



Soziale Erkrankung oder niedriger sozialer Status – Henne oder Ei?

Pro mente Austria Tagung

28.3.2019

Günter Klug

Stellen Sie sich eine Situation in ihrem Leben vor, in der sie wirtschaftliche und/oder soziale Schwierigkeiten hatten

Schreiben Sie bitte kurz nieder:

- 1.) Welche Gefühle hatten sie dabei
- 2.) Welche Symptome haben Sie in dieser Zeit bei sich wahrgenommen (Schlaflosigkeit, Unruhe, körperliche Zeichen etc.)

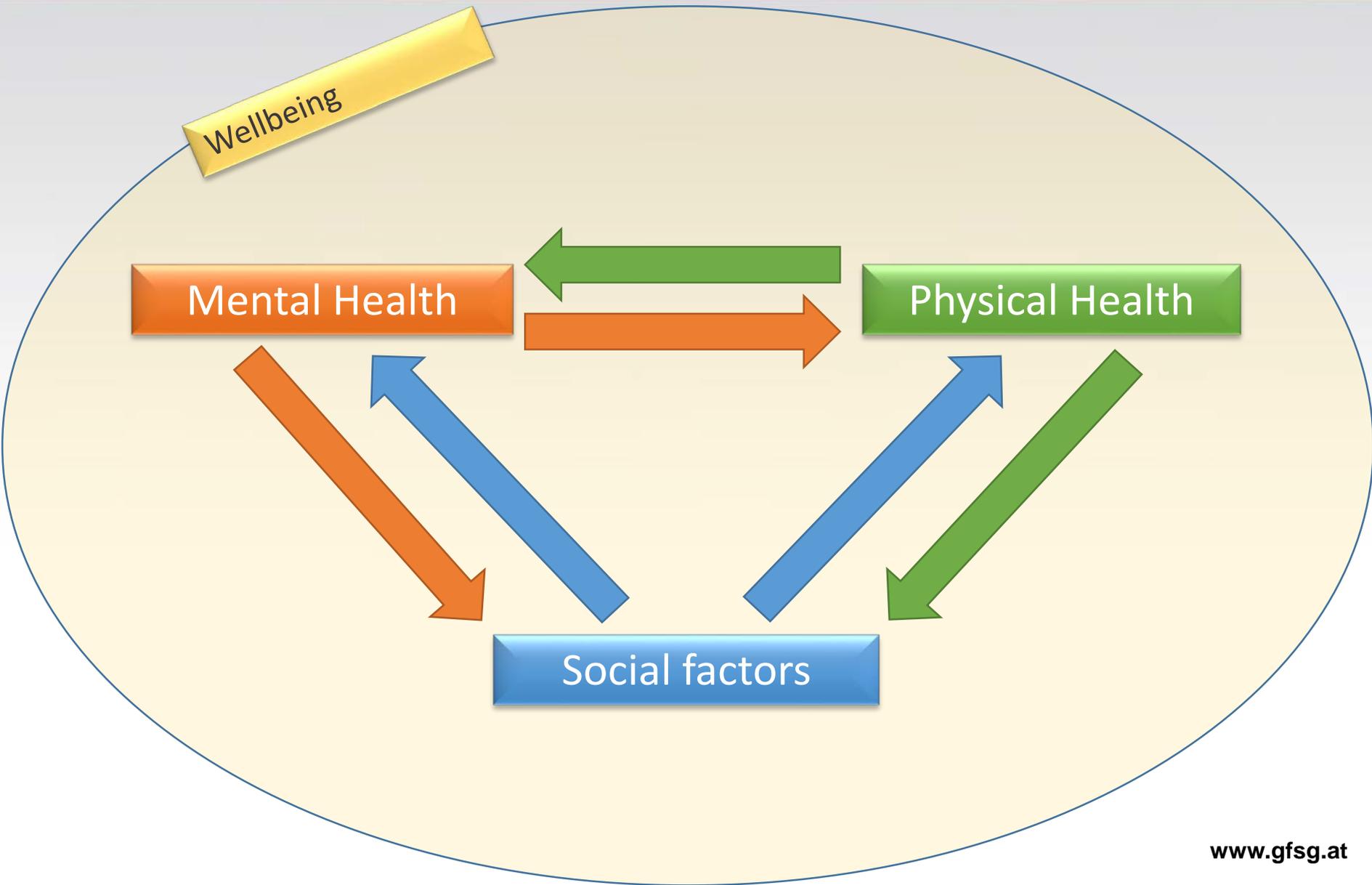
Health in general is affected not only by individual risk factors and behavior, but also by a range of economic and social conditions
(G.R. Swain 2016)

