

## Kasse bitte! Gesetzliche Krankenkassen und die Selbsthilfe

*Intro:* Herzlich willkommen bei "seko on air". Der Podcast zur Selbsthilfe in Bayern.

Irena Težak: Seit 2008 sind gesetzliche Krankenkassen verpflichtet, die Selbsthilfe im Gesundheitsbereich zu fördern. In Bayern regelt die GKV Fördergemeinschaft Selbsthilfe diese Umsetzung. Ich freue mich, dass ich heute mit der diesjährigen Federführung Frau Dr. Linda Föttinger vom Verband der Ersatzkassen sprechen kann. Hallo Frau Dr. Föttinger, würden Sie sich zunächst kurz vorstellen?

Dr. Linda Föttinger: Hallo Frau Težak, vielen Dank für die Einladung. Mein Name ist Linda Föttinger. Ich bin im Verband der Ersatzkassen verantwortlich für die Themen Politik und Kommunikation und habe eben gemeinsam mit meiner Kollegin für das Förderjahr '25 die Federführung innerhalb der GKV-Fördergemeinschaft Bayern übernommen. Und das ist eine Aufgabe, die wir tatsächlich seit Herbst '24, in Vorbereitung, mit großer Überzeugung wahrnehmen.

Irena Težak: Hatten Sie vorher schon mal was mit der Selbsthilfe zu tun?

Dr. Linda Föttinger: Tatsächlich nein. Ich komme zwar auch aus dem GKV-Bereich ursprünglich, aber die Selbsthilfe war jetzt bislang kein Thema, das wir vorrangig bearbeitet haben.

Irena Težak: Ja, und wie gefällt es Ihnen? Was denken Sie? Oder wie beurteilen Sie jetzt nach ungefähr einem Jahr, denn die Rolle der Selbsthilfe im Gesundheitswesen.

Dr. Linda Föttinger: Wir haben die Selbsthilfe, ich glaube, da kann ich für uns alle sprechen, auf jeden Fall als einen Ort wahrgenommen, wo Menschen verstanden werden, ohne sich erklären zu müssen. Und natürlich war in den ersten Monaten unserer Tätigkeit es auch natürlich eine Herausforderung, sich erstmal in die Strukturen einzuarbeiten, weil es ja doch ein relativ komplexes System ist, das Selbsthilfesystem. Aber wir haben da auch viel Unterstützung erfahren und lernen alle Strukturen jetzt immer weiter kennen.

Irena Težak: Was meinen Sie von der Bedeutung? Was hat für Sie die Selbsthilfe für eine Bedeutung im Gesamtsystem?

Dr. Linda Föttinger: Also die Selbsthilfe ist auf jeden Fall ein zentraler Baustein vom Gesundheitssystem. Es ergänzt ja die professionelle Versorgung um so eine alltagsnahe persönliche Perspektive. Und gerade wenn wir jetzt hier an die chronischen Erkrankungen oder auch psychische Belastungen denken, die ja leider immer häufiger auftreten, da ist die Unterstützung durch die Selbsthilfe tatsächlich eine sehr, sehr wichtige Anlaufstelle oder eine sehr wichtige Unterstützung im Gesamtsystem.

Irena Težak: Haben Sie denn jetzt auch schon im Laufe des letzten Jahres persönliche Kontakte geknüpft zu Selbsthilfemenschen/ zu Selbsthilfeaktiven?

Dr. Linda Föttinger: Genau. Wir stehen ja auch im Austausch mit den Vertreterinnen und Vertretern der Selbsthilfe. Also sei es jetzt im laufenden Förderjahr oder im laufenden Förderverfahren, aber auch eben zu einzelnen Fragestellungen oder auf Infoveranstaltungen. Und da wird uns dann schon auch immer deren Arbeit wiederspiegelt. Und da bekommen wir schon eben auch oft eindrucksvoll mitgeteilt, wie hilfreich die Selbsthilfe ist oder wie unterstützend die für die betroffenen Menschen und Angehörigen auch wirkt.

