental impacts through producers and consumers. *Science* 2018; 360(6392):987–92.
 A. Y. Hoekstra, M. M. Mekonnen, The water footprint of humanity. *Proc. Natl. Acad. Sci. U.S.A.* 109, 3232–3237 (2012). 10.1073/pnas.1109936109

DIE PLANETARY HEALTH DIET ALS GESUNDE UND KLIMAFREUNDLICHE OPTION

So sieht die Planetary Health Diet aus:



Empfohlene Menge in Gramm pro Tag (möglicher Spielraum)	Beispielportionen
Fleisch Rind/Schwein: 15 (0-30) Geflügel: 30 (0-60)	1 Steak + 2 Hähnchenschenkel in 14 Tagen
Fisch 30 (0-100)	1 Fischgericht pro Woche
Eier 13 (0-25)	1 Ei pro Woche
Milch 250 (0-500)	1 Glas Milch pro Tag oder 1 St. Käse pro Woche
Getreide 230	1 Teller Nudeln + 2 Scheiben Brot
Kartoffeln 50 (0-100)	1 Kartoffelgericht pro Woche
Obst 200 (100-300)	1 Apfel + 1 Hand voll Beeren
Gemüse 300 (200-600)	1 Salatteller
Hülsenfrüchte 75 (0-100)	1 Teller Linsensuppe oder 1 Liter Sojamilch
Nüsse/Samen 50 (0-75)	Etwa 1 Hand voll Nüsse/Samen pro Tag
Fett/öl gesättigt: 12 (0-12) ungesättigt: 40 (20-80)	2 EL Pflanzenöl + 5 Walnüsse + 5 St. Schokolade
Zucker 30 (0-30)	1 Glas Saft oder 4 Schokokekse

THEMENFELDER

Gesundheitliche Auswirkungen und individuelle Anpassung

Klimasensible Phänomene

- Hitze
- Luftverschmutzung
- Extremwetterereignisse
- UV-Strahlung

Klimasensible Erkrankungen & Vulnerabilität

- Kardiovaskuläre & respiratorische Erkrankungen
- Allergien
- Mentale Gesundheit
- Infektionskrankheiten
- Hauterkrankungen



Gesunde und nachhaltige Lebensstile

- Ernährungsgewohnheiten
- Körperliche Aktivität
- Verbindung zur Natur
- Sonstiges Konsumverhalten



Klimaschutz und politische Aspekte

- Möglichkeiten zum Engagement für Klimaschutz
- Zusammenhang zwischen Verhalten, Politik und Klimawandel



KLIMAANGST UND LÖSUNGSANSÄTZE

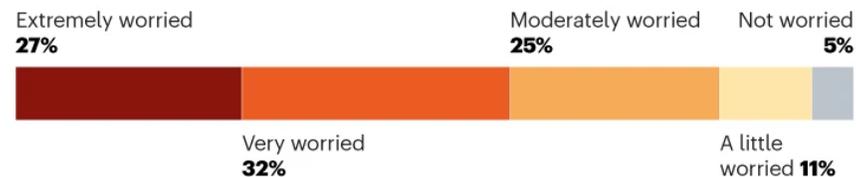
Was ist Klimaangst (engl. „Climate Anxiety“)?

- „Ängste im Zusammenhang mit der Wahrnehmung des Klimawandels, selbst bei Menschen, die persönlich keine direkten Auswirkungen erlebt haben.“ (Clayton, 2020)
- → Erwartung zukünftiger Betroffenheit löst Angst aus

CLIMATE ANXIETY

A survey of 10,000 young people shows that negative feelings about climate change can cause psychological distress.

How worried are you about climate change?



Was tun gegen Klimaangst?

