

Inhaltsverzeichnis

Vorwort

Strukturen und Institutionen des Gesundheitswesens

1	Das Gesundheitssystem in Deutschland	13
1.1	Die fünf Säulen des Sozialversicherungssystems	14
1.1.1	Krankenversicherung	14
1.1.2	Unfallversicherung	16
1.1.3	Rentenversicherung	16
1.1.4	Arbeitslosenversicherung	17
1.1.5	Pflegeversicherung	17
1.2	Staatliche Einrichtungen des Gesundheitssystems	18
1.2.1	Gesetzgebung im Gesundheitswesen	18
1.2.2	Bundesministerien und -behörden des Gesundheitswesens	19
1.2.3	Landesministerien und -behörden des Gesundheitswesens	21
1.3	Bereiche und Akteure der Kranken- und Gesundheitsversorgung	22
1.3.1	Bereiche der Kranken- und Gesundheitsversorgung	22
1.3.2	Patientenorientierung im Gesundheitswesen	24
1.3.3	Ambulanter Bereich	25
1.3.4	Stationärer Bereich	27
1.3.5	Rehabilitation	30
1.3.6	Pflege	31
1.3.7	Träger von Einrichtungen	34
2	Berufe im Gesundheitswesen	37
2.1	Pflegeberufe	38
2.1.1	Gesundheits- und Krankenpfleger – Gesundheits- und Kinderkrankenpfleger	38
2.1.2	Altenpfleger	39
2.1.3	Hebamme/Entbindungspfleger	40
2.2	Heilberufe	42
2.2.1	Arzt	42
2.2.2	Medizinische Assistenzberufe	43
2.2.3	Apotheker	44
2.2.4	Pharmazeutische Assistenzberufe	44
2.3	Therapeutische Berufe	45
2.3.1	Physiotherapeut	46
2.3.2	Ergotherapeut	46
2.3.3	Logopäde	47
2.4	Heilpädagogik	47
2.5	Soziale Arbeit	49
2.6	Weitere Berufe im Gesundheitswesen	50

3	Gesundheitssysteme im internationalen Vergleich	51
3.1	Wie unterscheiden sich Gesundheitssysteme?	52
3.1.1	Finanzierung	52
3.1.2	Ausgaben im Gesundheitswesen	53
3.1.3	Gesundheitliche Versorgung der Bevölkerung	55
3.2	Gesundheitsziele	55
3.2.1	Internationale Ebene	55
3.2.2	Europäische Ebene	56
3.2.3	Nationale Ebene	57

Konzepte und Modelle der Gesundheit

4	Gesundheitswissenschaften	59
4.1	Was sind die Gesundheitswissenschaften?	59
4.2	Konzepte und Modelle der Gesundheitswissenschaften	60
4.2.1	Das biomedizinische Konzept	60
4.2.2	Das salutogenetische Konzept	62
4.2.3	Das sozialisationstheoretische Konzept	64
4.2.4	Das Konzept der Lebensweisen (Lebensstile)	65
4.2.5	Das sozialepidemiologische Konzept	66
5	Messung von Gesundheit und Krankheit	69
5.1	Epidemiologie	69
5.2	Kernindikatoren der Europäischen Gesundheitsberichterstattung	70
5.3	Lebensqualität	71
6	Qualitätsmanagement im Gesundheitswesen	74
6.1	Rechtliche Verpflichtung zum Qualitätsmanagement	75
6.1.1	Gesundheitswesen	75
6.1.2	Pflegeeinrichtungen	75
6.2	Was bedeutet Qualitätsmanagement?	76
6.2.1	Qualitätsbegriffe	76
6.2.2	Besonderheiten bei Dienstleistungen	78
6.3	Qualitätsmanagementsysteme	78
6.3.1	DIN EN ISO 9000er Familie	78
6.3.2	Das EFQM-Modell	80
6.3.3	Was bedeutet KTQ?	81
6.3.4	Was bedeutet QEP?	81
6.4	Einführung eines QM-Systems und Zertifizierung	82
6.4.1	Einführungsphasen	82
6.4.2	Auditierung	82
6.4.3	Kontinuierliche Verbesserungsprozesse	83
6.5	Qualitätsindikatoren im Gesundheitswesen	84

