

Gesundheitstrends 2010

Der Healthstyle von morgen

Anhand des Getränkesektors lässt sich auf beeindruckende Weise zeigen, wie sehr der Gesundheitstrend in den vergangenen Jahren an Macht gewonnen hat: Aus dem eher einfachen Alltagsgut Wasser wurde von findigen Marketingspezialisten auf einmal das Trendgetränk: pur, gesund und ursprünglich, zusätzlich versehen mit einer spirituellen Aura. Mittlerweile hat sich neben dem reinen Wasser ein beträchtlicher Markt gesunder Getränke mit unterschiedlichsten Mixturen entwickelt. Klar ist, wer sinnvoll in den zukünftigen Gesundheitsmarkt investiert, den erwartet eine Geldquelle noch nicht erahnten Ausmaßes. Denn die Gesellschaftssysteme befinden sich im Wandel und bescheren Sport- und Gesundheitsinstitutionen eine neue Art von Patienten: Aus Kranken werden selbstbewusste Kunden, die Gesundheit lustvoll konsumieren wollen.

Der Wellness-Boom hat bereits bewiesen, wie sich mit Gesundheit sehr gut verdienen lässt. Doch nach Meinung des Kelheimer Zukunftsinstituts war Wellness nur eine Zwischenstation auf dem Weg in eine

Wellness und Gesundheit wird für einen Großteil unserer Gesellschaft zunehmend wichtiger. Von den Auswirkungen dieses Booms profitieren unter anderem die Lebensmittelindustrie und die Gesundheitsanbieter wie Fitnessstudios. Wie aber wird der Gesundheitsmarkt der Zukunft aussehen? Diese Frage hat sich der renommierte Zukunftsforscher Matthias Horx in seiner Studie zum Gesundheitsmarkt 2010 gestellt.





Experten schätzen, dass die Krankenhauslandschaft sich in Zukunft stark verändern wird.

Wohlfühlkultur, deren Menschen mit immer mehr Genuss nach einer möglichst stabilen Life-Work-Balance streben. Die zweite Stufe des Wellness-Trends wird nicht mehr nur Wohlfühlen von außen garantieren. Der Schlüssel zur Zufriedenheit ist dabei die seelische Gesundheit: Aus Wellness wird Selfness, jeder ist für sein Seelenheil selbst verantwortlich, die Psyche spielt sich mehr und mehr in den Vordergrund und mit ihr die Bereitschaft, sich beraten und helfen zu lassen. Hochkonjunktur für Lebensberater, Mediatoren, Supervisors und Coaches.

„Gesundheitskunde der Zukunft“, erklärt Matthias Horx, Leiter des Zukunftsinstitutes, „wird nicht nur der wirklich Kranke sein, sondern auch derjenige, der im klassischen Sinne gesund ist und erst gar nicht krank werden will.“ Dass der Gesundheitsboom auf den Märkten nicht unbedingt deckungsgleich ist mit rationaler Gesundheitsvorsorge, ist evident. Trotzdem: Bewegung, körperliche Aktivität werden in Zukunft noch wichtiger. Technologieriesen haben den Markt ebenfalls schon für sich entdeckt. Mit neu entwickelten Hightechgeräten unterstützen sie sowohl in der Medizin als auch im Breitensport den „Bewegungs-Hype“.

Veränderungen und ihre Konsequenzen

Für eine ganze Gesellschaft stellen sich folgende Fragen: Wie verändern sich unsere kollektiven Vorstellungen von Gesundheit, Kranksein und Wohlfühlen? Wie verändert sich die Beziehung zwischen Kunde, Patient und der heute noch bestehenden ärztlichen Autorität? Und die wohl wichtigste Frage: Wie verändert sich eine Gesellschaft, wenn Gesundheit zum zentralen Lebenssinn wird? Was birgt dies für Konsequenzen für den Gesundheitsmarkt? Auf jeden Fall bedeutet es das Ende der Versorgungsmedizin. Matthias Horx ist sich sicher: „Der Patient von morgen wird keine Tabletten und Anweisungen empfangen-

der Kranker mehr sein, sondern ein kompetenter und fordernder Kunde. Gesundheit wird zur Ware werden, die künftig von dem Gros der Menschen begeistert gekauft werden wird.“