Irena Težak: Der Gesundheitsbereich und der Sozialbereich haben ja einige Schnittmengen. Das kann man zum Beispiel beim Thema Einsamkeit ganz gut sehen. Das ist ein soziales Problem, kann aber auch gesundheitliche Folgen haben. Eine strikte Trennung ist deswegen häufig schwierig. Aber jetzt, wenn es um Förderung geht, gibt es da ja so eine strikte Trennung. Wie sehen Sie das? Wird sich da in Zukunft irgendwas lockern oder verändern können, müssen oder sollen?

Dr. Linda Föttinger: Also Einsamkeit ist tatsächlich ein gutes Beispiel dafür, wie eng soziale, aber auch gesundheitliche Fragestellungen miteinander verknüpft sind. Aus meiner Perspektive ist auch hier die Selbsthilfe eigentlich der geeignete Raum, weil letztendlich unterstützt ja die Selbsthilfe auch die Betroffenen, indem sie eben nicht alleine sind. Also die sozialen Räume, für die gegenseitige Unterstützung auch schafft. Dennoch ist es natürlich so, dass wir im SGB zwei unterschiedliche Anspruchsgrundlagen haben, nämlich einmal eben den Pflegebereich im SGB elf und den Gesundheitsbereich im SGB fünf. Ich stimme Ihnen aber zu, dass wir in Zukunft tatsächlich auch die beiden, also den Gesundheits- und den Sozialbereich, gerade auch in der politischen Diskussion stärker zusammendenken müssten.

Irena Težak: Zumal es ja leider so ist in Bayern, dass die Krankenkassen ja sehr gut über den Paragraph 20h fördern und das seit 2008. Das ist super. Aber bei den sozialen Selbsthilfegruppen gibt es München, das eine sehr gute Förderung, hat aber sonst nur noch wenige andere Städte. Und da sehen wir auch noch einen ganz schönen Bedarf. Und vielleicht kann man darüber ja auch im Gespräch bleiben. Vielleicht gibt es ja noch mehr so Schnittmengen. Welche Vorteile sehen Sie denn darin, wenn Menschen sich aktiv in Gruppen engagieren? Wer hat was davon? Die Menschen selbst? Die ganze Gesellschaft?

Dr. Linda Föttinger: Ich glaube, so ein Engagement in der Selbsthilfe ist aus vielerlei Hinsicht wertvoll. Also zum einen übernehmen die Selbsthilfeaktiven ja super viel Verantwortung. Sie teilen ihre Erfahrungen und das oft mit sehr hohem persönlichen Einsatz. Aber ich bin auch davon überzeugt, dass diese Unterstützung nicht nur für andere Betroffenen sinnvoll ist, sondern eben auch auf die Selbsthilfeaktiven direkt zurückwirkt, weil auch deren soziale Teilhabe wird ja letztlich gefördert. Und Sie haben auch das Gefühl, trotz oder gerade mit ihrer Erkrankung oder ihrer Belastung auch etwas bewirken zu können.

Irena Težak: Ja, das sagen wir auch immer. Sehe ich genauso. Das Geben und das Nehmen. Jeder, der sich engagiert, tut das auch, weil er oder sie was davon hat und nicht nur, und so ist Selbsthilfe auch gedacht, aus dem Grund anderen helfen zu wollen. Wie sehen Sie denn die Zukunft, Frau Dr. Föttinger, der Selbsthilfe im Kontext der digitalen Gesundheitsangebote? Da ist ja auch in den letzten Jahren, gerade seit der Pandemie, einiges passiert und es passiert immer weiter. Ich sehe immer mehr Apps, die man verwenden soll/ kann. Wie denken Sie darüber?