Anatomische und physiologische Grundlagen der Gesundheit

7	Organisation des menschlichen Körpers.	86
7.1	Der Aufbau des menschlichen Körpers.	86
7.1.1	Organsysteme des menschlichen Körpers	86
7.1.2	Die Zelle – kleinste Einheit des Lebens	90
7.1.3	Die Gewebe des menschlichen Körpers	92
7.1.4	Mitose – ohne Zellteilung kein Wachstum	95
7.2	Grundlagen der Humangenetik	96
7.2.1	Die Chromosomen des Menschen	96
7.2.2	Vererbung beim Menschen	97
7.2.3	Numerische und strukturelle Veränderungen der Chromosomen	99
7.2.4	Die DNA als Erbsubstanz	100
7.2.5	Gentechnik: Chancen und Risiken	103
8	Herz-Kreislauf-System	107
8.1	Das Herz – Basiswissen.	107
8.1.1	Das Herz – eine Saug-Druck-Pumpe.	107
8.1.2	Erregungsbildung und Regulation der Herztätigkeit.	108
8.2	Kreislauf- und Gefäßsystem – Basiswissen	108
8.2.1	Körper- und Lungenkreislauf	108
8.2.2	Arterien	109
8.2.3	Blutdruckmessung.	110
8.2.4	Venen	110
8.3	Krankheiten des Herz-Kreislauf-Systems	111
8.3.1	Hypertonie (Bluthochdruckkrankheit)	111
8.3.2	Koronare Herzkrankheit (KHK)	112
8.3.3	Weitere Herz-Kreislauf-Erkrankungen	113
8.3.4	Risikofaktoren für Herz-Kreislauf-Erkrankungen.	114
9	Blut – ein fließendes Organ.	116
9.1	Zusammensetzung und Aufgaben des Blutes.	116
9.1.1	Blutzellen.	117
9.1.2	Blutplasma	119
9.2	Blutgruppen	119
9.2.1	AB0-System	119
9.2.2	Rhesusfaktor	120
9.3	Blutuntersuchungen	120
9.4	Blutkrankheiten	120
9.4.1	Leukämie.	120
9.4.2	Anämie	121
10	Ernährung, Verdauungssystem, Stoffwechsel.	124
10.1	Die Nährstoffe	124
10.1.1	Kohlenhydrate	124
10.1.2	Fette	125
10.1.3	Eiweiße (Proteine)	126
10.2	Vitamine, Mineralstoffe, Spurenelemente.	128
10.2.1	Vitamine	128
10.2.2	Mineralstoffe	128

10.2.3	Wasser	131
10.3	Verdauungssystem und Stoffwechsel	131
10.3.1	Der Weg der Nahrung durch den Körper	132
10.3.2	Enzyme bewirken die Verdauung	133
10.3.3	Grund- und Leistungsumsatz	135
10.4	Ernährung	136
10.4.1	Regeln gesunder Ernährung	136
10.4.2	Sonderformen der Ernährung	138
10.4.3	Essstörungen	139
10.5	Ernährungs- und verdauungsbedingte Erkrankungen	140
10.5.1	Übergewicht	141
10.5.2	Diabetes mellitus	141
11	Nervensystem und Hormonsystem	145
11.1	Zentrales und peripheres Nervensystem	145
11.1.1	Gehirn	145
11.1.2	Rückenmark	146
11.2	Vegetatives Nervensystem	147
11.3	Nervengewebe	148
11.3.1	Nerven	148
11.3.2	Synapsen	150
11.4	Hormonsystem	151
11.5	Krankheiten des Nerven- und Hormonsystems	152
11.5.1	Krankheiten des Nervensystems	152
11.5.2	Krankheiten des Hormonsystems	154
12	Atmungssystem	155
12.1	Atemwege	155
12.2	Gasaustausch im Körper	157
12.2.1	Äußere und innere Atmung	157
12.2.2	Lungen- und Atemvolumina	158
12.3	Atemwegserkrankungen	159
12.3.1	Erkrankungen der oberen Atemwege	159
12.3.2	Erkrankungen der Lunge	159
13	Ausscheidungssystem	163
13.1	Die Nieren – Filteranlagen des Körpers	163
13.2	Die Haut als Ausscheidungsorgan	165
13.3	Erkrankungen der Ausscheidungsorgane	166
13.3.1	Häufige Erkrankungen der Ausscheidungsorgane	166
13.3.2	Dialyse	167
13.3.3	Transplantation	168

Einflussfaktoren auf die Gesundheit

14	Gesundheit – Krankheit	170
14.1	Was beeinflusst die Gesundheit?	170
14.2	Allgemeine Krankheitslehre	171
14.2.1	Klassifikation von Krankheiten	171