Momentaner Stand – Bioprodukte sind gefragt

Unser höchstes Gut beginnt mit der Ernährung. Die Intensität, mit der der Gesundheitsboom Küchen, Medien und Gesundheitsindustrie bestimmt, ist enorm. Lebensmittel dienen nicht mehr allein der Nahrungsaufnahme und Versorgung des Körpers. Sie werden durch Manipulation zum „Functional Food“ gemacht: Heute trinken wir Milch, angereichert mit Kalzium und Vitaminen, und essen genmanipulierte Möhren, die gegen Diabetes helfen. Doch die Angst isst mit. Angst vor Schimmelpilzen, Pestiziden, Gentechnik und BSE lässt viele Verbraucher zu Bioprodukten wechseln. Nicht mehr, wie noch vor Jahren, aus Tierschutz- und Umweltgründen, sondern wegen der eigenen Gesundheit. Die Biobranche boomt und nutzt die offensichtliche Diskrepanz zwischen dem Bedürfnis nach gesunder Ernährung einerseits und der gleichzeitigen Skepsis gegenüber der Lebensmittelindustrie andererseits, die mit Functional Food in den vergangenen fünf Jahren ihren Marktwert trotzdem um 43 Prozent steigern konnte.

Auf über eine Milliarde Euro schätzt das Forsainstitut den Jahresumsatz, der mit Vitaminen und Mineralstoffpräparaten in



Barbara Hartmann – Diplom-Betriebswirtin (BA), Jahrgang 1963 arbeitet als freie Journalistin in den Bereichen Wirtschaft, Gesundheit, neue Technologien und Sport für Zeitungen, Zeitschriften und Homepages. Nebenberuflich leitet sie Gesundheitskurse im TC-TopFit St. Ingbert (Wirbelsäulengymnastik, Nordic Walking, Entspannung, Herz-Kreislauf-Training und Rückbildungsgymnastik bei Schwangeren).

Für Sie vor Ort!



Besuchen Sie uns in Halle 2 Stand A 16



body•LIFE®

Immer top informiert!

Health and Beauty Business Media GmbH
Karl-Friedrich-Str. 14-18 • 76133 Karlsruhe
www.bodylife.com • www.bodylifeforum.com

Circuit - Trainingsgeräte

Konzepte, Schulungen, Equipment für Figur,- u. Bewegungsstudios, als Club in Club System sowie Firmen,- und Hotelfitness



ActivMove

Fitness-Serie bestehend aus bis zu 11 Geräten mit hydraulischem Widerstandsgeber

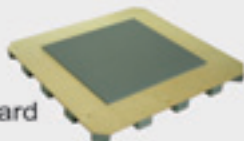


ActivMove

Profi-Serie bestehend aus bis zu 9 Geräten mit isodynamischem Widerstandsgeber



Ampelsystem



Recovery-Board

Deutschland gemacht wird. Zu kaufen gibt es sie nicht mehr nur in Apotheken und Drogerien, sondern auch in Supermärkten und bei Discountern. „Die logische Konsequenz aus Functional Food und Nahrungsergänzungsmitteln ist die Pharmapflanze: Die Nahrungsmittelpflanze wird durch die sogenannte grüne Gentechnik so verändert, dass aus der Ernte Arznei gewonnen werden kann“, meint Mathias Horx. „Und: der Forschungsschwerpunkt liegt momentan auf der Produktion von Antikörpern, sozusagen essbaren passiven Impfstoffen.“ Natürlich löst diese Vorstellung große

den Dollar für Pillen, die uns schlau, aufmerksam und sozial kompetent machen, unser Schlafbedürfnis mindern und die Reaktionsfähigkeit steigern. Ursprünglich für Kranke entwickelt, sollen in Zukunft auch Gesunde von den Wundermedikamenten profitieren. Das Erfolgsgeheimnis: Ernährungswissenschaftler haben erkannt, dass alles, was wir essen, direkt in die Funktion des Körpers eingreift und damit lebenswichtige Prozesse steuert. Sogenannte Nutrigenomiker würden zukünftig den Ernährungsplan nach Maß entwerfen können. „In 25 Jahren können Krankheiten wie Diabetes und Arterienverkalkung praktisch ausgerottet sein“, ist sich Bruce German, Professor an der University of California in Davis, sicher.

