



Planung einer Präventionsmaßnahme nach dem individuellen Ansatz (German Edition)

Patrick Eichholz

Download now

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

Planung einer Präventionsmaßnahme nach dem individuellen Ansatz (German Edition)

Patrick Eichholz

Planung einer Präventionsmaßnahme nach dem individuellen Ansatz (German Edition) Patrick Eichholz

Studienarbeit aus dem Jahr 2012 im Fachbereich Gesundheitswissenschaften, Note: 1,0, Deutsche Hochschule für Prävention und Gesundheitsmanagement GmbH, Veranstaltung: Konzepte und Strategien zur individuellen Gesundheitsförderung, Sprache: Deutsch, Abstract: In der vorliegenden Arbeit ist das Thema die Planung einer Präventionsmaßnahme nach dem individuellen Ansatz. Dabei wird die Maßnahme in Anlehnung an die im „Leitfaden Prävention – Gemeinsame und einheitliche Handlungsfelder und Kriterien des GKV-Spitzenverbandes zur Umsetzung von §§ 20 und 20a SGB V vom 21. Juni 2000 in der Fassung vom 27. August 2010“ definierten Qualitätskriterien entwickelt.

Der Titel des geplanten Kurskonzepts ist „Get your Power-Back“. [...]

Das Handlungsfeld ist „Bewegungsgewohnheiten“ nach dem Präventionsprinzip „Vorbeugung und Reduzierung spezieller gesundheitlicher Risiken durch geeignete verhaltens- und gesundheitsorientierte Bewegungsprogramme“.

Eines der wichtigsten Mittel zur Vorbeugung und Behandlung von Rücken-schmerzen ist ein Krafttraining für die wirbelsäulenstabilisierende Muskulatur. Untersuchungen belegen, dass durch ein aktives Krafttraining das Bewegungs-system so trainiert werden kann, dass Rückenprobleme positiv beeinflusst werden (Hoffmann & Siegfried, 2004, S. 4). Rückenschmerzen sind eine der häufigsten Ursachen für Arbeitsunfähigkeit (Seidel, Solbach, Fehse, Donker, & Elliehausen, 2007, S. 22) deren Prävalenz mit dem Alter und mit niedrigerem Bildungsniveau signifikant zunimmt (Robert-Koch-Institut, Allgemeines zu Rückenschmerzen, 2012) und manifestieren sich bereits im Kindes- oder Jugendalter (Sockoll, Kramer, & Bödeker, 2008, S. 35). Zudem stellt das Robert-Koch-Institut dar, dass Rückenschmerzen die häufigste Schmerzart sei unter der sowohl Männer als auch Frauen in den 7 Tagen vor der Befragung gelitten hätten. In einem Zeitraum

von 12 Monaten geben sogar ein Viertel der Frauen und ein Sechstel der Männer chronische Rückenschmerzen an (Robert-Koch-Institut, 2006, S. 34f.). Weiter stellt das Robert-Koch-Institut fest: „Rückenschmerzen sind generell in der All-gemeinbevölkerung sehr häufig; sie sind sowohl bei Frauen als auch bei Männern mit etwa 25 % die häufigste Ursache für Arbeitsunfähigkeit. 70 % aller Menschen haben innerhalb eines Jahres mindestens einmal Rückenschmerzen“ (Seidel, Solbach, Fehse, Donker, & Elliehausen, 2007).

Damit ist der Rückenschmerz nicht nur ein individuelles sondern vielmehr auch ein gesellschaftliches Problem in Deutschland.

 [Download Planung einer Präventionsmaßnahme nach dem indiv ...pdf](#)

 [Read Online Planung einer Präventionsmaßnahme nach dem ind ...pdf](#)

Download and Read Free Online Planung einer Präventionsmaßnahme nach dem individuellen Ansatz (German Edition) Patrick Eichholz

From reader reviews:

Arturo Hasan:

As people who live in the particular modest era should be update about what going on or facts even knowledge to make all of them keep up with the era and that is always change and advance. Some of you maybe will probably update themselves by reading books. It is a good choice for yourself but the problems coming to you actually is you don't know which you should start with. This Planung einer Präventionsmaßnahme nach dem individuellen Ansatz (German Edition) is our recommendation to make you keep up with the world. Why, because book serves what you want and want in this era.

Michelle Johnson:

The event that you get from Planung einer Präventionsmaßnahme nach dem individuellen Ansatz (German Edition) may be the more deep you digging the information that hide in the words the more you get considering reading it. It doesn't mean that this book is hard to recognise but Planung einer Präventionsmaßnahme nach dem individuellen Ansatz (German Edition) giving you joy feeling of reading. The article author conveys their point in a number of way that can be understood by simply anyone who read this because the author of this book is well-known enough. This kind of book also makes your vocabulary increase well. That makes it easy to understand then can go along with you, both in printed or e-book style are available. We highly recommend you for having this specific Planung einer Präventionsmaßnahme nach dem individuellen Ansatz (German Edition) instantly.

Melanie Roberts:

Reading a guide can be one of a lot of pastime that everyone in the world adores. Do you like reading book consequently. There are a lot of reasons why people enjoyed. First reading a guide will give you a lot of new facts. When you read a publication you will get new information due to the fact book is one of a number of ways to share the information or perhaps their idea. Second, looking at a book will make an individual more imaginative. When you reading a book especially tale fantasy book the author will bring you to imagine the story how the personas do it anything. Third, you can share your knowledge to other individuals. When you read this Planung einer Präventionsmaßnahme nach dem individuellen Ansatz (German Edition), you could tells your family, friends in addition to soon about yours publication. Your knowledge can inspire average, make them reading a book.

Karen Martinez:

You could spend your free time to learn this book this publication. This Planung einer Präventionsmaßnahme nach dem individuellen Ansatz (German Edition) is simple to bring you can read it in the park, in the beach, train in addition to soon. If you did not get much space to bring typically the printed book, you can buy the e-book. It is make you quicker to read it. You can save often the book in your smart phone. And so there are a lot of benefits that you will get when you buy this book.

**Download and Read Online Planung einer Präventionsmaßnahme
nach dem individuellen Ansatz (German Edition) Patrick Eichholz
#J3UYOKPNGTC**

Read Planung einer Präventionsmaßnahme nach dem individuellen Ansatz (German Edition) by Patrick Eichholz for online ebook

Planung einer Präventionsmaßnahme nach dem individuellen Ansatz (German Edition) by Patrick Eichholz Free PDF d0wnl0ad, audio books, books to read, good books to read, cheap books, good books, online books, books online, book reviews epub, read books online, books to read online, online library, greatbooks to read, PDF best books to read, top books to read Planung einer Präventionsmaßnahme nach dem individuellen Ansatz (German Edition) by Patrick Eichholz books to read online.

Online Planung einer Präventionsmaßnahme nach dem individuellen Ansatz (German Edition) by Patrick Eichholz ebook PDF download

Planung einer Präventionsmaßnahme nach dem individuellen Ansatz (German Edition) by Patrick Eichholz Doc

Planung einer Präventionsmaßnahme nach dem individuellen Ansatz (German Edition) by Patrick Eichholz Mobipocket

Planung einer Präventionsmaßnahme nach dem individuellen Ansatz (German Edition) by Patrick Eichholz EPub