- Individuelles mentales Wohlergehen fördern:
 - Achtsamkeitsübungen durchführen
 - Mit anderen über die eigene Klimaangst austauschen
 - Selbstwirksamkeit erfahren (z.B. durch Engagement im Bereich Klimaschutz) → Verbündete Suchen: gemeinsame Wirksamkeit erfahren
 - Verbundenheit zur Natur fördern
- Gesellschaftliche Bestrebungen für die Abschwächung des Klimawandels stärken

4

Methoden der klimasensiblen Beratung

DAS RAHMENWERK FÜR KLIMASENSIBLE GESUNDHEITSBERATUNG

ZIELE



Individuelle und öffentliche Gesundheit schützen und fördern
Wissen und Bewusstsein für Klimawandel und Gesundheit stärken
Klimaschutz und Lebensstiländerungen fördern

THEMEN-
FELDER



Gesundheitliche
Auswirkungen &
Anpassung



Gesunde & nach-
haltige Lebensstile



Klimaschutz &
Politische Aspekte

KOMMUNIKATIONS-
STRATEGIEN

Strategien aus der
Gesundheitsberatung



Strategien aus der
Klimawandelkommunikation

Integration in die Versorgungsroutine

KOMMUNIKATIONSSTRATEGIEN FÜR DIE KLIMASENSIBLE GESUNDHEITSBERATUNG



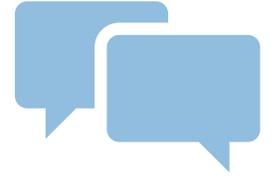
Strategien aus der Gesundheitsberatung

- Motivierende Gesprächsführung
- Patientenzentrierte Kommunikation
- Aktives Zuhören
- Gemeinsame Entscheidungsfindung
- Stärkenbasierter Ansatz
- Narrative Ansätze

Strategien aus der Klimawandelkommunikation

- Betonung der Co-Benefits für Klimaschutz und Gesundheit
- Klimawandel greifbar machen durch Verbindung zu Gesundheit & persönlichem Kontext
- Vorbild sein & authentisch handeln
- Schaffung von Raum für Gefühle rund um Klimawandel und Transformation

KOMMUNIKATIONSSTRATEGIEN FÜR DIE KLIMASENSIBLE GESUNDHEITSBERATUNG



Strategien aus der Gesundheitsberatung

- Motivierende Gesprächsführung
- Patientenzentrierte Kommunikation
- Aktives Zuhören
- Gemeinsame Entscheidungsfindung
- Stärkenbasierter Ansatz
- Narrative Ansätze

Strategien aus der Klimawandelkommunikation

- Betonung der Co-Benefits für Klimaschutz und Gesundheit
- Klimawandel greifbar machen durch Verbindung zu Gesundheit & persönlichem Kontext
- Vorbild sein & authentisch handeln
- Schaffung von Raum für Gefühle rund um Klimawandel und Transformation

Anliegen und Sorgen der/ des
Patient:in im Fokus

Behandler:innenn arbeiten gezielt
auf Auflösung von Ambivalenz hin

Motivational Interviewing ist „eine klientenzentrierte, direkte Methode zur Verbesserung der intrinsischen Motivation für eine Veränderung mittels der Erforschung und Auflösung von Ambivalenz“.

MOTIVATIONAL INTERVIEWING

Grundhaltungen und Anwendung in der klimasensiblen Gesundheitsberatung

Partnerschaftliche Beziehung

- Kommunikation auf Augenhöhe
 - KEINE Expert:innenrolle des Arztes/ der Ärztin
- Zuhören, welche eigene Gedanken der Patient/ die Patientin zu Klimawandel und Gesundheit hat.

Akzeptanz und Wertschätzung für die Sichtweisen des Patient:innen

- Patient:innenautonomie wahren
- Akzeptieren, wenn Patient:in nicht über Klimawandel sprechen möchte/ Nachhaltigkeitsziele keine Motivation für den Patienten/ die Patientin darstellen.