Weltweit schließen sich schon heute Nahrungsmittel- und Pharmakonzerne zusammen, um Wege zu finden, jedem Einzelnen unter Berücksichtigung seiner Genausstattung und seines Stoffwechselstatus zu einem bestimmten Zeitpunkt die Nahrungsmittel empfehlen zu können, die am besten für ihn oder sie sind. Analysten



Skepsis in der Bevölkerung aus, spricht sich diese doch größtenteils gegen gentechnisch veränderte Lebensmittel aus.

Die Hemmung bei essbaren Medikamenten mag geringer sein: Zu schön ist doch die Vorstellung von der Banane gegen Gelbsucht, dem Reis gegen Malaria. Schon heute ist offensichtlich: Übergewicht wird zu einem der gesundheitlichen Hauptprobleme für die kommenden Generationen. Gesunde Ideen zur Prävention und Bekämpfung der neuen Epidemie sind daher gefragt. Im Zuge dessen boomt der Markt mit fett-, kalorien- und kohlenhydratreduzierten Lebensmitteln, wenn auch niemand eindeutig zu sagen weiß, welches der Königsweg ist.

Zukunftstrend „Smart Drugs“

Ein wirkungsmächtiger Trend wird in den nächsten zwei Jahrzehnten dem Self-Enhancement, das heißt dem Verstärken von Hirnfunktionen, von Gefühlen, Konzentrationsfähigkeit, sozialer Kompetenz und Lernleistung, zugeschrieben werden, so die Überzeugung des Zukunftsinstituts. Das neue, umsatzträchtige Segment der „Smart-Drugs“ steht vor einer großen Karriere in einer Welt, in der ständige Höchstleistungen verlangt werden. Weltweit beträgt der Umsatz bereits heute 60 Milliar-

erwarten ein Umsatzplus von 300 Prozent in den nächsten 25 Jahren. Während die Diskussion über solch kleine Alltagshelfer in den USA bereits fest etabliert sei, stecke sie bei uns noch in den Kinderschuhen, so die Forscher.

Was wird mit den Apotheken passieren?

In Deutschland denkt man über die Zukunft der Apotheken nach. In den USA arbeitet man bereits an neuen Konzepten, an deren Ende wohl das Gesundheitshaus steht. Die deutschen Apotheken denken laut der Zukunftsstudie „Gesundheitstrends 2010“ gegenwärtig mit Kundenkarten, Bonuspunkten und Hausapothekenmodellen noch in zu kleinen Dimensionen. Wirklich neue Dienstleistungskonzepte würden künftig über Blutdruck- und Zuckerspiegelmessungen hinausgehen müssen, so die Studie. Beispiele gibt es in Kalifornien bereits einige.

Westliche und fernöstliche Medizin vereint sich ergänzend; das ist es, was der Kunde fordert. Aus der guten alten Apotheke könnte ein Zentrum für Gesundheit werden, in dem Kunden Yoga- und Fitnesskurse belegen, Vorträge und Seminare rund ums Thema Medizin und Gesundheit besuchen oder in der hauseigenen Buch-



Hackenbühlstraße 10 a
92670 Windischeschenbach
Tel. ++49(0)9681/400520
Fax ++49(0)9681/400521
info@wellness-und-figur.de
www.activmove.de

abteilung stöbern. Und das mehr oder weniger zum Nulltarif, natürlich auch verbunden mit einer qualifizierten Beratung.

Apotheker der Zukunft müssen eine aufgeklärte und gesundheitsbewusste Wohlfühlklientel bei der Stange halten, die Gesundheit wie ein kostbares Accessoire behandelt. Das steigert zwar Personal- und Marketingkosten, garantiert aber Kundenbindung und Aufmerksamkeit. Auch gänzlich neue Produkte erwarten die Apotheken. Schon heute verkauft die saarländische Karlsberg-Brauerei ihr Karla Bier über Apotheken. Unternehmer Richard Weber nennt die Gründe: „Wir wollen kommunizieren, dass Bier gesund sein kann. Vor allem Hopfen enthält Wirkstoffe, die erwiesenermaßen helfen, Krebs- und Herzerkrankungen zu lindern.“

Ärzte als Mitglied eines multiprofessionellen Teams

Ärzte in Einzelpraxen könnten rar werden, so Sophia Schell, Leiterin des Internationalen Netzwerks Gesundheitspolitik der Bertelsmannstiftung. Sie nimmt an, dass diese als Mitglied eines multiprofessionellen Teams bei größeren Versorgungsanbietern arbeiten werden. Dort könnten sie mit Hilfe der neuen Medien während eines Beratungsgesprächs alle Diagnosen, Krankheitsverläufe und Röntgenbilder des Patienten einsehen. Das gelte auch für Leitlinien oder Fachartikel – eben für alles, was hilft, mit dem Kranken eine gemeinsame Entscheidung über den weiteren Verlauf seiner Behandlung zu treffen und gemeinsam zu überlegen, welcher Eingriff beispielsweise in welchem Krankenhaus ausgeführt werden sollte.