Dr. Linda Föttinger: Wir als GKV-Fördergemeinschaft, nehmen da auch die Entwicklungen, was die digitalen Angebote betrifft wahr. Aus meiner Sicht haben die digitalen Angebote ein sehr großes Potenzial. Gerade wenn es um die Überwindung von räumlichen Distanzen geht, aber auch bei seltenen Erkrankungen beispielsweise. Ich meine, Sie müssen nicht immer diesen persönlichen Austausch oder sollen auch diesen persönlichen Austausch gar nicht ersetzen, aber eben da sinnvoll ergänzen, wo es eben sinnvoll ist. Ich denke, die Herausforderung wird sein, dass wir da Zugänge schaffen, die niederschwellig sind und dass wir vor allem auch die digitale Teilhabe ermöglichen, ohne die Menschen und besonders vulnerable Personengruppen zu überfordern.

Irena Težak: Was könnte das konkret bedeuten? Also ich meine, gut, das Netz muss besser ausgebaut werden, das ist klar. Es gibt ja in Bayern immer noch Gegenden, die sehr schlecht versorgt sind, auch mit gutem Netz. Aber wie denken Sie können vulnerable Gruppen, wo ich jetzt gerade an ältere Menschen denke, die nicht mit dieser ganzen Technik aufgewachsen sind, wie könnte man die denn heranführen? Das ist ja schon auch was, was wir uns ein bisschen auf die Fahnen geschrieben haben. Und wir haben da auch verschiedene Angebote. Aber was meinen Sie, was könnten denn die Krankenkassenverbände da noch beitragen?

Dr. Linda Föttinger: Also ich glaube auch, der Schlüssel ist tatsächlich die Kommunikation. Wir müssen alle vulnerablen Personengruppen auch mitnehmen/ einbinden. Sicherlich ist die Selbsthilfegruppe dort, wo sie also vor Ort auch eingebunden sind und unterstützt werden, die richtige Anlaufstelle, eben um diese Informationen auch zu verbreiten und das Wissen weiterzugeben. Also Ihnen auch eine praktische Hilfestellung zu geben im Umgang mit digitalen Medien. Aber genauso wie Sie haben wir auch als Verbände unterschiedliche Angebote, die die Förderung der digitalen Gesundheitskompetenz zum Ziel haben. Also wir als Verband der Ersatzkassen, aber eben auch die anderen Krankenkassenverbände haben da Angebote.

Irena Težak: Was meinen Sie zum Beispiel für Angebote? Eine Gesundheitsapp, so was auch?

Dr. Linda Föttinger: Das Angebot des vdek heißt "Gesund digital" und da geht es darum, vulnerable Personengruppen fit zu machen fürs Internet, aber auch für Apps. Und gerade der Schwerpunkt haben wir jetzt auf der elektronischen Patientenakte, weil da natürlich jetzt gerade anlassbezogen sehr viel Informationsbedarf besteht. Aber wie gesagt, genauso haben das andere Kassenverbände. Bei uns ist es jetzt so, dass es viel Informationen sind, sowohl eben auch analoge als auch digitale.

Irena Težak: Welche Krankenkassenverbände gehören denn zur GKV Fördergemeinschaft Selbsthilfe in Bayern?

Dr. Linda Föttinger: Insgesamt sind wir sechs Kassenverbände. Das ist zum einen die AOK Bayern, dann der Verband der Ersatzkassen in Bayern, also die Landesvertretung, dann haben wir in Bayern den BKK-Landesverband Bayern für die Betriebskrankenkassen, die Innungskrankenkassen, die Knappschaft und die landwirtschaftliche Sozialversicherung.

Irena Težak: Und sie alle treffen sich regelmäßig und treffen sich ja auch mit uns. Und wir versuchen gemeinsam, die Selbsthilfe in Bayern weiter voranzubringen.

Dr. Linda Föttinger: Richtig.