Die sozioökonomischen Rahmenbedingungen oder besser der sozioökonomische Status (SÖS) in dem Menschen leben wird stark beeinflusst von:

der Politik und ihren Richtlinien

Je größer die soziale Ungleichheit in einem Land ist desto schlechter wird der gesamtgesellschaftliche Outcome, nicht nur in Bezug auf die Gesundheit:

Diese Ungleichheiten bestimmen den Zugang verschiedener Gruppen (Rasse, Ethnie, Klasse, Geschlecht) zu Lebenschancen und Möglichkeiten



Länder mit hoher Lebenserwartung und guter Gesundheit brauchen nicht die höchsten Gesundheitsbudgets – sie investieren speziell in den sozialen Bereich

OECD Länder investieren für 1 Dollar im Gesundheitswesen ca. 2 Dollar ins Sozialwesen, die USA nur 55 Cent.
2015 waren die US nur 43. bei der Lebenserwartung,
Trotz den mit Abstand höchsten Gesundheitsausgaben
(The World Fact Book 2015)

Jede Policy die die Gesundheit verbessert und Ungleichheit reduziert
ist Gesundheitspolitik

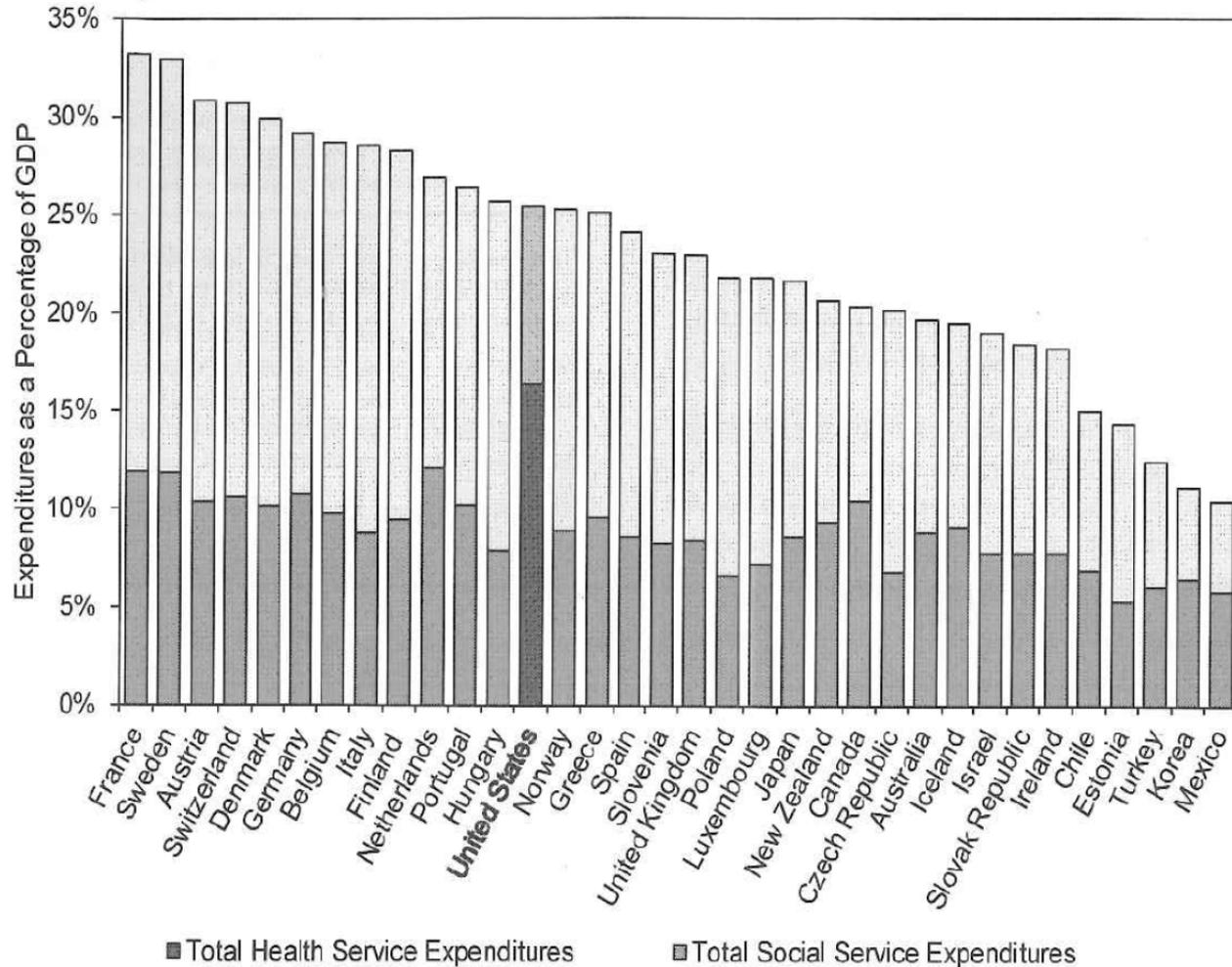
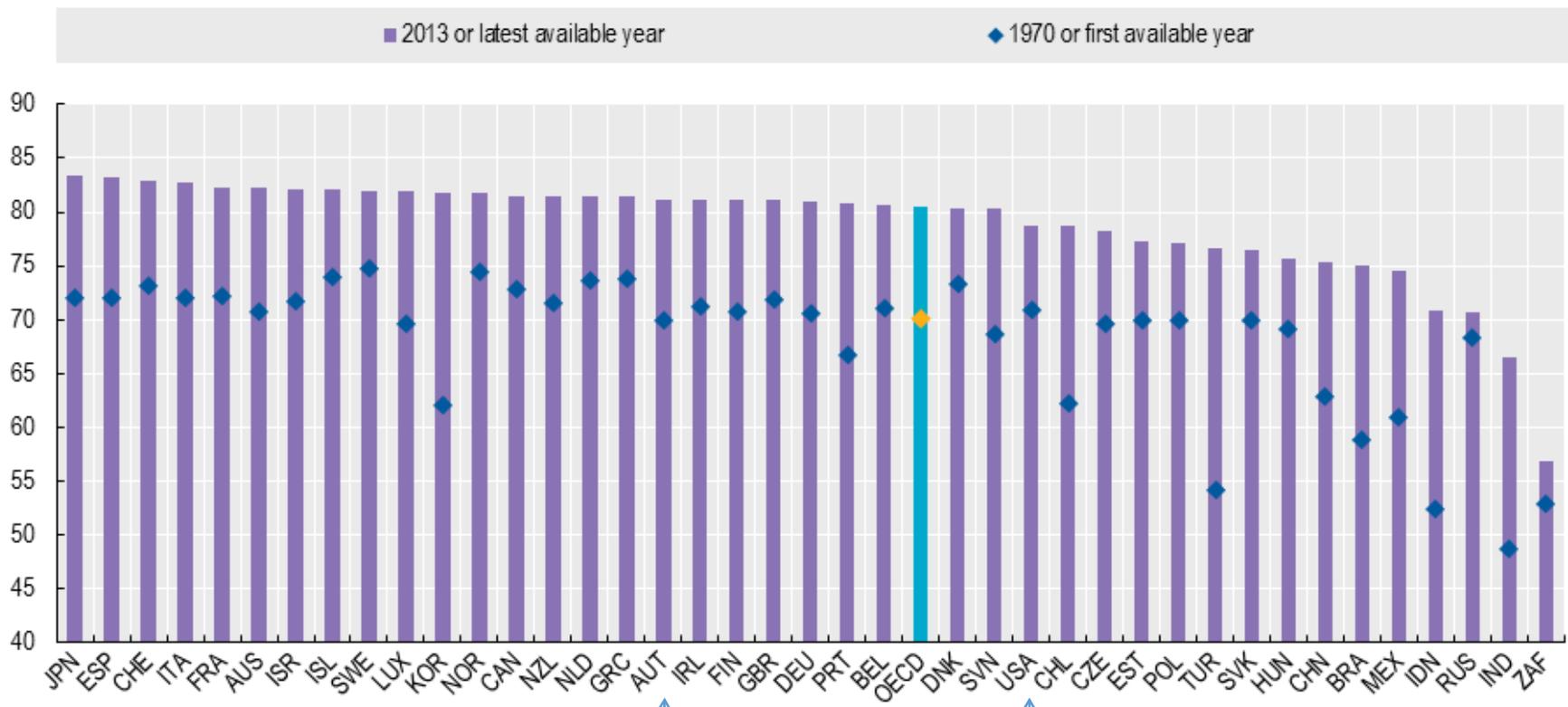


