

HELDEN.CHECK 2.0 - Die Kampagne für mehr Männergesundheit

Warum Gesundheitsvorsorge in Coronazeiten besonders wichtig ist.

Gerade weil das letzte Jahr nur ein Gesundheitsthema gekannt hat, ist es umso wesentlicher, die Wichtigkeit einer rechtzeitigen Gesundheitsvorsorge wieder in den Vordergrund zu rücken. Volkskrankheiten wie Bluthochdruck oder Diabetes sind nicht verschwunden, sondern stellen im Zusammenhang mit Corona eine noch größere Gefahr für die Gesundheit dar, als sie es ohnehin schon sind. Im Frühling 2021 sorgt nun der „Helden.Check 2.0“, die Männergesundheits-Kampagne des Landes Salzburg und der Ärztekammer Salzburg, unter besonderen Corona-Bedingungen wieder für die notwendige Aufmerksamkeit. Wo in den letzten Jahren Vorsorgeuntersuchungen bei Salzburger Unternehmen vor Ort umgesetzt werden konnten, steht in diesem Jahr die digitale Präsenz der Kampagne im Fokus. Auf der Kampagnen-Website www.heldencheck.at, auf den Social Media-Kanälen und in einem eigenen Blog findet man wesentliche, aber auch unterhaltsame Inhalte rund um die Themen Männergesundheit, gesunder Lebensstil, Sport und Ernährung. Die Initiative Helden.Check des Gesundheitsressorts des Landes Salzburg und der Salzburger Ärztekammer findet in diesem Jahre bereits zum neunten Mal statt.

Männer sind Vorsorgemuffel. Laut Statistik Austria haben 2019 nur 11,5% der männlichen Bevölkerung in Österreich die präventive Vorsorgeuntersuchung in Anspruch genommen. Auch wenn die Corona-Pandemie viele Themen überlagert, verschwinden die Volkskrankheiten nicht. Im Gegenteil: Wer durch klassische männliche Gesundheitsprobleme wie beispielsweise Bluthochdruck oder Diabetes vorbelastet ist, gehört zur Corona-Risikogruppe und ist gleich doppelt gefährdet. Der Helden.Check 2.0 hat sich zum Ziel gesetzt, wertvolle Aufklärungsarbeit zu leisten und die männliche Bevölkerung zur möglicherweise lebensrettenden Vorsorgeuntersuchung zu bewegen.

Modern, unterhaltsam und gesundheitsfördernd: Der digitale Helden.Check 2021

Wesentlicher Bestandteil der Kampagne waren in den vergangenen Jahren die Vorsorgeuntersuchungen, die bei teilnehmenden Salzburger Unternehmen direkt vor Ort stattfinden konnten. „Das Angebot ist in der Vergangenheit sehr gut angenommen worden und wir hätten es gerne so weitergeführt. Unter den aktuellen Umständen wäre es jedoch unverantwortlich gewesen, eigens initiierte Untersuchungen in den Betrieben stattfinden zu lassen – das war für uns keine Option.“, so Dr. Christian Stöckl, Sprecher des Gesundheitsressorts des Landes Salzburg. Stattdessen informiert die Kampagne umfassend zu Volks- und Zivilisationskrankheiten, die vor allem Männer betreffen: „Die Corona-Krise und der Lockdown haben die Gesundheit jedes Einzelnen auf eine besondere Belastungsprobe gestellt und sogar manche Zivilisationskrankheiten begünstigt, die mit Bewegungsmangel, Stress und ungesunder Ernährung einhergehen. Mit dem Helden.Check 2021 wollen wir insbesondere Männer darauf aufmerksam machen, wie Risikofaktoren durch einen gesunden Lebensstil und regelmäßige Vorsorgeuntersuchungen minimiert werden können. Mit unserer diesjährigen digitalen Helden.Check-Kampagne gehen wir mit der Zeit, machen das Beste aus der aktuellen Situation und sorgen dafür, dass die Wichtigkeit der Vorsorge nicht in Vergessenheit gerät“, so Dr. Stöckl.

