

Ein Bericht des Robert-Koch-Instituts zur Gesundheit in Deutschland belegt, wie stark die Gesundheit mit der sozialen Stellung zusammenhängt.

Statistiken zeigen, dass nahezu alle Krankheiten bei sozial Benachteiligten viel häufiger auftreten. Auch die Betroffenen selbst schätzen ihre Gesundheit viel schlechter ein als andere Teile der Bevölkerung. Diese Selbsteinschätzung bleibt ohne Folgen, da keine Möglichkeit gesehen wird, etwas zu ändern.

In der Häufigkeit der Arztbesuche gibt es keinen Unterschied zwischen sozial Benachteiligten und anderen. Auf den ersten Blick lässt sich die ungesunde Lebensweise der ärmeren Bevölkerungsschicht als Ursache vermuten: Sie rauchen mehr, bewegen sich wenig, haben häufig Übergewicht und trinken mehr Alkohol. Doch dieser erste Blick täuscht. Die tiefere Ursache liegt darin, dass Arme sich ausgeschlossen fühlen. Sie gehören nicht zur „normalen“ Gesellschaft. Sie sind aus der Norm herausgefallen, schaffen es nicht, so wie die anderen zu sein. Das macht Stress.

Selbst arme Berufstätige fühlen diesen Stress. Meist haben sie einen Arbeitsplatz am unteren Ende der Hierarchie. Es ist nicht belastend für sie, dass man von ihnen mehr und mehr Leistung verlangt, aber es fehlt ihnen die Achtung. Ihre Arbeit hat keinen Wert, sie müssen Anweisungen ausführen, dürfen nichts entscheiden.

Das Gefühl, nicht dazuzugehören, hat weitere Konsequenzen: Man vermeidet den Kontakt zu Menschen aus einer anderen sozialen Schicht, geht in keinen Verein, besucht keinen Elternabend in der Schule. Aufgrund dieser Isolation fehlt es an Unterstützung, wenn es Probleme mit Behörden oder den Kindern gibt oder wenn jemand nicht mit dem Blutdruckmessgerät oder der Insulinspritze zurechtkommt.

Um die Situation zu verbessern, muss bei den Kindern angefangen werden. Eine Kampagne zum Beispiel informiert junge werdende Eltern ausführlich über den Umgang mit einem Baby, damit sie zu einer gesunden Entwicklung ihrer Kinder beitragen können. Soziale Benachteiligung und ihre Folgen verringern sich, wenn Kinder ihre Fähigkeiten erkennen, Selbstbewusstsein aufbauen, sich Ziele setzen.

Die Zusammenarbeit mit den Eltern ist immer wünschenswert. Ein Projekt in Worms betreut die Kinder nicht nur bei den Hausaufgaben, sondern lädt Väter und Mütter zum gemeinsamen Kochen ein. Ohne direkt zu belehren, wird dabei gesunde Ernährung gezeigt. Überhaupt wird mehr auf das praktische Tun als auf Worte gesetzt. Mit den Kindern geht es raus ins Schwimmbad oder auf den Sportplatz.

Praktisches Tun unterstützen auch die Kurse zur Gesundheitsvorsorge der Krankenkassen. Doch ihre Angebote für Wassergymnastik, Yoga und vieles mehr erreichen letztlich nur jene Bevölkerungsteile, die sich sowieso um Gesundheit bemühen. Seitens des Robert-Koch-Instituts wünscht man sich darum eine bessere Kontrolle des Erfolgs bisheriger Angebote, um wirklich Nützliches auszuweiten und um zu sehen, was bei Benachteiligten zu positiven Ergebnissen führt.

Teil 3

Beispiel:

0 Der Artikel stellt fest, dass sozial Benachteiligte ...

- a. sich zu wenig um ihre Gesundheit kümmern.
- b. keine Lösung für ihre Gesundheitsprobleme haben.
- c. ihre gesundheitlichen Probleme zur Seite schieben.

16. Der entscheidende Grund für die häufigen Erkrankungen sozial Benachteiligter ...

- a. ist ihre falsche Lebensweise.
- b. ist die soziale Außenseiterrolle.
- c. sind mangelnde Kontakte zu Ärzten.