Figure 3. Total health care and social service spending in Organisation for Economic Co-operation and Development countries and the United States, 2009.

Source: E. H. Bradley and L. A. Taylor, *The American Health Care Paradox: Why Spending More is Getting Us Less* (New York: PublicAffairs, 2013).

Life Expectancy at Birth Number of Years



4 Faktoren beeinflussen Länge und Qualität des Lebens

- 1.) Gesundheitsverhalten (30%)
- 2.) Klinische Versorgung (20%)
- 3.) Soziale und ökonomische Faktoren (40%)
- 4.) Physische Umgebung (10%)

(University of Wisconsin, Population Health Institute 2014)

Die Diskussion im Gesundheitswesen geht meist um Punkt 1 und 2

Die sozialen Determinanten werden kaum diskutiert
Sie leisten aber den gleichen Beitrag

Indirekt wirkende soziale Faktoren:

- Zugang zu medizinischer Versorgung (Arbeitszeit, Krankenstand, Öffnungszeiten, Transport, Kinderbetreuung etc. verhindern Arztbesuche)
- Qualität der Gesundheitsversorgung
- Erhöhter Lebensstress
- Veränderungen im Verhalten durch schlechte soziale und ökonomische Rahmenbedingungen wirken von selbst (kein gesundes Essen leisten können, weniger Möglichkeit zur Bewegung, unsichere Arbeit, Schule, Kindererziehung, Nachbarschaft, lange Transportwege etc.)
- Schlechteren und riskanteren Lebensbedingungen

Direkt wirkende soziale Faktoren:

- Chronischer Stress – Ausschüttung von Stresshormonen
- Epigenetische Veränderungen:
bestimmen wie stark ein Gen wirken kann
Chronisch gestresste Eltern können diese Veränderungen an ihre Kinder weitergeben, auch wenn diese gar nicht gestresst sind
- S und Ö Faktoren bestimmen, wie stark jemand gesunder bzw. ungesunder Umgebung ausgesetzt ist
- Bildung bestimmt die Arbeitschancen und damit das Einkommen

In der Lebenszeit hängt die Wahrscheinlichkeit gesund zu bleiben stark von den sozialen Determinanten ab

Schützende Faktoren sind:

- Weiße Hautfarbe
- Gute Bildung
- Gute finanzielle Situation
- Umgebung mit geringer sozialer Diskrepanz

Das führt über die Lebenszeit zu vielen schützenden Faktoren und damit zu einer guten Gesundheit und längerem Leben

Diese Effekte des sozioökonomischen Status(SÖS) auf Erwachsene sind gut dokumentiert.