Raus aus der Risikogruppe

Dass Gesundheitsprävention gerade jetzt einen besonders wichtigen Stellenwert hat, bestätigt Dr. Peter Kowatsch, Vorsorgereferent der Ärztekammer Salzburg und Mitinitiator vom Helden.Check: „Die Corona-Pandemie hat uns drastisch vor Augen geführt, dass Gesundheit unser höchstes Gut ist. Zur Risikogruppe gehören nicht nur ältere Personen, sondern auch Menschen mit Übergewicht, Herz-, Kreislaufbeschwerden oder anderen Zivilisationskrankheiten. Sie schwächen das Immunsystem und machen anfälliger für Krankheiten und Viren – wie beispielsweise Sars-CoV-2. Aktive Gesundheitsprävention ist also wichtiger denn je – und dazu gehören auch regelmäßige Vorsorgeuntersuchungen beim niedergelassenen Arzt des Vertrauens.“

Helden retten Leben – auch ihr eigenes

Die diesjährige Helden.Check-Kampagne richtet sich gezielt an die männliche Bevölkerung ab 35 Jahren im Land Salzburg. Mit unterhaltsamen Sujets und humoristischen wie aufklärenden Videos bringt die Kampagne den Männern das Thema Vorsorge spielerisch näher. Mit einem klaren Ziel: Männer zur Vorsorgeuntersuchung beim Arzt ihres Vertrauens zu bewegen. In den Videos werden die wichtigsten männlichen Gesundheitsthemen, wie Herzkreislauf-Erkrankungen, Krebsvorsorge, Burnout und Erektionsstörungen behandelt. Mit zahlreichen redaktionellen Beiträgen, attraktiven Gewinnspielen und einer digitalen Werbekampagne werden gezielt die Salzburger Männer informiert und dem Thema Männergesundheit den Raum gegeben, den es verdient.

Vorsorgeuntersuchungen können Leben retten. Neben erhöhten Blutfettwerten, Bluthochdruck und anderen Risikofaktoren können auch bösartige Zellveränderungen, wie das Prostatakarzinom frühzeitig erkannt und behandelt werden. Bleiben diese Veränderungen unerkannt, kann das fatale Folgen haben. Trotzdem nimmt nur knapp ein Achtel aller Männer regelmäßig Vorsorgeuntersuchung in Anspruch.

Der männliche Patient

Die durchschnittliche Lebenserwartung von Männern in Salzburg liegt bei 80,4 Jahren, bei den Frauen bei 84,8 Jahren – Männer sterben also im Schnitt fünf Jahre früher als ihre weiblichen Zeitgenossen. Dieser Trend zeigt sich auch in der Corona-Pandemie: Männer erleiden öfter einen schweren Verlauf und sterben statistisch gesehen häufiger an den Folgen einer Corona-Infektion. Aber nicht nur übertragbare Krankheitserreger stellen für Männer ein höheres Risiko dar, so Dr. Kowatsch: „Bei Männern wird überschüssiges Körperfett hormonell bedingt vor allem im Bauch abgelagert. Dieses viszerale Fett rund um die Bauchorgane erhöht nachweislich das Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen, wie Bluthochdruck, Schlaganfall und Herzinfarkt, aber auch für bestimmte Krebsarten und Diabetes Typ 2. Ausreichend Bewegung, gesunde Ernährung und regelmäßige Vorsorgeuntersuchungen können hier entscheidend gegenwirken.“

Vorsorge kann Leben retten

Neben der Untersuchung des allgemeinen Gesundheitszustandes zur Vorbeugung von Beschwerden kann eine Vorsorgeuntersuchung auch Leben retten. So stehen die Heilungschancen für ein Prostatakarzinom, das rechtzeitig erkannt wird, gut bis sehr gut. Darum plädiert Dr. Peter Kowatsch auch hier für Vorsorge statt Nachsorge: „Je früher wir ein bösartiges Karzinom entdecken, desto mehr Chancen haben wir, die Krebszelle zu besiegen. Je weiter der Krebs schon fortgeschritten ist, desto schwieriger wird eine erfolgreiche Therapie.“ Da das Risiko für Krebserkrankungen mit steigendem Alter wächst, empfiehlt Dr. Kowatsch Männern spätestens ab 35 Jahren regelmäßig die Vorsorgeuntersuchung bei ihrem Arzt in Anspruch zu nehmen, die die Gesundheitskasse kostenlos ermöglicht.