Anteilnahme am Leben von Patient:in

- Keine eigenen Interessen verfolgen
 - Bedürfnisse von Patient:in oberste Priorität einräumen
- Werte im Bereich Klima/ Nachhaltigkeit erfragen und Beratung daran orientieren

Änderungsmotivation von Patient:in explorieren

- Diskrepanzen von Werten sichtbar machen (z.B. Wunsch gesünder zu sein, sedentärer Lebensstil)
- Auch explorieren, ob positive Effekte der Verhaltensänderung für das Klima eine Motivation für den/ die Patient:in wären

CHANGE TALK ("SELBSTMOTIVIERENDE ÄUßERUNGEN") FÖRDERN

Vier-Felder-Entscheidungsmatrix soll dabei helfen, Vorteile und Nachteile eines Verhaltens zu visualisieren

Vorteile (Gewinn) des momentanen Verhaltens	Nachteile (Verlust) des momentanen Verhaltens
Nachteile (Verlust) des neuen Verhaltens	Vorteile (Gewinn) des neuen Verhaltens

KOMMUNIKATIONSMETHODEN

Mit besonderer Eignung für die klimasensible Beratung



Strategien aus der Gesundheitsberatung

- Motivierende Gesprächsführung
- Patientenzentrierte Kommunikation
- Aktives Zuhören
- Gemeinsame Entscheidungsfindung
- Stärkenbasierter Ansatz
- Narrative Ansätze

Strategien aus der Klimawandelkommunikation

- Betonung der Co-Benefits für Klimaschutz und Gesundheit
- Klimawandel greifbar machen durch Verbindung zu Gesundheit & persönlichem Kontext
- Vorbild sein & authentisch handeln
- Schaffung von Raum für Gefühle rund um Klimawandel und Transformation

STRATEGIEN AUS DER KLIMAWANDELKOMMUNIKATION

Manche dieser Strategien sind auch für den Patient:innenkontext sinnvoll



- Klimawandel sei weit weg und betreffe nur die Zukunft oder das andere Ende der Welt → „psychologischer Distanz“
- Ziel: Distanz verringern und gezielt beleuchten, welche Folgen die Erderhitzung bereits hier und heute hat

Bedeutung für den Patient:innenkontext:

- Wenn man ausgehend von dem Konsultationsanlass der Patient:innen (Hitzewelle, früher Allergiebeginn o.ä.) auf den Klimawandel zu sprechen kommt, ist die konkrete Betroffenheit klar.

STRATEGIEN AUS DER KLIMAWANDELKOMMUNIKATION

Manche dieser Strategien sind auch für den Patient:innenkontext sinnvoll



- „Auf den gewohnten Lebensstil zu verzichten, löst Widerstand und so etwas wie Abschiedsschmerz aus [...].“
- „Es macht viele Menschen traurig, wenn Tier- und Pflanzenarten aussterben, geliebte Orte verschwinden. „
- → „Solche Gefühle zuzulassen und zu verarbeiten, ist schwierig und braucht Zeit. Aber darin liegt auch eine Chance für wirkungsvolle Kommunikation.“

Bedeutung für den Patient:innenkontext:

- manchen Patient:innen tut es gut, über ihre Sorgen und Ängste bezüglich des Klimawandels sprechen zu können.
- Ängste und Trauer nicht kleinreden, sondern diese auch zulassen

WIE KANN ICH KLIMASENSIBLE GESUNDHEITSBERATUNG FÜR PATIENT:INNE ANGEMESSEN GESTALTEN?

