

# Der amerikanische Weg zum gesunden Mitarbeiter: Mit verhaltenspräventiven Ansätzen die Gesundheit fördern

Andreas Heyer

(eingegangen am 21.01.2004, angenommen am 25.03.2004)

## The American way to the healthy worker – promoting health through behaviour

**Abstract:** US companies are known for their well thought-out health-promotion concepts. Different studies have shown the effectiveness and cost efficiency of workplace health promotion programs. In this context, the AOK Hessen conducted a literature review. This article presents to the reader the key instruments of the American health-promotion concepts: health-risk assessment and individual health counselling according to the trans-theoretical model. Evaluation studies of the mainly behaviour-oriented programs of workplace health promotion from the US are analysed. It was found that especially intervention which focuses on employees with high risk factors is effective and provides a positive return-on-investment.

**Keywords:** Behaviour – prevention – workplace-health promotion – health-risk assessment – health counselling – risk factors

**Zusammenfassung:** Aus den USA sind bereits gut evaluierte Ansätze zur Verhaltensprävention in Betrieben bekannt. Zahlreiche Studien belegen die Wirksamkeit und Kosteneffizienz von betrieblichen Gesundheitsförderungsprogrammen. In diesem Zusammenhang führte die AOK Hessen eine Literaturrecherche durch. Es werden zunächst die in amerikanischen Gesundheitsförderungskonzepten zentralen Instrumente Health Risk Assessment und individuelle Gesundheitsberatung nach dem transtheoretischen Modell vorgestellt. Anschließend werden Evaluationsstudien zu den schwerpunktmäßig verhaltenspräventiven Gesundheitsförderungsprogrammen aus den USA erörtert. Es zeigt sich, dass insbesondere Maßnahmen, die sich auf Mitarbeiter mit erhöhten Risikofaktoren fokussieren eine hohe Effektivität und Effizienz aufweisen.

**Schlüsselwörter:** Verhaltensprävention – betriebliche Gesundheitsförderung – Health Risk Assessment – Gesundheitsberatung – Risikofaktoren

Arbeitsmed.Sozialmed.Umweltmed. 39 (2004) 353–358