

Statement des Verwaltungsratsvorsitzenden

(Es gilt das gesprochene Wort)

Sehr geehrte Mitglieder des Verwaltungsrates,
sehr geehrte Mitglieder des Vorstandes,
sehr geehrte Damen und Herren,
sehr geehrte Gäste, liebe Zuhörerinnen, liebe Zuhörer

„Unsere Gesundheit sollte uns mehr wert sein.“

Für mich ist das ein ganz wichtiger Satz.
Und in diesen Zeiten ist der Inhalt wohl nochmal besonders relevant, aber im Grunde gilt er seit eh und je und sowieso immer. Und es ist der wichtigste Satz, der Kernsatz in meinem heutigen Statement.

Ich möchte Ihnen und Euch anhand einiger Themen zeigen, worum es mir dabei geht.

Es geht um Inhalte, die uns alle angehen, ob gesellschaftlich, gesundheits- oder familienpolitisch. Damit wir bei der Behandlung dieser Inhalte aber nicht immer bei anderen anfangen und Forderungen definieren, fange ich praktisch bei mir selbst an und hoffe, dass ihr davon etwas für euch ableiten könnt.

- A.** Ich beschäftige mich schon länger mit dem Thema "Selbstwirksamkeit". Was genau ist damit gemeint, und was hat das mit dem eben genannten Kernsatz zu tun?

Menschen, die stark an sich glauben, sprich eine hohe Selbstwirksamkeit haben, sind sich sicherer als andere, dass sie ihre eigenen Herausforderungen meistern können. Und sie handeln auch entsprechend. Menschen, die sich selbst gut im Griff haben, gelten oft als psychisch belastbarer und sie lassen sich auch weniger schnell aus der Ruhe bringen. Sie sehen Rückschläge eher als Herausforderung an und nicht als Niederlage.

Mir hilft das dann auch dabei, ein gesundheitsbewussteres Leben zu führen. Und es kann auch dabei helfen, mit Krankheiten besser und erfolgreicher umzugehen. Betroffene mit hoher Selbstwirksamkeit suchen nach Möglichkeiten, wieder gesund zu werden. Am besten natürlich gemeinsam mit den Ärzten. Kurz gesagt, man nimmt eine Krankheit nicht als Schicksal hin, sondern versucht, selbst alles dafür zu tun, gesund zu werden.

Aber auch, wenn es darum geht, die eigene Gesundheit zu stärken, ist es wichtig, dass man an sich selbst glaubt. Das ist der erste Schritt zum Erfolg.

Denken Sie nur mal daran, wie es ist, wenn man vielleicht aufhören will zu rauchen oder fünf Kilo abnehmen möchte. Das sind definitiv Wege für eine bessere Gesundheit. Und auch hier hilft Selbstwirksamkeit. Das Ziel sieht Ihr nicht als Belastung, sondern als Herausforderung. Rückschläge sind natürlich auch ein Thema. Sie geben einem aber eher Ansporn, es nochmal zu versuchen.

Ich will dieses Thema in keinem Fall irgendwie esoterisch verstanden wissen. Darauf würde bspw. bei dem Begriff „Selbstbewusstsein“ auch niemand kommen.

Und Menschen mit hoher Selbstwirksamkeit sind eher optimistisch und steigern ihr Selbstbewusstsein. Und weil diese Eigenschaft so viele positive Begleiterscheinungen mit sich bringt, rede ich heute darüber und möchte Sie und Euch dabei zum Nachdenken

und Anregen bringen, sich damit mal ein wenig auseinanderzusetzen. Und ich bin zudem der Meinung, dass sich die Selbstwirksamkeit zudem auch als ein Thema für unsere Versicherten eignen würde. Sei es auf der Homepage der DAK-Gesundheit oder auch im Mitglieder magazin „fit“. Diese Anregung möchte ich somit auch noch geben, dies bei Gelegenheit mal öffentlichkeitswirksam zu präsentieren.

- B.** Mein zweites Thema, das mit meinem Kernsatz zusammenhängt, dreht sich um die Hitze in Zusammenhang mit Klima und Wetter. Der Hauptunterschied zwischen Wetter und Klima liegt ja im Betrachtungszeitraum: Wetter ist der aktuelle Zustand der Atmosphäre an einem bestimmten Ort, während Klima der durchschnittliche Wetterverlauf über einen langen Zeitraum ist, meist mindestens 30 Jahre. Wetter beschreibt den Moment, Klima die Statistik des Wetters.