(Adler et al. 1994)

Verschiedene Varianten von „Kapital“

Finanzielles Kapital:

Materielle Güter

Oft gemessen an Einkommen, Arbeitsstatus, Kosten der Wohnung etc. Es meint den Wohlstand im Sinne von Zugang zu Möglichkeiten als Barometer

Humanes Kapital:

nicht materielle Güter wie Bildung, Selbstsicherheit, Problemlösungskapazität

Soziales Kapital:

Ressourcen die man durch soziale Verbindungen erreicht. Das meint z.B. die Zahl der Eltern im Haus, aber auch die Arbeit bestimmt das soziale Netzwerk

(Oliver, Shapiro 95, Ostrove, Feldman, Adler 99)

Als Konsensus wird oft Einkommen, Bildung und Arbeit repräsentativ für den sozioökonomischen Status genommen (White 82)

Er ist breit assoziiert mit der gesundheitlichen, kognitiven und sozioemotionalen Entwicklung der Kinder

Der Prozess beginnt bereits vor der Geburt und setzt sich bis ins Erwachsenenalter fort
(Bradley, Corwyn 2002)

Kinder aus Familien mit geringen SES haben einen Mangel an Ressourcen und Erfahrungen

Damit steigt ihr Risiko auf Probleme
(Brooks-Gunn 1997)

Auswirkungen eines negativen SÖS der Eltern auf die Kinder vor der Geburt:

- eher Wachstumsretardierung
- Bereits intrauterin inadäquate neurobehavioural Entwicklung
- Eher Asphyxie, Geburtsfehler, Behinderung, fetales Alkohol Syndrom, AIDS etc. (Di Pietro et. Al. 99)

Sie sind eine Folge von:

- schlechter vorgeburtlicher Pflege
- schlechter Ernährung
- Substanzmissbrauch
- Infektionserhöhendem Lebensstil
- Ungesunder Nachbarschaft etc. (US Dep. Health Hum. 2000a)

Nach der Geburt:

- Mehr Verletzungen und Todesfälle (Scholer, Hickson; Ray 99, Overpeck et.al. 98)
- Mehr Krankheiten: Atemwegserkrankungen (Cohen 99)
- Karies, Eisenmangel, sensorische Einschränkungen (US Dep. Health Hum. 2000b)

Ursachen:

schlechte Ernährung, Tabak, keine Impfungen, schlechter Zugang zum Gesundheitssystem

Wenn die Kinder Gesundheitsprobleme haben sind diese oft auch schwerer

Der Einfluss von geringem Einkommen hängt auch davon ab wie lange die Armut dauert und zu welchem Kindesalter die Eltern arm sind

(Bradley, Whitside-Mansell 97, Duncan, Brooks-Gunn 97)

- Leiden 2-3 mal häufiger Komplikationen bei Appendicitis oder bakterieller Meningitis
- Sterben in jedem Lebensalter eher an Verletzungen oder Infektionen (US Dep. Health Hum. 2000b)
- Sind länger im Akutkrankenhaus als andere (Bradley, Kelleher 92)
- Haben eher Langzeitfolgen

Wenn sie die ersten drei Lebensjahre arm sind, haben sie mehr Probleme beim Wachstum, dem Gesundheitsstatus, Intelligenz und Verhalten (Bradley, Whitside-Mansell)

Jugend:

Hier besteht Verbindung zu Depression, Fettsucht, subjektiver erlebter negativer allgemeiner Gesundheit (US Dep. Health Hum. 2000 a,b)

Unterschiede in der Qualität der frühen Umgebung in Bezug auf Stimulation, emotionale und physische Unterstützung beeinflussen die kognitive, soziale und Verhaltensentwicklung

- Sie beeinflussen den Schulerfolg und die eventuelle akademische Bildung (Mc Call 81)
- Wenn die Eltern arbeiten gibt es mehr Anregung für die Kinder, bessere verbale Skills und Language Performance (Hart, Risley 95)
- Die sozioemotionale Entwicklung ist gestört
- Die Kinder haben öfter psychiatrischen Störungen oder maladaptives soziales Funktionieren (Bolger et.al. 95, Broogs-Gunn97, Mc Coy et.al 99)
- Jugendliche zeigen mehr poor adaptive functioning, Depression und delinquentes Verhalten (Mc Loyd 97)
- Am stärksten ist die Verbindung bei Schizophrenie, Persönlichkeitsstörung ausgeprägt, mittelstark bei Depression (Ortega, Corzine 90)

Low SÖS steht in Verbindung zu fast jedem geringen Outcome in fast jedem Gebiet des Functioning

Die Qualität der häuslichen Umgebung korreliert mit der Zahl der Entwicklungsprobleme (Bradley et.al 2000)