- **Bezug zur Gesundheit**, idealerweise zum **individuellen Gesundheitsanliegen**
- **Patientenzentriert kommunizieren**: Einstellungen, Werte und aktuellen bio-psycho-sozialen Kontext der Patient:innen berücksichtigen
- **Flexiblen Zeitrahmen wählen**: Mit kurzen Botschaften beginnen, bei Interesse ggf. tiefergehendes Gespräch führen
- **Authentisch handeln**: im eigenen Leben für Klimaschutz einsetzen
- **Auf Augenhöhe sprechen**, eigene Gedanken und Gefühle zum Klimawandel teilen und Bereitschaft zeigen, von Patient:innen zu lernen
- Fakten zu Klimawandel und Gesundheit **politisch neutral vermitteln**, Gespräch nicht übermäßig politisch gestalten
- Gemeinsame Verantwortung für den Klimawandel anerkennen, **Auslösen von Schuld- und Schamgefühlen vermeiden**

IMPLIZITE VS. EXPLIZITE KLIMASENSIBLE GESUNDHEITSBERATUNG: (NICHT) BENENNEN VON KLIMAWANDEL

Kommunikationsbeispiel: Klimasensible Beratung zu Ernährungsgewohnheiten

Aussage Patient	Herr M.: „Der Herzinfarkt war wirklich ein Weckruf für mich. Ich habe schon länger überlegt etwas an meiner Ernährung zu ändern. Jetzt wäre ich bereit dazu. Können Sie mir da weiterhelfen?“	
Implizit vs. explizit	Implizit (ohne Benennung von Klimaaspekten)	Explizit (mit Benennung von Klimaaspekten)
Gesprächs- verlauf	<p>Nach einer genaueren Anamnese zum Ernährungsverhalten fällt der hohe Konsum von Fleisch, Käse und Butter in Verbindung mit einer hohen Kalorienzufuhr auf.</p> <p>Hausarzt/-ärztin: Ein Ansatzpunkt bei Ihnen wäre, insgesamt mehr Gemüse, Obst und Vollkornprodukte zu essen. Dies entspricht auch den Empfehlungen der Deutschen Gesellschaft für Ernährung. Danach sollte nur an wenigen Tagen in der Woche Fleisch und Wurst gegessen werden. Linsen, Pilze und Nüsse sind z.B. gute pflanzliche Eiweißquellen. Das wäre dann auch gut für Ihr Herz. Ist das ein Bereich, in dem Sie sich vorstellen könnten, Ihre Ernährung umzustellen?“</p>	<p>Hausarzt/-ärztin: Siehe Gesprächsverlauf bei „Implizit“. Dann:</p> <p>Herr M.: „Ja, das könnte ich mir schon vorstellen. Meine Tochter ist ja Vegetarierin, ich glaube vor allem wegen des Klimas. Das habe ich aber noch nie so recht verstanden... “</p> <p>Hausarzt/-ärztin: „Ja, da hat Ihre Tochter schon recht. Tatsächlich entstehen in der Produktion von Wurst, Fleisch und Milchprodukten deutlich mehr Treibhausgase als bei der Produktion von pflanzlichen Lebensmitteln. Insofern ist diese Art der Ernährung nicht nur gut für ihr Herz, sondern auch dafür, den Klimawandel so abzumildern, dass alle Menschen gut auf unserer Erde leben können.“</p>



Ziel: Klimaschutz & Lebensstiländerungen fördern



Ziel: Klimaschutz & Lebensstiländerungen fördern



Zusätzliches Ziel: Wissen & Bewusstsein für Klimawandel & Gesundheit stärken

DAS RAHMENWERK FÜR KLIMASENSIBLE GESUNDHEITSBERATUNG

ZIELE



Individuelle und öffentliche Gesundheit schützen und fördern
Wissen und Bewusstsein für Klimawandel und Gesundheit stärken
Klimaschutz und Lebensstiländerungen fördern

THEMEN-
FELDER



Gesundheitliche
Auswirkungen &
Anpassung



Gesunde & nach-
haltige Lebensstile



Klimaschutz &
Politische Aspekte

KOMMUNIKATIONS-
STRATEGIEN

Strategien aus der
Gesundheitsberatung



Strategien aus der
Klimawandelkommunikation



Integration in die Versorgungsroutine

Quitmann et al., unpublished

WAS BEDEUTET DAS FÜR MICH?