Ein weiteres großes Plus der Informationstechnologie: Manchen Patienten erspart sie den Weg in die Praxis. „Wer keine akuten Beschwerden, sondern allgemeine Fragen und Gesprächsbedarf hat, spricht über Webcam mit Fallmanagern und Ärzten“, verrät die Expertin. Pflegekräfte würden in der Zukunft zu Spezialisten, davon ist sie überzeugt. Ambulant könnten diese dann die gesundheitsbeeinträchtigten Senioren, die vermehrt in Wohngemeinschaften wohnen, versorgen.

Auch die Krankenhauslandschaft verändert sich

Verändern wird sich auch unsere Krankenhauslandschaft. Heute noch in den Kinderschuhen des Wandels steckend, schätzen Experten, dass im Jahre 2015 nur noch die Hälfte der klinischen Versorgung und Forschung in öffentlicher Hand liegen wird. Zentrenbindung, wie bereits bei der Berli-

ner Charité, Profit Center und Holdingstrukturen werden Einzug halten. Früher profitierten die Krankenhäuser, wenn sie ihre Patienten möglichst lange behielten; heute sollten diese möglichst kurz stationär verweilen. In zehn Jahren, so die Unternehmensberatung „Ernst&Young“, könnte die durchschnittliche Verweildauer von derzeit neun Tagen auf vier sinken. Der Patient der Zukunft schaut im Krankenhaus also nur noch ganz kurz vorbei. Möglich wird dies mit digitalen Diagnosenetzwerken, selbstständigem Einchecken, Arzt-Patienten-Gesprächen ohne Wartezeiten, voll ausgelasteten Hightech-Operationsälen, mobilen Monitoringdiensten nach der OP und televisuellen 24-Stunden-Kontrollen.

„Gerade diese Option schenkt chronisch kranken und älteren Menschen neue Freiheiten“, schreibt Corinna Langwieser vom Hamburger Trendbüro in ihrem Buch „Länger leben, länger lieben“. Viele Risikopatienten, die sich heute noch stationär betreuen lassen müssen, würden zukünftig auf ambulante Pflege oder eine Betreuung im eigenen Haus mit automatisierter Teleüberwachung umsteigen können. Patienten mit Herzrhythmusstörungen beispielsweise könnten aufatmen. Nach dem Willen der Entwickler überprüfen moderne Apparaturen sie schon beim Betreten ihres eigenen Badezimmers auf Herz und Nieren: Sensortechnik und Mikrochips beispielsweise im Duschvorleger sollten es möglich machen. Und ließen die Werte zu wünschen übrig, gibt es gleich eine Direkt-schaltung mit dem Hausarzt via Badezimmer-spiegel, so zumindest die Vision der medizintechnischen Forscher bei Philips.

Neue „Herzhandys“ ermöglichen es zudem schon heute, selbst ein EKG zu erstellen. Die Ergebnisse werden an ein Servicecenter übermittelt und von einem Facharzt begutachtet. Im Zweifelsfall wird daraufhin ein Notfallteam verständigt, ein integriertes GPS-System ortet dann noch den Patienten. Und wer es noch einfacher haben will, zieht einfach ein neumodisches Life Shirt über. Dieses mit Sensoren ausgestattete T-Shirt verfügt ebenfalls über ein integriertes GPS-System und überwacht darüber hinaus mittels Sensoren sämtliche Vitalfunktionen seines Trägers. „Der erste Schritt dorthin ist eine massive Effizienzsteigerung der Krankenhäuser, die dafür in erheblichem Maße technisch aufgerüstet werden müssten“, weiß Matthias Horx.

Das Krankenhaus der Zukunft

Das Krankenhaus der Zukunft wird als eine der zentralen Aufgaben die Abwesenheit bzw. das Ende des Schmerzes in Aus-

Mit **VacuMove** Unterdruck- und Bewegungssystemen ...

- ... sichtbar Ihren Umfang reduzieren
- ... fühlbar Ihr Hautbild verbessern
- ... effektiv Ihr Fett verbrennen

Verbrennen ...

