

# La dolce VITA

## Hybrides Gesundheitsmanagement zur Fachkräftesicherung

Sebastian Müller-Haugk, Martin Blaschka, Christian Güldner, Dagmar Pöthig, VITA-PLUS Management GmbH



The diagram features a large, thick, green-to-orange gradient arch labeled 'Vitalitätslebenskurve' in white text. Below the arch, a blue stick figure with a smiling face stands on a horizontal axis labeled 'Alter' (Age). The axis has numerical markers at 10, 20, 30, 40, 50, 60, and 70. The stick figure is positioned between the 30 and 50 markers, with its right arm raised towards the peak of the arch. The background is a light grey gradient.

Vitalitätslebenskurve

10

20

30

40

50

60

70

Alter

Viele Leistungsträger in Unternehmen machen sich auf Dauer krank. Sie tragen zwar kurz- und mittelfristig stark zum wirtschaftlichen Betriebserfolg bei, längerfristig werden sie dieses Arbeitspensum jedoch nicht aufrechterhalten können, es sei denn, sie lernen ihren Körper, die Grundlagen ihrer Leistungsfähigkeit und persönlichen Gesundheitsentwicklung kennen. Sie müssen verstehen, „professionell(er)“ mit sich selbst umzugehen. Speziell dafür ist das hybride Gesundheitsprogramm VITA ausgelegt.

Rund 70 Prozent der IT-Unternehmen in Deutschland hatten bereits im Jahr 2020 Schwierigkeiten, ihre freien Personalstellen adäquat zu besetzen [1]. Im Schnitt brauchten sie dafür sechs Monate [2]. Die Umstellungskosten pro Stelle belaufen sich auf durchschnittlich 14.900 EUR [3]. Nicht nur das Neubesetzen freier Stellen und die Personalfuktuation erzeugen zunehmend Mehraufwand. Auch Absentismus und Präsentismus – mithin Gesundheit und Belastbarkeit, allgemeine Leistungs- und Arbeitsfähigkeit der aktuellen Belegschaft – sind heute in ihren Auswirkungen auf das Betriebsergebnis enorm. Um im Wettbewerb mithalten zu können, braucht man weitergehende Strategien – nicht nur in der Gewinnung neuer Fachkräfte, sondern auch und gerade in der Sicherung des Fachkräftebestandes.

Die größte Herausforderung für Unternehmen ist es hier, die Mitarbeiter zu erreichen, die sich aufgrund ihres hohen Arbeitseifers, ihres Perfektionsstrebens und ihrer Leistungsbereitschaft Gesundheitsmaßnahmen mit der typischen Ausrede entziehen: „Dafür habe ich jetzt keine Zeit“. Genau diese Menschen sind es, die ihre persönliche Gesundheit zu wenig priorisieren und dabei längerfristig chronische Gesundheitsprobleme und typische Zivilisationskrankheiten entwickeln. An dieser Stelle setzt VITA, das hybride Gesundheitsmanagement zur Fachkräftesicherung, an.

Bei diesem ärztlich betreuten generischen Befähigungsprogramm zur Selbststeuerung für medizinische Laien handelt es sich um eine attraktive medizinisch hochwertige betriebliche Gesundheitsförderungs (BGF)-Langzeitmaßnahme. Es zeichnet sich durch einen schnellen wissenschaftlich evaluierten Erfolg sowie seine

digitale Basis aus [4]. VITA 2.0 wurde für Unternehmen entwickelt, die ihren Fachkräftebestand aufbauen, halten und pflegen wollen. Das Programm richtet sich gezielt an eigenverantwortliche, pro-aktive und selbsthilfwillige Mitarbeiter. Es unterstützt Erwerbstätige mit hoher Dauer- oder Fehlbeanspruchung. Es belohnt Leistungsträger, die sich engagieren, um die Firma am Laufen zu halten. Gleichzeitig deckt das Programm sogenannte epidemiologisch bedeutsame Indikationen der ärztlichen Versorgung ab, die nach der COVID-19 Pandemie besonders augenfällig sind: Übergewicht, vielfältige Funktions- und Befindensstörungen. Es ist dort hilfreich, wo lebensstil-assoziierte Risikofaktoren für Gesundheit, Vitalität und Leistungsfähigkeit ursächlich sind und dauerhaft ausgeschaltet werden sollen, zum Beispiel Bewegungsmangel und Fehlernährung im Alltag, gepaart mit Anforderungs- und Arbeitsverdichtung und seelisch-sozialem Stress. Diese Lebensstilfaktoren begünstigen maßgeblich das Entstehen von zu viel Bauchfett mit den typisch assoziierten oft lange versteckten Folgeerkrankungen.