In welchen Situationen könnte ich klimasensibel beraten?

Auslösende Situation/ Beschwerdebild

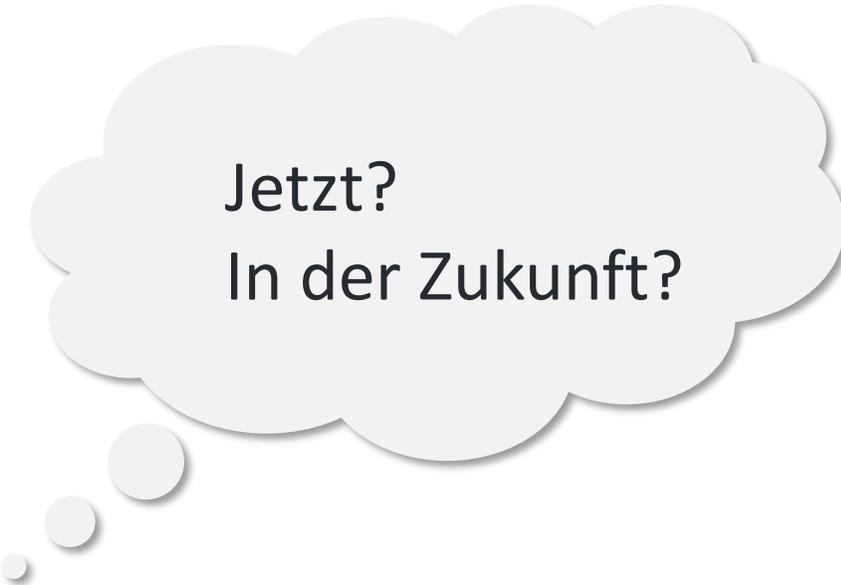
Anamnese

Untersuchung, Diagnose-/ Risiko- & Prognoseerstellung

Therapie

Weiteres

So konkret wie möglich überlegen!

A light gray thought bubble with a drop shadow, containing the text 'Jetzt?' and 'In der Zukunft?'. Three smaller circles of increasing size lead from the bottom left of the bubble towards the main bubble.

Jetzt?
In der Zukunft?

INTEGRATION DER KLIMASENSIBLEN GESUNDHEITSVERSORGUNG IN VERSORGUNGSABLÄUFE

Auslösende Situation/ Beschwerdebild

- Herz-Kreislauf-Erkrankungen
- Muskuloskelettale Erkrankungen
- psychische Erkrankungen
- Primär- & Sekundärprävention

Anamnese

- Soziale, psychische, umweltbedingte Kontextfaktoren
- Lebensstilfaktoren
- Vorerkrankungen

Untersuchung, Diagnose-/ Risiko- & Prognose- erstellung

- Lebensstilbedingte Erkrankungen
- Klimasensible Erkrankungen

Therapie

- Lebensstiländerungen motivieren und begleiten
- Anpassung klimasensibler Erkrankungen fördern
- Klimasensible Verschreibung (Inhalatoren)

Weiteres

- Ausgabe von Informationsmaterialien
- Verstärkung hausärztlicher Betreuung

05

Fallbeispiel der klimasensiblen Beratung

DER 63-JÄHRIGE HERR M. ...

Vorerkrankungen:

- Z.n. Myokardinfarkt
- Herzinsuffizienz (NYHA Stadium I)
- Hypertonus
- Hypercholesterinämie
- Adipositas Grad I
- Z.n. Exzision eines dysplastisch veränderten Nävuszellnävus
- Z.n. Radiusfraktur

Sonstiges

- Ex-Raucher (40 pack-years, seit Myokardinfarkt Jahren abstinent)
- gelegentlich Alkohol (3 Bier (0,5l) / Woche)
- Lebt mit seinem Partner
- Leiter einer Spedition, großer beruflicher Stress, aber über Beruf gerne aus

Physiotherapie: Der Patient stellt sich heute am ersten Tag seiner Reha nach seinem ersten Myokardinfarkt vor.

oder

Allgemeinmedizin: Der Patient stellt sich heute bei Ihnen im Anschluss an seine Reha nach seinem ersten Myokardinfarkt vor.