... Sie nicht Ihre Illusionen!

Die sichersten Ihrer Klassen

- ... Sicherheitsgurtsystem
- ... Funkübertragungssystem
- ... Chipkartensteuerung



Wellness & Figur

www.vacumove.de
info@wellness-und-figur.de

Wellness und Figur GmbH & Co KG, Hackentühlstraße 10A, D-92670 Windischeschenbach, Tel. +49 (0)96 81 40 05 20



Wird es in Zukunft wirklich Pillen geben, die den Menschen 1.000 Jahre alt werden lassen?

sicht stellen. Die moderne Schmerztherapie profitiert zurzeit von Experimenten der Hirnforscher. Sie haben herausgefunden, dass Schmerz kein rein körperliches Phänomen ist. Bei seiner Wahrnehmung und Verarbeitung spielen soziale, psychische, physische und biologische Faktoren eine Rolle. Schmerztherapeut Paul Nilges weiß durch Studien, dass bei Rückenschmerzen nur fünf bis zehn Prozent der Patienten von Erkrankungen wie Bandscheibenvorfall, Entzündungen oder Tumoren betroffen sind. Verspannungen und Blockaden entstünden durch Stress, Fehlhaltung oder zu wenig Bewegung und könnten ähnliche Schmerzen hervorrufen.

Die effektive Schmerztherapie der Zukunft würde anstatt Symptombekämpfung Selbstverantwortung von seinen Patienten fordern. Konkret hieße das demnächst statt Schonung, Computertomographie und Operation: bewegen, abwarten, sich beraten lassen und Anleitung zur Selbsthilfe nutzen. In der Medikamentenauswahl werden sich Schul- und Alternativmedizin mehr und mehr ergänzen, ganz im Sinne des hohen Individualbedürfnisses der Gesellschaft.

Ausblick

Der moderne Mensch ist also gefordert, sich zu emanzipieren und selbst Verantwortung für seine Gesundheit zu übernehmen – bevor er krank wird. Das steigende Angebot nicht staatlich finanzierter medizinischer Leistungen fordert einen gut informierten und selbstbewussten Patienten, der sich bei seinem Hausarzt, in den Medien oder im Internet darüber informiert und selbst entscheidet, wie er seine Gesundheit am längsten erhalten kann. Zugang zu Informationen, Transparenz über Sinn und Unsinn, Reichweiten und Kosten-Nutzen-Rechnungen von Thera-

pien werden gefragt sein. Unternehmen entdecken nach Auffassung der Bertelsmannstiftung in den nächsten Jahren ebenfalls, wie wichtig die Gesundheit ihrer Mitarbeiter auch für sie selbst ist. Der Job mit 55 wird in Zukunft kein Problem mehr darstellen, denn: Im Jahr 2020 wird die Gruppe der über 50-jährigen Arbeitnehmer doppelt so groß sein wie die der unter 30-jährigen. Unternehmen investieren in die Gesundheit der Mitarbeiter, regionale Kompetenznetzwerke für betriebliche Gesundheitspolitik unterstützen die Mittelständler.

An einem Super-Anti-Aging-Programm der übernächsten Generation arbeitet das Institut für Genetik der Universität Cambridge: Dem Wissenschaftler Aubrey de Grey schweben dabei experimentelle Gentherapien, die die Alterung einer jeden einzelnen Zelle stoppen sollen, vor: zunächst umständlich und kompliziert, in ferner Zukunft aber von den Menschen ganz einfach zu Hause mittels Spritzen oder Pillen zu realisieren. Das soll dann dazu führen, dass ein Mensch 1.000 Jahre leben kann. Altern ist dann lediglich eine von vielen möglichen Todesursachen.

Barbara Hartmann

Stillen Sie Ihren Wissensdurst!



Mit einem **kostenfreien Probeexemplar** eines unserer Top-Medien!

Rufen Sie an unter **+49 (0)721 165-376**



Die führende Fachzeitschrift der Fitnessbranche



Das Magazin für Fitness-Professionals



Die Fachzeitschrift für Entscheider einer Spa-Anlage



Die Zeitschrift für erfolgreiche Solarienbetreiber

body•LIFE Immer top informiert!

Health and Beauty Business Media GmbH • Karl-Friedrich-Str. 14-18 • 76133 Karlsruhe • www.bodylife.com