2025 war das weltweit drittwärmste Jahr, seit es dazu Aufzeichnungen gibt. Wenn man zudem sich anschaut, dass es nur 0,01 Grad kühler war als die Jahre 2024 und 2023, dann kann man schon sagen, dass die Hitzejahre keine Ausnahmen mehr sind, sondern immer mehr zur Regel geworden sind. Das hat massive Auswirkungen auf uns und unsere Umwelt. Und damit auch auf unsere Gesundheit, die es zu schützen gilt. Es wirken dabei direkte und indirekte Einflussfaktoren auf uns.

Wir müssen uns bei den indirekten Auswirkungen auf alles Mögliche einstellen, bis hin zu Störungen der Infrastruktur. Das haben wir in unserem Land ja auch schon leidvoll erlebt. Ich erinnere nur an die schlimmen Ereignisse im Ahrtal. Solche Ereignisse sind dann leider oft auch gefährlich für Leib und Leben. Die Menschen können ertrinken oder bei Unfällen verletzt werden. Auch Krankheiten, die bspw. durch schmutziges Wasser übertragen werden, können ein Problem sein. Es wird dann auch klar, dass das auch deutliche Auswirkungen auf unser Gesundheitswesen hat. Wir reden hier von Rettungsfahrten, Arztbesuchen und Krankenhausaufenthalten.

Diese Ereignisse lassen sich leider nicht wirklich verhindern. Dazu ist die Klimaveränderung wohl auch schon sehr weit vorangeschritten. Natürlich gab es auch früher schon Wetterereignisse, die viele Menschenleben gekostet haben und bei denen Verletzte behandelt werden mussten. Gerade hier in Hamburg weiß man genau, wovon die Rede ist. Die heutigen Hitzeereignisse und die damit verbundene Klimaveränderung führen aber leider viel häufiger zu solchen Phänomenen. Und hier müssen wir Wege finden, diese zumindest abzuschwächen, wenn solche Ereignisse auftreten.

Die "Direct Impacts", also die direkten Auswirkungen, dagegen haben einen viel unmittelbaren Einfluss auf unsere Gesundheit. Dazu zählen zum Beispiel Hitzeerkrankungen wie Dehydrierung oder Hitzeschlag. Letztlich können Hitzeauswirkungen leider auch einen tödlichen Verlauf nehmen, weil sie sich erschwerend bei z. B. Atemwegs- oder Herz-Kreislauf-Erkrankungen auswirken. Damit verbunden sind dann auch vermehrt Krankenhausaufenthalte, die nicht nur für die Menschen belastend sind, sondern sich auch unser Gesundheitswesen insgesamt und damit verbundene Kosten auswirken. Heute werden wir noch viel über die finanziellen Belastungen in der GKV sprechen. Das sind dann auch Faktoren, die sich immer mehr bemerkbar machen werden.

Klar, ältere Leute oder Leute mit Vorerkrankungen sind von möglichen Hitzeerkrankungen stärker betroffen. Das gilt übrigens aber auch für Kinder und schwangere Frauen, bei denen man vielleicht denkt, dass sie grundsätzlich gesund und damit belastbarer sind. Im Grunde aber sind wir alle betroffen, und wenn vielleicht noch nicht jetzt, so doch mittel- oder langfristig. Und wenn es sich dabei um Krankheiten handelt, die erst viel später auftreten, wie z. B. der Hautkrebs, wenn man sich ungeschützt der Sonne ausgesetzt hat. Hier aber hat eine jede und ein jeder tatsächlich eine Reihe von guten Möglichkeiten, recht gut für sich zu sorgen und das ist wichtig. Für jeden Einzelnen, aber auch für die Gesundheit der Gesellschaft.

Übrigens, und das will ich noch loswerden, wird das Thema Hitze, und was sie auslöst, aber auch, wie man sich schützen kann, in der Ausgabe von "fit" im Juni ein wichtiger

Punkt sein. Rechtzeitig vor den Sommermonaten. Und ich habe mit der Unternehmenskommunikation vereinbart, dort ebenfalls ein kurzes Statement abzugeben. Mir war es aber bereits jetzt wichtig, meinen Eingangssatz, dass uns die Gesundheit mehr wert sein sollte, mit diesem Thema zu unterstützen. Wenn ich mit dem, was ich sage, die eine oder den anderen vielleicht dazu bringe, über die Hitzeproblematik nachzudenken, und wie man am besten damit umgeht, dann habe ich für mich schon viel erreicht. Und wenn wir es schaffen, das Thema in eine breite Öffentlichkeit zu tragen, und dazu soll ja auch der Artikel in der fit bezogen auf unsere Versicherten beitragen, dann ist das auch gut für unsere DAK-Gesundheit.