Welche Themenfelder der KSGB könnten für Herrn M. aufgrund seiner Vorerkrankungen potentiell relevant sein?

DAS RAHMENWERK FÜR KLIMASENSIBLE GESUNDHEITSBERATUNG

ZIELE



Individuelle und öffentliche Gesundheit schützen und fördern
Wissen und Bewusstsein für Klimawandel und Gesundheit stärken
Klimaschutz und Lebensstiländerungen fördern

THEMEN-
FELDER



Gesundheitliche
Auswirkungen &
Anpassung



Gesunde & nach-
haltige Lebensstile



Klimaschutz &
politische Aspekte

KOMMUNIKATIONS-
STRATEGIEN

Strategien aus der
Gesundheitsberatung



Strategien aus der
Klimawandelkommunikation



Integration in die Versorgungsroutine

WELCHE THEMENFELDER KÖNNTEN FÜR HERRN M. AUFGRUND SEINER VORERKRANKUNGEN RELEVANT SEIN?

Gesundheitliche Auswirkungen des Klimawandels und Anpassungsmöglichkeiten:

- **Kardiovaskuläre Erkrankungen:** Herr M. weist mehrere kardiovaskuläre Risikofaktoren auf (Z.n. Myokardinfarkt, NYHA Stadium I), daher sind Risiken durch extreme Hitzeereignisse, die durch den Klimawandel zunehmen, für Herrn M. relevant. Er sollte darauf hingewiesen werden, wie er sich vor Hitze schützen kann.
- **Dermatologische Erkrankungen:** Bei Herrn M. ist ein Z.n. Exzision eines dysplastisch veränderten Nävuszellnävus bekannt. Folglich sollte er auf das erhöhte Risiko für Schädigungen durch UV-Strahlung hingewiesen werden, das durch den Klimawandel entsteht

Gesunde und nachhaltige Lebensstile:

- Ernährungsgewohnheiten (stärker pflanzlich-basierter Ernährung) und Mobilitätsverhalten (aktive Mobilität (zu Fuß, Fahrrad)) aufgrund seines kardiovaskulären Risikoprofils
- Verbundenheit mit Natur: Zeit in der Natur zu verbringen kann zu einer Stressreduktion und Reduktion des Blutdrucks beitragen

IMPLIZITE VS. EXPLIZITE KSGB

Herr M. beschreibt den Myokardinfarkt als „Weckruf“. Er habe seitdem keine Zigarette mehr geraucht und erkundigt sich nun nach einem insgesamt gesünderem Lebensstil.

Patient Hr. M.: „Überall hört man immer Ernährungstipps. Wie soll man da noch wissen, was gesund ist. Haben Sie da Hinweise für mich?“

Wie könnte implizite bzw. explizite KSGB aussehen?

Welche Ziele werden dann jeweils verfolgt?