17 Sozial schwächer Gestellte haben Stress, weil ...

- a. ihre Arbeit anstrengend und langweilig ist.
- b. sie am Arbeitsplatz unter Druck stehen.
- c. es an Anerkennung für ihre Tätigkeit fehlt.

18. Das Gefühl, anders zu sein, hat zur Folge, dass ...

- a. man das Interesse an seinen Kindern verliert.
- b. auf notwendige Medikamente verzichtet wird.
- c. das soziale Leben sehr eingeschränkt wird.

19. Man meint, dass geförderte Kinder ...

- a. sich gesund ernähren werden.
- b. entdecken, was in ihnen steckt.
- c. auch ihre Eltern verändern werden.

20. In dem Wormser Projekt ...

- a. helfen Eltern ihren Kindern bei den Hausaufgaben.
- b. werden Kochkurse für gesunde Ernährung angeboten.
- c. werden Aktivitäten von Kindern gefördert.

21. Die bisherigen Angebote zur Gesundheitsvorsorge ...

- a. nutzten überwiegend die sozial besser Gestellten.
- b. besuchten viele sozial Benachteiligte.
- c. brachten im Prinzip die gewünschten Ergebnisse.

Wortschatz

1. soziale Benachteiligung

→ situation where people have fewer opportunities because they are poor or disadvantaged

Beispiel: Menschen mit wenig Geld haben oft soziale Benachteiligung.

2. belegen

→ to prove something with facts or data

Der Bericht belegt, dass... = The report proves that...

3. zusammenhängen (mit)

→ to be connected with something

Gesundheit hängt mit Lebensstil zusammen.

4. Betroffene

→ people who are affected by a problem

Die Betroffenen = the affected people

5. Selbsteinschätzung

→ how you evaluate yourself

Ihre Selbsteinschätzung ist schlecht = they think their health is bad

6. ohne Folgen bleiben

→ to have no consequences

Seine Aussage blieb ohne Folgen.

7. Bevölkerungsschicht

→ social group/class in society

arme Bevölkerungsschicht = poorer social class

8. vermuten

→ to assume / suppose

Man vermutet, dass... = People assume that...

9. Übergewicht

→ overweight

Viele Menschen haben Übergewicht.

📌 10. täuschen

→ to mislead / deceive

Der erste Eindruck täuscht = first impression is wrong

📌 11. ausgeschlossen fühlen

→ to feel excluded

Er fühlt sich ausgeschlossen.

📌 12. aus der Norm herausfallen

→ to not fit into what is considered "normal"

Sie fallen aus der Norm heraus.

📌 13. Leistung verlangen

→ to demand performance/work

Der Chef verlangt viel Leistung.

📌 14. Achtung

→ respect

Es fehlt an Achtung = there is no respect

📌 15. Anweisungen ausführen

→ to follow instructions

Er muss nur Anweisungen ausführen.

📌 16. Konsequenzen


→ results or effects of an action

Das hat viele Konsequenzen.

📌 17. vermeiden

→ to avoid

Er vermeidet Kontakt.

 18. Isolation

→ being alone / separated from others

Isolation ist schlecht für die Gesundheit.

 19. Unterstützung

→ support / help

Sie braucht Unterstützung.

 20. zurechtkommen (mit)

→ to manage / deal with something

Ich komme damit nicht zurecht.

 21. beitragen (zu)

→ to contribute to something

Das trägt zur Verbesserung bei.

 22. Selbstbewusstsein


→ self-confidence

Kinder brauchen Selbstbewusstsein.

 23. wünschenswert

→ desirable / something you want

Das ist wünschenswert.

 24. belehren

→ to teach in a strict or moralizing way

Er belehrt andere ständig.

 25. Gesundheitsvorsorge

→ preventive healthcare

Sport ist Teil der Gesundheitsvorsorge.

 26. Angebot

→ offer / program

Viele Angebote sind verfügbar.

📌 27. erreichen

→ to reach / to affect

Das Programm erreicht viele Menschen.

📌 28. sich bemühen (um)

→ to make an effort

Er bemüht sich um Gesundheit.

📌 29. ausweiten

→ to expand

Man will das Projekt ausweiten.

📌 30. zu positiven Ergebnissen führen

→ to lead to positive results

Das führt zu Erfolg.