Zentrale Themen sind:

- **Ressourcen** – Ernährung
- **Zugang zum Gesundheitssystem**
Sie kommen über Notfallaufnahme, werden später behandelt, wenig Wissen und falsche Vorstellungen
- **Wohnen**
Dichtes und schlechtes Wohnen in schwieriger Nachbarschaft, dadurch mehr Verletzungen und Krankheiten und geringeres intellektuelles und soziales Well Being (Bardaley , Corwyn 2001, Guo, Harris 00)
- **Zugang zu kognitiv stimulierendem Material**
(Reisen, Museen, Theater, andere Übungen für Skills)(Guo, Harris 00)
- **Stil der Eltern**
Eltern mit hohem SÖS reden mehr, lesen mehr vor, bieten mehr Lernerfahrungen (Shonkoff, Phillipps 00)

Erwartungen der Lehrer:

Weniger Erwartung und Unterstützung für gute Performance

Ohne Förderung erfüllen sie das Stereotyp – es kommt zum negativen Kontakt und zu acting out, oder Depression

Stress:

Sie erleiden mehr beängstigende, nicht kontrollierbare oder destabilisierende Life Events, mehr Gewalt und Angriffe

Dazu kommen instabile Arbeit, wenig Selbstwert, wenig Gefühl der Kontrolle über das eigene Leben, Ärger, Depression, Gefühl der Machtlosigkeit

Die Qualität der häuslichen Umgebung Korreliert mit der Zahl der Entwicklungsprobleme (Bradley et.al 2000)

- 1.) Soziale Ursache – Armut und ihre Co Faktoren
- 2.) Soziale Selection, Drift Theory – die Menschen mit psychischer Erkrankung driften in Richtung niedrigem SÖS

Niedriger SÖS steht in Bezug zu fast jedem schlechteren Outcome in fast jedem Gebiet des Funktionierens und der Gesundheit

Langes Leben in schlechten SÖS scheint die Energiereserven zu verbrauchen und führt zu negativem emotionalem Status wie Angst, Depression, Feindseligkeit und dadurch weniger Beziehungen (Gallo, Matthews 99)

Die Ergebnisse sind:

- Stress bezogene chronisch erhöhte Vigilanz
- Aktivitäten eher auf der Basis der Anforderungen der Umgebung als auf den selbst gewählten Zielen
- Ein geringerer Rahmen von Fähigkeiten
- Orientierung am Jetzt
- Emotionales Reagieren
- Eltern neigen zu negativen Kontroll-Strategien und wenig Wärme und Beziehung

Das Fehlen von positiver Elternschaft ist ausschlaggebend nicht das Fehlen von Negativer
Wenn Eltern trotz Armut optimistisch bleiben ist das ein protektiver Faktor
(Bradley , Corwyn 99)

Kurzfristiger Stress

Auf schwierige externe gesellschaftlichen und interne familiäre Rahmenbedingungen reagieren Menschen mit dem Aufbau von innerem Stress

Ist er nur kurz und kann gelöst werden -

Es kommt ein gutes Gefühl auf – inneres Belohnungssystem

es entstehen keine Langzeitfolgen

Im Gegenteil:

die Person erlebt sich selbst als fähig zur Veränderung, hat das Gefühl das eigene Leben im Griff zu haben und baut damit schützende Faktoren auf

Langfristige Stress:

Gelingt es nicht die Probleme zu lösen - entsteht ein langfristiges, chronisches Stressproblem

Das bedeutet:

- 1.) Das Gefühl den Problemen hilflos ausgeliefert zu sein - die Probleme nicht selbst lösen zu können
- 2.) Übergang von der aktiven in die emotionale Stressverarbeitung mit massiv negative Folgen
- 3.) Durch Ausschüttung von Cortisol :
Aufweichung der Bahnungen im Gehirn, soll den Menschen dabei unterstützen, neue Lösungswege zu finden

Danach setzt die negative Wirkung des Cortisols (einem Cortison ähnlichen körpereigenen Stoff) ein