Es gibt also viele gute Gründe, regelmäßig zur Vorsorge zu gehen. Warum gerade Männer dieses Angebot trotzdem noch viel zu selten in Anspruch nehmen, kann mehrere Gründe haben, so Kowatsch: „Viele Männer sind beruflich stark eingespannt und nehmen sich ungern Zeit für Arztbesuche oder Vorsorgeuntersuchungen. Aber auch Angst spielt eine wichtige Rolle. Erst, wenn die Anzeichen einer ernsten Erkrankung nicht mehr zu ignorieren sind, wollen Männer Hilfe in Anspruch nehmen – doch dann ist es oft schon zu spät.“

Vorsorge- und Achtsamkeitskampagne: Bewusstsein schaffen

„Gerade bei Männern muss noch mehr Bewusstsein für die eigene Gesundheit und die Notwendigkeit von Prävention geschaffen werden.“, so Dr. Stöckl. Prostatakrebs ist zum Beispiel die häufigste Krebsform bei Männern – und die kann durch regelmäßige Vorsorgeuntersuchungen rechtzeitig erkannt und gut behandelt werden. Aber auch andere Frühwarnzeichen werden erst beim medizinischen Check-Up erkannt: Bluthochdruck oder schlechte Blutwerte bergen gesundheitlich hohe Risiken, sind aber unsichtbar und bleiben ohne Untersuchung unentdeckt. Und auch was den Lebensstil angeht, bedarf es an Aufklärung. „Viele Männer glauben, Bewegung und eine gesunde Ernährung seien nur wichtig, um Übergewicht und Diabetes zu vermeiden. Dass mit einem ungesunden Lebenswandel aber auch Potenzstörungen und psychische Belastungen bis hin zum Burn-Out zusammenhängen können, ist vielen Männern nicht bewusst.“, erklärt Dr. Kowatsch.

Helden.Check2021: Starke Partner für die Salzburger Männergesundheit

Die Initiatoren stehen mit ihrer Kampagne nicht alleine da: Viele Salzburger Betriebe unterstützen die Kampagne mit attraktiven Preisen, von denen die „Helden“ im Rahmen von Gewinnspielen und anderen Aktionen profitieren können. Dr. Stöckl: „Die Kampagne lebt auch von dem starken Netzwerk von Partnern und Betrieben, die die Idee gemeinsam tragen. Auch im Namen des Landes Salzburg bedanke ich mich ganz herzlich bei allen, die hier zum Erfolg der Kampagne beitragen!“ Vom innovativen Fitnessstudio MAIKAI über SPAR Österreich bis zum Alpenverein gehören zu diesen Partnerbetrieben verschiedenste österreichische Betriebe, die sich für einen gesunden Lebensstil einsetzen. Der Salzburger Unverpackt-Laden „Genuss proGramm“, der Bikepalast Salzburg, die Foodninjas und die Healthy Snack Bar Dean&David sind ebenfalls als Unterstützer mit an Bord der Gesundheitsinitiative.