- C. Nun folgt noch mein dritter Ansatz, der uns für die Gesundheit in der Gesellschaft mehr wert sein sollte, und den ich Ihnen nun noch abschließend vorstellen möchte: die Mediensucht bei Kindern und Jugendlichen. Dieses Problem gewinnt nicht nur in der Öffentlichkeit, sondern auch in der Politik und bei uns als Krankenkassen zunehmend an Bedeutung.

Medienschucht, also die unkontrollierte Nutzung digitaler Medien, führt bei Betroffenen oft dazu, dass Alltagspflichten, soziale Kontakte und sogar die eigene Gesundheit vernachlässigt werden. Studien zeigen, dass exzessive Nutzung sozialer Medien und des Internets mit psychischen Erkrankungen wie Depressionen, Angststörungen oder Essstörungen einhergehen kann. Hinzu kommen psychosomatische Beschwerden und soziale Konflikte in Familie und Schule.

International ist das Thema bereits auf der politischen Agenda: Australien hat als erstes Land ein Social-Media-Verbot für Kinder unter 16 Jahren eingeführt, Frankreich folgt mit einem Verbot für unter 15-Jährige. Auch in Europa arbeitet die Kommission an einer gesamteuropäischen Lösung, die bis Sommer 2026 vorgelegt werden soll. In Deutschland haben sowohl die CDU als auch die SPD konkrete Forderungen gestellt – von Verboten für jüngere Kinder bis hin zu „Jugendversionen“ von Plattformen ohne suchtvorstärkende Funktionen.

Aber Medienschucht ist nicht nur ein politisches Thema – es betrifft uns als Krankenkassen unmittelbar. Wir haben bereits zahlreiche Initiativen gestartet, um Kinder und Jugendliche zu schützen und ihre digitale Gesundheitskompetenz zu stärken. Dazu gehören Projekte wie „Spielen, Zappen, Klicken“ in Kitas, die HBSC-Studie in Brandenburg oder das Projekt „Medienkompetenz“ in Baden-Württemberg. Unser Ziel ist es, frühzeitig zu intervenieren und präventiv zu handeln – sei es durch digitale Angebote, Schulprojekte oder die Förderung von Medienscouts.

Trotz dieser Bemühungen gibt es weiterhin Handlungsbedarf – insbesondere in der Versorgung. Die Diagnose „Medienschucht“ ist im ICD-10-Code-System noch nicht explizit verankert, was die Versorgungsforschung erschwert. Zudem fehlen spezifische Therapieangebote, insbesondere für junge Menschen. Hier müssen wir weiter investieren – in digitale Gesundheitsanwendungen, in Präventionsangebote und in die Vernetzung mit Schulen und Eltern.

Die politische Debatte ist in vollem Gange, und wir als Krankenkassen haben die Chance, uns fachlich und politisch einzubringen, was wir als DAK-Gesundheit auch tun. Es geht nicht nur um Verbote oder Regulierungen, sondern um ein umfassendes Konzept, das Prävention, Schutz und Förderung miteinander verbindet. Dafür brauchen wir eine enge Zusammenarbeit – mit der Politik, mit den Plattformen, mit den Schulen und nicht zuletzt mit den Eltern.

Lassen Sie uns gemeinsam daran arbeiten, dass Kinder und Jugendliche im digitalen Raum sicher und verantwortungsvoll handeln können. Denn Medienschucht ist nicht nur ein Problem des Einzelnen, sondern eine gesamtgesellschaftliche Herausforderung, der wir uns stellen müssen.

So, jetzt haben Sie und Ihr von mir ein Statement gehört, das sich sicherlich deutlich von den

vorhergehenden unterschieden hat. Ich habe sehr bewusst den Fokus darauf gelegt, was mich in den letzten Monaten bewegt hat. Und dieser Satz,

„Unsere Gesundheit sollte uns mehr wert sein.“

steht dabei für mich ganz oben. Somit habe ich auch darauf verzichtet, die klassischen gesundheitspolitischen Themen zu bewerten. Dies werden wir gemeinsam noch sehr intensiv im Laufe der Sitzung machen.

Vor allem auch, wenn wir nachher den vorliegenden Entwurf einer Resolution beraten werden. Und es ist ohnehin meine Aufgabe als Vorsitzender des Verwaltungsrates und als Sitzungsleiter, mich intensiv mit der Gesundheitspolitik zu befassen.

Aber ich denke, es tut uns allen auch gut, mal einige Pfade abseits zu beschreiten und dies habe ich heute getan und das möchte ich so oder ähnlich auch in Zukunft immer wieder mal tun.

Ihr Roman G. Weber