Irena Težak: Was denken Sie denn, was in der Zusammenarbeit zwischen Krankenkassen, Verbänden und der Selbsthilfe noch verändert, verbessert werden kann? Ich finde, die Kommunikation passt ja auf jeden Fall schon mal ganz gut.

Dr. Linda Föttinger: Das sehen wir auch so. Also unser Ziel ist es ja auch, eben nicht nur finanziell zu fördern, sondern eben auch Strukturen gemeinsam mit Ihnen weiterzuentwickeln. Und da ist aus meiner Sicht ganz wichtigen Austausch auf Augenhöhe, so wie wir es eben aktuell auch miteinander pflegen. Sicherlich gehört da auch auf unserer Seite dazu, beispielsweise Förderverfahren transparent und verständlich zu gestalten, aber auch das Feedback von den Selbsthilfevertretungen wahrzunehmen, in unserem Alltag einfließen zu lassen und wie ich es vorher schon erwähnt habe, auch die Selbsthilfe stärker in der politischen Diskussion mit einzubinden. Aber ich gebe Ihnen recht, die Partnerschaft, wie wir sie in Bayern miteinander pflegen, ist da der richtige Schlüssel.

Irena Težak: Stichwort Politik nochmal. Als Sie sie vorgestellt haben, haben Sie gesagt, dass Sie auch für Politik und Kommunikation zuständig sind. Was macht denn eine Frau in einer Krankenkasse Politisches?

Dr. Linda Föttinger: Also wir sind ja quasi nicht die Krankenkasse selbst, sondern wir sind die politische Interessenvertretung unserer sechs Ersatzkassen. Da ist es eben meine Aufgabe, die gesundheitspolitischen Interessen unserer Ersatzkassen eben nach außen zu vertreten. Und im Kommunikationsbereich bin ich dafür verantwortlich, Veranstaltungen zu organisieren, aber eben auch die gesamte Öffentlichkeitsarbeit wahrzunehmen.

Irena Težak: Was war denn das letzte Politische, was Sie vertreten haben? Oder eins, was Ihnen in Erinnerung geblieben ist.

Dr. Linda Föttinger: Schwerpunktthema vom ersten Halbjahr war tatsächlich bei uns die soziale Pflegeversicherung. Die wurde ja dieses Jahr 30 Jahre alt und da geht es ja aktuell insbesondere um die Finanzen, aber eben auch darum, die soziale Pflegeversicherung weiter zu reformieren und wieder auf finanziell stabile Beine zu stellen.

Irena Težak: Und im Bereich Veranstaltungen?

Dr. Linda Föttinger: Genau. Unsere Veranstaltung war tatsächlich auch zum Thema soziale Pflegeversicherung dieses Jahr. Und für Herbst haben wir noch eine Veranstaltung geplant zum Thema Patientensteuerung, was ja im Koalitionsvertrag auch vorgesehen ist mit dem Primärarztsystem. Und das ist eben unser Schwerpunktthema für das zweite Halbjahr.

Irena Težak: Gibt es noch etwas, was Sie unseren Leser\*innen/ Hörer\*innen noch erzählen möchten oder sagen möchten?

Dr. Linda Föttinger: Zunächst möchten wir uns als GKV Fördergemeinschaft bei allen in der Selbsthilfe Aktiven bedanken für ihren persönlichen Einsatz, aber auch für ihr Herzblut und Engagement. Das nehmen wir tatsächlich auch in unserer täglichen Arbeit so wahr. Und mit Blick in die Zukunft freuen wir uns auf eine weiterhin gute und partnerschaftliche Zusammenarbeit.

Irena Težak: Das ist super! Ja, das kann ich auch so unterschreiben. Und ich freue mich auch darauf, wie es weitergeht.

Dr. Linda Föttinger: Vielen Dank.

Irena Težak: Dankeschön.

*Outro:* Bis zum nächsten Mal bei "seko on air", dem Podcast zur Selbsthilfe in Bayern.