14.2.2	Innere und äußere Ursachen von Krankheiten	173
14.2.3	Ärztliche Behandlung von Krankheiten	174
14.2.4	Typische Schädigungen von Zellen und Geweben	175
14.2.5	Entzündungen	176
14.2.6	Degenerative Erkrankungen	178
14.3	Schmerz	179
15	Hygiene und Gesundheit	181
15.1	Infektionskrankheiten – Todesursache Nummer eins	181
15.1.1	Ursachen für die Ausbreitung von Infektionskrankheiten	181
15.1.2	Übertragungswege	182
15.2	Bakterien als Krankheitserreger	183
15.2.1	Bau der Bakterienzelle	183
15.2.2	Vermehrung und Stoffwechsel von Bakterien	184
15.2.3	Ablauf einer bakteriellen Infektionskrankheit: Salmonellose	186
15.2.4	Bakterielle Infektionskrankheiten (Beispiele)	188
15.2.5	Steckbriefe	189
15.3	Antibakterielle Chemotherapie	190
15.3.1	Wirkungsweise	190
15.3.2	Nebenwirkungen	190
15.3.3	Resistenz	190
15.4	Viren als Krankheitserreger	191
15.4.1	Bau und Vermehrung von Viren	191
15.4.2	Influenzaviren – Grippealarm im Winter	193
15.4.3	Aids – eine neue Virusinfektion	194
15.4.4	Viren im Überblick	196
15.4.6	Steckbrief	197
15.5	Pilze – nützlich oder schädlich?	198
15.6	Protozoen – tierische Erreger	200
15.7	Immunsystem	202
15.7.1	Organe des Immunsystems	202
15.7.2	Äußere Schutzbarrieren	202
15.7.3	Unspezifische Abwehr	203
15.7.4	Spezifische Abwehr	205
15.8	Entgleisungen des Immunsystems	206
15.8.1	Allergien	206
15.8.2	Autoimmunerkrankungen	207
15.9	Transplantationen	207
16	Umwelteinflüsse	211
16.1	Globale Umweltprobleme	211
16.2	Wasser – das wichtigste Lebensmittel	212
16.2.1	Trinkwasser – Trinkwassergewinnung	212
16.2.2	Abwasser – Abwasserreinigung	213
16.2.3	Zugang zu sauberem Trinkwasser und hygienischer Abwasserentsorgung	214
16.3	Gefahrstoffe in der Luft	215
16.3.1	Ursachen und Folgen der Luftverschmutzung	215
16.3.2	Maßnahmen zur Verbesserung der Luftqualität	216
16.3.3	Strahlenbelastung	218
16.4	Schadstoffbelastung des Menschen	219

16.4.1	Anreicherung über die Nahrungskette	219
16.4.2	Warum ist Dioxin so gefährlich?	220
16.4.3	Biolebensmittel und gentechnisch veränderte Lebensmittel	221
16.5	Lärm	222
16.6	Unfälle.	223
17	Bewegung und Gesundheit.	225
17.1	Anatomische Grundlagen der Bewegung – Basiswissen	225
17.1.1	Skelett	226
17.1.2	Der Knochen lebt	227
17.1.3	Gelenke und Muskeln machen das Skelett beweglich	228
17.2	Verletzungen des Bewegungsapparates	230
17.2.1	Kosten für Muskel-Skelett-Erkrankungen	230
17.2.2	Knochenbrüche	230
17.2.3	Gelenkverletzungen.	231
17.2.4	Rücken- und Haltungsschäden.	232
17.3	Sport und Gesundheit	233
17.3.1	Verletzungsgefahren	233
17.3.2	Typische Sportverletzungen.	234
17.3.3	Doping – unerlaubt und ungesund	235
17.3.4	Sportverletzungen vermeiden	235
17.3.5	Sofortmaßnahmen bei Sportverletzungen	236
18	Das Alter	238
18.1	Alterungsprozess	239
18.1.1	Altersbegriff.	239
18.1.2	Körperliche Veränderungen im Alter	240
18.1.3	Erkrankungen im Alter	241
18.2	Altersforschung	242
18.2.1	Gerontologie.	242
18.2.2	Geriatrie	243
18.3	Lebensgestaltung im Alter	244
18.3.1	Lebensorganisation	244
18.3.2	Pflegebedürftigkeit	245
18.3.3	Wohnformen im Alter	246
18.4	Pflegeprozess.	250
18.5	Pflegestandards	251
18.5.1	Gesetzliche Grundlagen.	251
18.5.2	Dekubitusprophylaxe.	253
18.5.3	Sturzprophylaxe	254
18.6	Rechtliche Grundlagen für Vorsorge und Betreuung	255
18.6.1	Betreuung	255
18.6.2	Vorsorgevollmacht.	256
18.6.3	Patientenverfügung.	256
18.7	Altern, Sterben und Tod	257
18.7.1	Sterben und Tod in der Gesellschaft.	257
18.7.2	Religiöse Vorstellungen vom Tod	258
18.7.3	Sterbebegleitung.	258
18.7.4	Trauerphasen und öffentliche Rituale der Trauer	260