Das medizinische Programm ist deshalb besonders für Versicherte angebracht, die an digitalen Arbeitsplätzen beschäftigt sind. Das heißt



**Sebastian Müller-Haugk, MBA**

Sebastian Müller-Haugk ist Unternehmensberater für betriebliches Gesundheitsmanagement, Product-Manager bei der Akademie für Arbeitsgesundheit sowie geschäftsführend bei VITA PLUS Management. Als systemischer Coach mit dem Schwerpunkt Führungskräftecoaching ist er zudem selbstständig tätig. Aktuell promoviert er an der University Gdansk im Studiengang Sports & Fitness Science.

#### Kontakt

s.mueller-haugk@t-online.de  
www.vita-advanced.eu

---

**Rund 70 Prozent der IT-Unternehmen in Deutschland hatten bereits im Jahr 2020 Schwierigkeiten, ihre freien Personalstellen adäquat zu besetzen.**



#### Martin Blaschka, M.A.

Martin Blaschka ist seit 2015 am WIG2 Institut Leipzig angestellt und Leiter des Zentrums für Innovation und Netzwerk im Gesundheitswesen – ZING!. Sein Tätigkeitsfokus liegt auf der Begleitung von (digitalen) Innovationen in der Regelversorgung sowie auf der Planung und Durchführung von komplexen innovationsgetriebenen Vernetzungsformaten. Zudem ist er TÜV-zertifizierter Regulatory Affairs Manager für Medizinprodukte.

#### Kontakt

[martin.blaschka@wig2.de](mailto:martin.blaschka@wig2.de)  
[www.wig2.de](http://www.wig2.de)



#### Prof. Dr. med. habil.

##### Christian Güldner

Christian Güldner ist seit 2017 geschäftsführender Oberarzt der Klinik für Hals-, Nasen- und Ohrenheilkunde, Kopf- und Halschirurgie am Klinikum Chemnitz. Im Rahmen des Aufbaus des Modellstudienganges Humanmedizin MEDIC ist er Leiter der Curriculum-Entwicklung und verantwortlich für den Aufbau der Qualifizierungsmaßnahmen von MEDIC.

#### Kontakt

[C.Gueldner@skc.de](mailto:C.Gueldner@skc.de)  
[www.tu-dresden.de](http://www.tu-dresden.de)

vornehmlich bei Management-, Büro- sowie IT-Tätigkeiten. Gesundheitsprobleme durch „Sitzberufe“ chronifizieren schleichend und unmerklich. Dem kommt VITA professionell zuvor.

#### Unikate Gesundheitsvorteile

Das Programm zielt auf Individualität und Ganzheitlichkeit sowie auf eine valide Erfolgskontrolle ab. Zu Beginn und am Ende erfolgt eine komplexe und spannende Messung von Stärken und versteckten Gesundheitsressourcen mit einer substitutiven Gesundheitstechnologie [5]. Fest terminierte persönlich gehaltene Auswertungsgespräche mit einem CME-zertifizierten VITA-Arzt begleiten die Teilnehmer. Sie werden in einem Therapieprogramm – einem „medizinischen Coaching“ durch VITA-Experten – befähigt, sich unter Alltagsbedingungen clever selbst zu steuern.

Die Kommunikation zwischen Experten und Laien ist auf Verständlichkeit und das Verstehen von hoch interessanten Zusammenhängen „hinter den Kulissen“ des Organismus getrimmt. Die generischen Zusammenhänge und Regeln sind überraschend, praxisnah, entlastend. Appelle, Verbote, Maximalforderungen entfallen und Belehrungen sowie Gesundheitsmoden gibt es nicht. Nicht nur bei einer Neigung zu störendem Bauchfett, auch bei Erschöpfung und drohendem Burnout oder bereits manifesten Erkrankungen wie Diabetes und Bluthochdruck vermittelt VITA wirkungsstarke Basiselemente zur Selbsttherapie. Man verlernt sie nicht. Das Basistherapieprogramm arbeitet sicher, ohne Risiken und unerwünschte Nebenwirkungen.

#### Neue Zugänge in ein transformiertes Gesundheitssegment

Die Interessenten werden dort abgeholt, wo sie tatsächlich krank werden beziehungsweise gesunden – nicht bei ihrem behandelnden Arzt, sondern lebensweltnah im Betrieb. Dabei hilft ein Screening- beziehungsweise Selbstdiagnostikportal. Der VITA-Arzt ist medizinisch auswertend, generisch steuernd, gesundheits- und lebensberatend eingebunden.

Das Programm wurde ursprünglich für selbsthilfewillige und medikamentenkritische Versicherte mit chronifizierenden Gesundheitsproblemen entwickelt. Impulsgebend waren Fachärzte, Bewegungsexperten, Psycho- und

Physiotherapeuten, IT-Spezialisten, Wissenschaftler, Journalisten und Kommunikationsfachleute der interdisziplinären Fachgesellschaft eVAA e.V. [6] Leipzig. Der Vogtlandkreis ist Vorreiter und VITA Modellregion [7]. Er bietet an den Standorten Adorf und Schöneck die standardisierte medizinische Infrastruktur in geprüfter Qualität.

