

QUINTESSENCE

DAS WICHTIGSTE ZUM THEMA SELF CARE

2021

Jahrestagung 2021:

SELF CARE ALS GAMECHANGER IM GESUNDHEITSSYSTEM

S. 10

Wofür sich die IGEPHA einsetzt:

WHITEPAPER FÜR MEHR SELF CARE

S. 12

IGEPHA on air:

PODCAST-SERIE GIBT EINBLICKE IN DEN SELF CARE-MARKT

S. 14

EDITORIAL

**SEHR GEEHRTE MITGLIEDER,
SEHR GEEHRTE FREUNDE DER IGEPHA,**



nach einem Jahr coronabedingter Pause konnten IGEPHA-Generalversammlung und Jahrestagung wieder in gewohnter Weise in persönlicher Präsenz stattfinden. Wie wichtig der direkte Austausch miteinander ist und wie sehr die Möglichkeit zu demselben fehlte, spürt man erst so richtig, wenn ein Eintauchen in das Flair „echter“ Events wieder möglich ist.

Danke an alle, die an unserem Jahresmeeting teilgenommen haben! Mit dem gewählten Thema waren wir wieder klar am Puls der Zeit: Self Care ist durch die Pandemie mitten im Leben angekommen! Diesen Schwung gilt es jetzt für die Weiterentwicklung der Self Care in Österreich zu nützen. Den Bericht und einige Fotos von der sehr gelungenen Veranstaltung am 30. September 2021 im Hotel Park Hyatt Wien finden Sie hier in dieser Ausgabe der IGEPHA- Quintessence.

Die IGEPHA und ihre Mitglieder sind vom hohen Stellenwert der Self Care überzeugt, denn sie kennen zahlreiche Argumente, die für sie sprechen. Für alle Interessierten, die

sich ebenfalls ein detailliertes Bild von den Vorteilen der Self Care verschaffen möchten, haben wir jetzt einen attraktiven Folder veröffentlicht, der die wichtigsten Zahlen, Daten, Botschaften und Appelle der Self Care-Industrie in Österreich enthält.

Mit diesem Whitepaper wollen wir einen Beitrag zur Aufklärung über Self Care leisten und jenen Hilfestellung geben, denen während der Covid-19-Pandemie bewusst wurde, wie viel sie selbst zur Unterstützung ihrer Gesundheit tun können.

Dazu konnte Gudrun Auinger von Spectra Marktforschung bei unserer Jahrestagung übrigens eine aussagekräftige Zahl liefern: 24% der Teilnehmer an der Spectra Self Care-Kompetenz-Studie werden infolge ihrer Erfahrungen während der Pandemie zukünftig leichte Beschwerden häufiger selbst behandeln.

Mit ihren Self Care-Angeboten helfen die IGEPHA-Mitglieder den Menschen in Österreich dabei, sich eine bessere und stabilere Gesundheit bis ins hohe Alter zu

erhalten. Um die österreichische Self Care-Industrie bei dieser wichtigen Aufgabe zu unterstützen, bietet die IGEPHA Jahr für Jahr ein umfangreiches Event- und Fortbildungs-Programm mit interessanten Insights in aktuelle Regulatory- und Marketing-Themen und abwechslungsreichen Networking-Veranstaltungen.

Der Eventflyer mit den Terminen für 2022 ist nun fertig und liegt dieser Ausgabe der IGEPHA-Quintessence bei. Schauen Sie doch gleich einmal hinein und informieren Sie sich über unser Programm. Am besten buchen Sie schon frühzeitig und sichern sich so Ihre Teilnahme.

Ich freue mich darauf, Sie bei einer unserer nächsten Veranstaltungen begrüßen zu dürfen!