19	Beruf und Gesundheit	263
19.2	Arbeitsschutz	265
19.3	Arbeitsunfälle	268
19.4	Berufskrankheiten	269
20	Soziale Lage und Gesundheit	271
20.1	Soziale Einflussfaktoren auf die Gesundheit	271
20.1.1	Armut und soziale Ungleichheit	271
20.1.2	Arbeitslosigkeit	272
20.1.3	Alleinerziehende Mütter und Väter	272
20.1.4	Kinder und Jugendliche	275
20.2	Erklärungsmodelle für Gesundheitsverhalten	276

Krankheitsprävention und Gesundheitsvorsorge

21	Prävention und Gesundheitsförderung	280
21.1	Was bedeuten Prävention und Gesundheitsförderung?	280
21.2	Interventions- und Wirkungsebenen	282
21.3	Prävention und Gesundheitsförderung in Kindertagesstätten, Schulen und Familien	283
21.4	Prävention und Gesundheitsförderung am Arbeitsplatz	285
21.5	Prävention und Gesundheitsförderung in Städten und Gemeinden	287
22	Förderung und Vorsorge für Eltern und Kinder	289
22.1	Liebe, Partnerschaft und Sexualität	289
22.1.1	Bau und Funktion der Geschlechtsorgane	290
22.1.2	Veränderungen in der Pubertät	292
22.1.3	Regelblutung – immer regelmäßig?	293
22.2	Befruchtung, Keimesentwicklung und Geburt	295
22.2.1	Geschlechtszellen – wie werden sie gebildet?	295
22.2.2	Von der befruchteten Eizelle zum Fetus	297
22.2.3	Geburt	300
22.3	Vorsorge für Mutter und Kind	301
22.3.1	Der Säugling braucht viel Pflege	301
22.3.2	Mutterschutzgesetz	303
22.3.3	Vorsorgeuntersuchung für werdende Mütter	303
22.3.4	Vorsorgeuntersuchungen für Kinder und Jugendliche	305
22.4	Verhütungsmethoden helfen bei der Familienplanung	308
22.5	Sexuell übertragbare Krankheiten	310
23	Krebs – fehlgesteuertes Zellwachstum	312
23.1	Was ist Krebs?	312
23.1.1	Krebsgene	312
23.1.2	Risikofaktoren	313
23.2	Krebsdiagnose	316
23.2.1	Diagnosemethoden	316
23.2.2	Vorsorgeuntersuchung zur Früherkennung	316
23.3	Krebstherapie	317

24	Psychische Störungen und Suchtprävention	319
24.1	Psychische Störungen	319
24.1.1	Begriffsabgrenzung	319
24.1.2	Ursachen und Therapie psychischer Störungen	320
24.1.3	Stationäre, ambulante und rehabilitative Versorgung	322
24.1.4	Formen psychischer Störungen nach ICD-10	324
24.2	Suchterkrankungen und Suchtprävention	328
24.2.1	Alkoholkonsum	329
24.2.2	Tabakkonsum	331
24.2.3	Konsum illegaler Drogen	332
24.2.4	Medikamentenmissbrauch und -sucht	334
24.2.5	Wege aus der Sucht	334
24.2.6	Suchtprävention	336
25	Prävention von Infektionskrankheiten	340
25.1	Infektionsschutz	340
25.2	Impfungen	342
25.2.1	Aktive und passive Immunisierung	342
25.2.2	Impfempfehlungen	342
25.2.3	Herstellung von Impfstoffen	343
25.2.4	Impfmüdigkeit	344
25.3	Hygiene	344
25.3.1	Hygienepläne	344
25.3.2	Infektionshygienische Überwachung	347
25.3.3	Nosokomiale Infektionen	347
26	Zivilisationskrankheiten und ihre Vorsorge	350
26.1	Was sind Zivilisationskrankheiten?	350
26.2	Prävention von Zivilisationskrankheiten	352
26.2.1	Änderung des Lebensstils	352
26.2.2	Disease-Management-Programme (DMP)	353
27	Arzneimittel und alternative Heilverfahren	356
27.1	Arzneimittel und ihre Wirkungen	356
27.1.1	Was sind Arzneimittel?	356
27.1.2	Darreichungsformen	358
27.1.3	Wirkungen von Arzneimitteln	359
27.1.4	Lagerung von Arzneimitteln	359
27.2	Medikamentengruppen	360
27.2.1	Schmerzmittel	361
27.2.2	Antibiotika	362
27.2.3	Blutdrucksenkende Medikamente	363
27.2.4	Psychopharmaka	364
27.2.5	Gerinnungshemmende Medikamente	365
27.3	Alternative Heilverfahren	366
	Literaturverzeichnis	370
	Bildquellenverzeichnis	373
	Sachwortverzeichnis	374