## Das Programm wurde ursprünglich für selbsthilfewillige und medikamentenkritische Versicherte mit chronifizierenden Gesundheitsproblemen entwickelt.

Eine digitale Studienplattform begleitet und sichert die Struktur- und Prozessqualität der Gesundheitsdienstleistung. Dieses hybride Gesundheitsmanagement ist somit das erste Advanced Health Programm für Betriebe und ein Advanced Care Programm der Krankenkassen. Federführender Entwicklungspartner des Piloten ist die AOK PLUS.

Die Zusammenarbeit mit interessierten Haus-, Fach- und Betriebsärzten ist jederzeit erwünscht [8], denn das medizinische VITA Gesundheitsprogramm arbeitet facharztübergreifend. Seine Verzahnung zu neuen Formen der universitären ärztlichen Ausbildung im Freistaat Sachsen wurde frühzeitig vorbereitet [9]. Es ist für alle Kassen und – nun auch ganz direkt – für interessierte Arbeitgeber offen.

#### Erfolgsfaktoren für „Gesund und vital ins Alter“

Die Umsetzung des fachlichen Leitbildes gelingt mit auch strukturell veränderten neuen Versorgungs- und Zugangsformen in das Gesundheitssystem. Die Finanzierungswege sind sektorenübergreifend (SGB V + EstG). Und sie schließen finanzielle Selbstbeteiligung ein.



# VITA 2.0 ABLAUFPLAN

Advanced Care- beziehungsweise Health-Programme zur Therapie und Prävention von Volkskrankheiten sind undenkbar ohne moderne Kommunikation, verständlich aufbereitete medizinisch-wissenschaftliche Inhalte sowie zeitgemäße Kommunikationskanäle. Ihre Marktdurchdringung in der Versorgung sowie die Transformationsprozesse werden durch B2C- und B2B-Marketing erreicht.

Das evidenzbasiert positive Ergebnis von VITA beruht auf professioneller und wohl-durchdachter Selbstbefähigung der Kranken-versicherten zu „Produzenten“ ihrer Gesundheit und Vitalisierung im Alltag. Es fußt auf bio-psycho-sozialem Risikoschutz, auf aktiver Stärkung von Resilienz und Gesundheitsvoraussetzungen der Programmteilnehmer, auf verständlicher Kommunikation zwischen den medizinischen Expertensystemen und dem selbsthilfwilligen Laien – entscheidende Momente, um Arbeits- und Erwerbsfähigkeit der betrieblichen Leistungsträger für die Zukunft zu sichern. ■



PD Dr. med. habil.

**Dagmar Pöthig**

Dagmar Pöthig ist Fachärztin für Innere Medizin und Sportmedizin sowie Gerontologin. Sie habilitierte am international renommierten Altersforschungszentrum Max Bürger der Universität Leipzig. Sie ist Gründungsmitglied und Vorstandsvorsitzende der Europäischen Gesellschaft für Vitalität und Aktives Altern eVAA e.V.. Ihre Arbeitsschwerpunkte sind Medizinische Fachberatung für Generische Medizin/ Personalisierte Gesundheit, Digitale Transformation, Market Access und Gesundheitspolitik. Weiterhin ist sie Initiatorin der FRAUNHOFER Innovationsforen „Demografie + Gesundheitsressourcen“.

**Kontakt**

poethig@evaaa.de

www.evaaa.de

## Kurz und Bündig

Das hybride Gesundheitsmanagement zur Fachkräftesicherung ist ein ärztlich betreutes Befähigungsprogramm zur Selbststeuerung für Mitarbeiter von Unternehmen, die ihren Fachkräftebestand aufbauen, halten und pflegen wollen. Es ist medizinisch-wissenschaftlich evaluiert. Das Programm mit digitaler Plattform richtet sich gezielt an eigenverantwortliche, pro-aktive, auch selbsthilfwillige Mitarbeiter. Es unterstützt Erwerbstätige mit hoher Dauer- oder Fehlbeanspruchung und es belohnt Leistungsträger, die sich engagieren, um die Firma am Laufen zu halten.



Weitere Infos und Literaturangaben zum Artikel finden Sie unter folgendem Link: <https://bit.ly/3P7c4ff>

Abbildung 1: Ablaufplan VITA 2.0; [www.vita-advanced.eu](http://www.vita-advanced.eu)

© VITA – Vogtländische Initiative zur Verbesserung von Therapietreue und Adhärenz chronisch Kranker und von chronischer Krankheit Bedrohter