

Selbstmanagement-Kompetenzen

Health Literacy Survey Schweiz 2019-2021

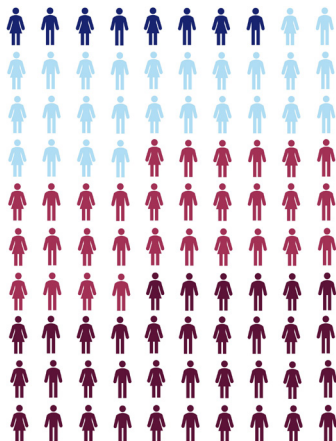
(HLS₁₉₋₂₁-CH)

MEHR ERFAHREN

careum.ch/studie-gesundheitskompetenz →

Selbstmanagement bedeutet das, was Menschen mit langandauernden Krankheiten und ihre Angehörigen unternehmen, um ihr Leben mit den täglichen Herausforderungen zu meistern und um immer wieder in eine Balance zu finden.

66 % der Personen mit einer chronischen Erkrankung haben geringe Selbstmanagement-Kompetenzen. Der Anteil an Personen mit geringer Selbstmanagement-Kompetenz ist somit im Verlauf der letzten fünf Jahren stabil geblieben (2015: 66 %).



8 von 100 Schweizerinnen und Schweizer mit einer chronischen Erkrankung haben ausgezeichnete Selbstmanagement-Kompetenzen

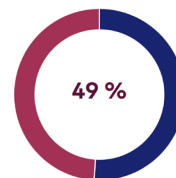
26 von 100 Schweizerinnen und Schweizer mit einer chronischen Erkrankung haben ausreichende Selbstmanagement-Kompetenzen

30 von 100 Schweizerinnen und Schweizer mit einer chronischen Erkrankung haben problematische Selbstmanagement-Kompetenzen

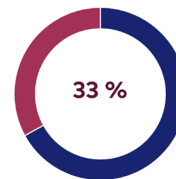
36 von 100 Schweizerinnen und Schweizer mit einer chronischen Erkrankung haben mangelhafte Selbstmanagement-Kompetenzen

Wie gross sind die Schwierigkeiten bezogen auf die vier untersuchten Aspekte des Selbstmanagements?

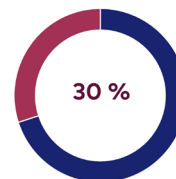
Der folgende Anteil an Schweizerinnen und Schweizer mit einer chronischen Erkrankung findet es (sehr) schwierig...



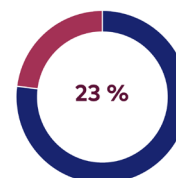
...die Vor- und Nachteile von verschiedenen Behandlungsmöglichkeiten zu beurteilen.



...Entscheidungen zu treffen, die die Gesundheit und das Wohlbefinden verbessern.



...Informationen der Ärztin oder des Arztes zu nutzen, um Entscheidungen im Zusammenhang mit einer Erkrankung zu treffen.



...zu beurteilen, inwieweit Informationen der Ärztin oder des Arztes zutreffen.



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Eidgenössisches Departement des Innern EDI
Bundesamt für Gesundheit BAG

Bei insgesamt **53 %** der Befragten ist die Gesundheitskompetenz gleich ausgeprägt wie die Selbstmanagement-Kompetenzen.

39 % weisen hingegen geringere Selbstmanagement-Kompetenzen auf im Vergleich zur generellen Gesundheitskompetenz.

Welche Bevölkerungsgruppen haben häufiger Schwierigkeiten?

Besonders betroffen sind Menschen...



...mit schlechtem Gesundheitszustand.



...mit tieferem sozialen Status.



...in finanziell prekären Situationen.



...in jüngeren Lebensjahren.



...mit wenig sozialer Unterstützung.

Menschen mit höheren Selbstmanagement-Kompetenzen...

...bewegen sich häufiger.

...ernähren sich gesünder.

...schätzen ihren Gesundheitszustand als besser ein.

...haben einen einfacheren Umgang mit chronischen Krankheiten oder gesundheitlichen Problemen.

Weitere Informationen zur Förderung des Selbstmanagements sind unter folgendem Link verfügbar: www.bag.admin.ch/self

Quellen:

De Gani, S. M., Jaks, R., Bieri, U., Kocher, J. Ph. (2021). Health Literacy Survey Schweiz 2019-2021. Schlussbericht im Auftrag des Bundesamtes für Gesundheit BAG. Zürich, Careum Stiftung.

BAG (2022). Konzept Selbstmanagement-Förderung bei nichtübertragbaren Krankheiten, Sucht und psychischen Krankheiten.



Careum

Pestalozzistrasse 3, CH-8032 Zürich

T +41 43 222 50 00

info@careum.ch, careum.ch