Daraus ergeben sich dann die massiv negative körperliche Folgen

Außer dem hier beschriebenen niedrigen sozialen Status – was löst Ihrer Meinung nach noch chronischen Stress aus

Schreiben Sie bitte kurz nieder:

- 1.) Beispiele aus Ihrem Leben
- 2.) Beispiele und Erfahrungen die Sie in Ihrer Arbeit kennengelernt haben

Niedriger SÖS ist nicht die einzige Ursache für chronischen Stress

Früh beginnend und lange dauernd bildet er durch Verhaltensänderungen und geringere allgemeine Chancen die Basis auch in anderen Gebieten Stress zu bekommen

Wichtige Bereiche sind:

- Einsamkeit
- Arbeitsüberlastung (Burn Out)
- Fehlende Arbeit und damit fehlender Sinn und Selbstwert psychische Erkrankung
- Langfristige Beziehungsprobleme oder keine Beziehung
- Langfristige körperliche Probleme (z.B. Schmerzen, chron. Erkrankungen etc.)

Er führt zu massiven Problemen in Bezug auf:

Körperliche Gesundheit

Psychische Gesundheit

Er ermöglicht auch keinen guten Umgang damit

- Schlechte Lebensqualität
- Größerer Health Care Use
- Höheres Risiko auf vorzeitige Sterblichkeit
- Schlechtere physische Funktionsfähigkeit
- Müdigkeit
- Schlafstörungen, unruhige Füße
- Mangel an Selbstwert und Selbstbewusstsein

- Mangelnder Selbstwert
- Angsterkrankung
- Depression
- Psychose
- Sucht
- Vermehrt Suizid

Verstärkte hypothalamische adrenocorticotale Aktivität (Adam et al. 06)

- Absinken des Immunsystems
- Mehr Infektionen
- Höherer Krebsrate
- Schlafstörungen
- Bluthochdruck oder dessen Vorläufer
- Vermehrt Diabetes, Blutzucker steigt
- Vermehrt Übergewicht
- Vermehrt Hypercholesterinämie,
- Vermehrt Schlaganfälle
- Vermehrt Herz Kreislauferkrankungen
- Vermehrt Magengeschwüre
- Libido und Potenz lassen nach
- Vermehrt Osteoporose
- Alzheimer kommt eventuell früher und verläuft schneller

- Rauchen,
- Alkohol und Drogen,
- Zu viel essen aber weniger Obst und Gemüse,
- Wenig Bewegung,
- Häufigere ungeschützte Sexualkontakte (als Entlastungsmechanismen)
- Eher alleine lebend (kinderlos, nie verheiratet)
- Geringe Bildung
- Geringes Einkommen
- Immigrantenstatus
- Geringer sozialer Support
- Höhere Arbeitslosigkeit
- Zunehmend Stress bei der Arbeit
- Viele Arztkontakte

(Stickley, Kuyanagi 18, Leigh-Hunt et al. 17, Henriksen et al. 17, Rico-Urbe 18, Richard et al. 17, Yang 18, Hawkey 2006)

50% angeboren (z.B. der Level des Distress hervorgerufen durch Social Disconnection)

50% Umgebungsbeeinflussung (Boomsma et al.05, McGuire, Clifford 00)

Reduzierter Level an schützenden Hormonen

Hypervigilanz durch soziale Ängste und Belastungen

Verändertes Denken

Veränderungen des Immunsystems

Angeborene psychologische Disposition

Psychosomatischer Weg über Selbstbewusstsein und Hoffnungslosigkeit,

Ausgeliefertsein – triggert das Stress –Antwort System -

führt zu Verhaltens- und physiologischen Veränderungen

Welche Möglichkeiten der Intervention sehen Sie um einen niedrigen sozialen Status und die Folge chronischen Stress zu verhindern, abzufangen oder zu beenden.