	Implizit	Explizit mit Betonung von Co-Benefits
Aussage Herr M.	„Überall hört man immer Ernährungstipps. Wie soll man da noch wissen, was gesund ist. Haben Sie da Hinweise für mich?“	
Gesprächsverlauf	<p>Nach einer genaueren Anamnese zum Ernährungsverhalten, fällt der hohe Konsum von Fleisch, Käse und Butter in Verbindung mit einer hohen Kalorienzufuhr auf.</p> <p>Hausarzt/-ärztin: Ein Ansatzpunkt bei Ihnen wäre sicher insgesamt mehr Gemüse, Obst und Vollkornprodukte zu essen. Dies entspricht auch den Empfehlungen der Deutschen Gesellschaft für Ernährung. Danach sollte nur an wenigen Tagen in der Woche Fleisch und Wurst essen. Linsen, Pilze und Nüsse sind z.B. gute pflanzliche Eiweißquellen. Das wäre dann auch gut für Ihr Herz. Ist das ein Bereich, in dem Sie sich vorstellen könnten, Ihre Ernährung umzustellen?“</p>	<p>Hausarzt/-ärztin: Siehe Gesprächsverlauf bei „Implizit“. Dann:</p> <p>Patient Hr. M.: „Ja, das könnte ich mir schon vorstellen. Meine Tochter ist ja Vegetarierin, ich glaube vor allem wegen des Klimas und so. Das habe ich aber noch nie so recht verstanden...“</p> <p>Hausarzt/-ärztin: „Ja, da hat Ihre Tochter schon recht. Tatsächlich entstehen in der Produktion von Wurst, Fleisch und Milchprodukten deutlich mehr Treibhausgase als bei der Produktion von pflanzlichen Lebensmitteln und es werden viel mehr Flächen verbraucht. Insofern ist diese Art der Ernährung nicht nur gut für ihr Herz, sondern auch dafür, den Klimawandel so abzumildern, dass alle Menschen gut auf unserer Erde leben können.“</p>
Angestrebte Ziele	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Individuelle Gesundheit fördern ➤ Klimaschutz fördern 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Individuelle Gesundheit fördern ➤ Klimaschutz fördern ➤ Wissen und Bewusstsein bezüglich Klimawandel stärken

IMPLIZITE VS. EXPLIZITE KSGB

Patient Hr. M.: „Der Herzinfarkt war wirklich ein Weckruf für mich. Ich habe schon länger überlegt etwas an meiner Ernährung zu ändern. Tendenziell wäre ich jetzt bereit dazu, aber gutes Essen ist auch einfach Lebensqualität für mich.“

Herr M. zeigt eine Bereitschaft, sein Verhalten zu ändern. Wie könnte man mit Hilfe einer 4-Felder-Matrix helfen, sich der Ambivalenz bewusster zu werden?

(Change Talk führen)

Vorteile (Gewinn) des momentanen Verhaltens	Nachteile (Verlust) des momentanen Verhaltens
Nachteile (Verlust) des neuen Verhaltens	Vorteile (Gewinn) des neuen Verhaltens

06

Abschluss: Reflektion

REFLEKTION

zur Umsetzung der klimasensiblen Beratung

1. **Habt ihr bereits klimasensible Gesundheitsberatung gemacht (vielleicht ohne es zu wissen)?**
2. **Was nehmt ihr heute mit?**
3. **Welche Fragen sind noch offen?**





Z Allg Med 2023 · 99:426–436
<https://doi.org/10.1007/s44266-023-00139-8>
Angenommen: 26. September 2023
Online publiziert: 13. November 2023
© The Author(s) 2023

Wissenschaftliche Leitung
S. Blumenthal, Berlin
J. Husemann, Hamburg



CME

Zertifizierte Fortbildung

Klimasensible Gesundheits- beratung

Tipps für die hausärztliche Praxis

Alina Herrmann^{1,2} · Claudia Mews³ · Heike Hansen³ · Benedikt Lenzer⁴ ·
Eva-Maria Schwienhorst-Stich⁵ · Claudia Quitmann¹

¹ Heidelberg Institute of Global Health, Universitätsklinikum Heidelberg, Medizinische Fakultät, Universität Heidelberg, Heidelberg, Deutschland

² Institut für Allgemeinmedizin, Uniklinik Köln, Medizinische Fakultät, Universität zu Köln, Köln, Deutschland

³ Institut und Poliklinik für Allgemeinmedizin, Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf, Hamburg, Deutschland

⁴ Institut für Allgemeinmedizin, Universitätsklinikum Augsburg, Neusäß, Deutschland

⁵ Institut für Allgemeinmedizin, Universitätsklinikum Würzburg, Würzburg, Deutschland