Digitalkampagne im Zeichen der Vorsorge

Umgesetzt wird die PR & Digitalkampagne von der Salzburger Kommunikationsagentur ple-nos, die die wertvolle Initiative mit ins Leben gerufen hat und stolz auf dieses Traditionsprojekt ist. „Zum neunten Mal rufen wir jetzt gemeinsam mit dem Land Salzburg und der Salzburger Ärztekammer zur Vorsorge auf. Immer auf unterschiedliche Weise, aber immer mit großem Anklang und hoher Resonanz.“ freut sich Mag. Veit Salentinig, Geschäftsführer und Eigentümer der Agentur. „Dieses Jahr nutzen wir die Kraft der digitalen Kommunikation, um das Thema in Pandemiezeiten an den „Mann“ zu bringen. Ein moderner Mix aus PR-Arbeit, digitalem Performance-Marketing, das von Social Media-Kampagnen bis hin zu komplexen Programmatic Advertising-Kampagnen reicht und spannendem Storytelling über alle Kanäle hinweg, erzeugt die notwendige Aufmerksamkeit für dieses wichtige Thema.“

Zusätzlich möchte man im Herbst die Kampagne wieder aufgreifen und auch wieder mit den Untersuchungen in den Salzburger Betrieben beginnen, wenn es die Situation zulässt.

Echte Helden gehen zur Vorsorge. Sei auch du ein Held.

Mission Statements:

Dr. Christian Stöckl, Gesundheits- und Spitalsreferent, Landeshauptmann-Stv.:

„Wir alle wissen, dass Corona eine ernst zu nehmende Pandemie ist. Umso mehr möchte ich an alle appellieren, auch ihre Gesundheit ernst zu nehmen. Mit Vorerkrankungen, Übergewicht und Herz-Kreislaufproblemen – also den uns bekannten Volkskrankheiten – gehört man auch im Zusammenhang mit Corona zu den Risikogruppen. Dieses Risiko kann man präventiv durch einen gesunden Lebensstil und regelmäßige Vorsorgeuntersuchungen reduzieren. Tun Sie es!“



Bildrechte: Manuel Horn

Dr. Peter Kowatsch, Vorsorgereferent der Ärztekammer Salzburg:

„Für meine Kollegen und mich waren die letzten Monate ein Ausnahmezustand. Viele der Corona-Patienten gehörten zu den sogenannten Risikogruppen, die teilweise einen besonders schweren Verlauf erleiden mussten. Mit dieser Erfahrung kann ich nur einmal mehr dazu aufrufen, auf sich und seine Gesundheit zu achten. Speziell Männer haben hier Nachholbedarf, weshalb der Helden.Check für mich eine Herzensangelegenheit ist. Die Pandemie hat uns gezeigt, dass es Leben retten kann. Nutzen sie die Vorsorgeuntersuchung beim Arzt Ihres Vertrauens.“



Bildrechte: Dr. Peter Kowatsch

Bildmaterial

	<p>Abb.1 Helden.Check Kampagne 2021</p> <p>Im Frühling 2021 sorgt der „Helden.Check“, die Männergesundheits-Kampagne des Landes Salzburg und der Ärztekammer Salzburg, unter besonderen Corona-Bedingungen wieder für Aufmerksamkeit. Wo in den letzten Jahren Vorsorgeuntersuchungen bei Salzburger Unternehmen vor Ort umgesetzt werden konnten, steht in diesem Jahr die digitale Präsenz der Kampagne im Fokus.</p> <p>Fotocredit: Plenos</p>
	<p>Abb.2 Helden.Check Sprüche und Sujets</p> <p>Auf der Kampagnen-Website www.heldencheck.at, auf den Social Media-Kanälen und in einem eigenen Blog findet man interessante und unterhaltsame Inhalte rund um die Themen Männergesundheit, Lifestyle, Sport und Ernährung. Mit humoristischen Sujets und ansprechenden Aufklärungsvideos wird dem Thema Männer-gesundheit wertvollen Platz gegeben.</p> <p>Fotocredit: Plenos</p>

Unter folgendem Link finden Sie die Videos & Sujets zum Download:

<https://www.plenos.at/helden-check-2.0>

Mehr Infos unter www.heldencheck.at

Pressekontakt

Jonas Loewe, MSc
 plenos - Agentur für Kommunikation GmbH
 Siezenheimer Straße 39a
 5020 Salzburg
 T +43 662 620242 37
 M +43 676 83786229
jonas.loewe@plenos.at