- 1.) Auf individueller Ebene
- 2.) Auf gesellschaftlicher Ebene

Es gibt 2 Wege

Prävention

Rasche Unterstützung um chronische Folgen zu verhindern

Beides ist auf der individuellen und der gesellschaftlichen Ebene möglich

Individuelle Ebene - Prävention eines niedrigen SÖS

- Idealerweise passiert das bereits in der Kindheit
- Wenn Eltern trotz Armut optimistisch bleiben ist das ein protektiver Faktor (Bradley, Corwyn 99)
- Wenn sie dem Kind vorleben, dass es trotz einer schwierigen Situation im Leben möglich ist viele Bereiche selbst zu steuern
- Aktiver Umgang mit Problemen
- Motivation zu Bildung, zu Sprache, zu Ausbildung, zu Weiterbildung
- Das bedeutet bereits für die Kinder eine wesentlich höhere Chance in bessere Verhältnisse zu kommen

Wenn man bereits in der „Falle“ sitzt :

- es ist wichtig die aktive Motivation zu behalten.
- Versuche zur Weiterbildung, im Job zu bleiben um den Rhythmus nicht zu verlieren, auch wenn der Job nicht passt
- Pflege des Restes an Selbstwert,
- Dem Drang nach Rückzug nicht nachgeben - Kontakte erhalten
- Dadurch kommt man auch eher zu hilfreichen Informationen
- Durch den erhaltenen Selbstwert wird es auch leichter die bestehenden Unterstützungen anzunehmen

Verhinderung von negativen Folgen:

- Das Bewusstsein, dass positive Grundhaltung wichtig ist
- Jede Hilfe ohne Scheu und Scham annehmen
- Aktiv nach außen gehen um sich Hilfe zu holen
- Fortbildung einfordern und versuchen die Ausgangsbasis zu stärken
- Nicht aufgeben

Prävention:

- Den sozialen Zusammenhalt in der Gesellschaft stärken
- Je weiter die Einkommensschere aufgeht desto mehr verlieren alle an Ausgeglichenheit und friedlichem Zusammenleben in der Gesellschaft
- Die eingesparten Kosten müssen in den Bereichen Recht Sicherheit langfristige Unterstützungen, Kosten für Arbeitslosigkeit etc. ausgegeben werden
- Voraussetzung ist allen Gruppen den Anschluss an die in Zukunft notwendige Bildung zu ermöglichen
- Jeder soll seine persönliche Bestmarke in Bezug auf Ausbildung erreichen können

Das bedeutet:

- Jungen Menschen Perspektive geben
- Erwachsenen eine Situation um mit Familie leben zu können
- Älteren Menschen (besonders Frauen) die Chance das Alter ohne Armut zu verbringen.

Unterstützung:

Gute Hilfe ist rasche Hilfe

Im Krisenfall ohne überbordende Bürokratie an einer Stelle die notwendige Unterstützung bekommen

Die Hilfe muss die Person in der Lage versetzen an der Verbesserung ihrer Lage zu arbeiten, nicht nur Zeit damit zu verbringen irgendwie über die Runden zu kommen.

Je länger der Zustand des niedrigen SÖS einer Familie dauert, desto sicherer ist, das auch die Kinder in Zukunft Probleme haben werden. Eine Bindung an Aktivitäten zur Verbesserung ist aber möglich

Lange Phasen von chronischem Stress zu psychischen und körperlichen Erkrankungen

Der Zusammenhang der Gesamtkosten für die Gesellschaft wird selten berechnet

Die Umwälzung vom Sozial in den Gesundheitsbereich durch zu geringe und zu späte Unterstützung ist groß. Im Sozialbereich wird bei fehlender Prävention ein Vielfaches für die Langzeitbetreuung aufgewendet werden müssen

Die unbeliebtesten und teuersten Strukturen im stationären Bereich bilden das letzte Auffangnetz. Sie sind für extreme Krisensituationen sehr wichtig. Sie sind aber kein Ersatz für die Fehler im Vorfeld

Wird keiner dieser Wege genützt
entsteht ein langwieriger Prozess

mit unsicherem Ausgang für die Person,

aber sicherem Ausgang System und Gesellschaft
(hohe Kosten)

Nach diesen bekannten und vielleicht auch neuen
Informationen

Was hat Ihnen Nutzen gebracht?

**Werden Sie in Zukunft beruflich oder privat etwas anders
machen?**

Danke für die Aufmerksamkeit

Günter Klug
guenter.klug@gfsg.at