Herzlichst, Ihre

Christina Nageler
Geschäftsführerin der IGEPHA

INHALT

- 4 DIE MENSCHEN SIND BEREIT FÜR SELF CARE**
Zum Stellenwert der Self Care in Österreich**12 AUF DEN PUNKT GEBRACHT**
Das neue IGEPHA-Whitepaper mit den wichtigsten Argumenten für Self Care
- 6 GESTÄRKT AUS DER PANDEMIE HERAUSTRETEN**
Bei der Generalversammlung präsentierte die IGEPHA ihre Leistungsbilanz.**14 IGEPHA IM GESPRÄCH - ES GEHT IN DIE NÄCHSTE RUNDE**
Die erfolgreiche Podcast-Serie wird im Herbst 2021 fortgesetzt.
- 8 DAS WAR DIE JAHRESTAGUNG 2021**
Eine Foto-Collage mit den schönsten Eindrücken des Events**15 SAVE THE DATE!**
Veranstaltungen 2022
- 10 SELF CARE ALS GAMECHANGER**
Bei der Jahrestagung diskutierten Top-Experten über die Zukunft der Self Care.

DIE MENSCHEN SIND BEREIT FÜR SELF CARE

Die Covid-19-Pandemie hat bei vielen Menschen das Interesse an Self Care geweckt. Diesen sehr positiven Effekt gilt es nun zu nützen: Wir von der IGEPHA setzen uns dafür ein, dass Self Care als tragende Säule in das Gesundheitssystem integriert wird.



Das neue IGEPHA-Whitepaper „Gesund sein, gesund bleiben“

PAGB, der Self Care-Verband in Großbritannien, hat bereits im Vorjahr herausgefunden, dass fast 70 % der Menschen, für die früher Self Care kein Thema war, nun aufgrund der Pandemie eher dazu bereit sind, Self Care als erste Option bei selbstbehandelbaren Krankheiten zu wählen.

Auch bei uns sieht man an den Zahlen, zum Beispiel an den Ergebnissen der Spectra Self Care-Kompetenz-Studie 2021, dass Self Care an Stellenwert und Relevanz im Gesundheitssystem gewonnen hat. Leider wird dieses Interesse in den Strukturen und Prozessen des Gesundheitswesens noch nicht konkret genug abgebildet.

Die Österreicher informieren sich selbst und sie entscheiden selbst. Mehr Menschen sind heute bereit, bei alltäglichen – man kann auch sagen, geringfügigen – Erkrankungen selbst aktiv zu werden und sich bei Bedarf Hilfe in der Apotheke zu holen. Darauf sollte, so lautet das Plädoyer der IGEPHA, das öffentliche Gesundheitssystem reagieren.

SERIÖSE INFO IST WICHTIG

Beispielsweise wäre es wichtig, die Konsumenten mit zuverlässiger und vertrauenswürdiger Information in ihrem Gesundheitsengagement zu unterstützen. Wie das geschehen kann? Durch evidenzbasierte und wissenschaftlich korrekte Informationen. Die könnten über offizielle Gesundheitswebsites der zuständigen Behörden angeboten werden. Dabei sollte Self Care als erste Option bei selbstbehandelbaren Krankheiten empfohlen werden.

Auch die Stärkung der Gesundheitskompetenz ist eine wichtige Voraussetzung für erfolgreiche Self Care. Bereits im Kindergarten sollte Gesundheitswissen vermittelt werden. Wer sich von klein auf mit diesem Thema beschäftigt, dem fällt es später leichter, seriöse von unseriösen Informationen zu unterscheiden. Und der wird dann auch selbst aktiv und ergreift erste Maßnahmen zur Verbesserung seiner eigenen Gesundheit.

GESUNDHEITSSYSTEM ENTLASTEN

Self Care ist aus unserer Sicht der wichtigste Beitrag zur Entlastung unseres Gesundheitssystems. Die Gesellschaft altert, chronische Krankheiten nehmen zu. Es ist im Interesse aller, dass die qualitativ hochwertigen Gesundheitsangebote, auf die wir so stolz sind, auch in Zukunft allen bereitgestellt werden können, die darauf angewiesen sind.

Ohne ein Umdenken wird das aber nicht möglich sein. In Zukunft wird es darauf ankommen, durch Prävention und Eigeninitiative die eigene Gesundheit proaktiv zu stärken und nicht zu warten, bis bereits ein Schaden eingetreten ist. Optionen eines eigenverantwortlichen Gesundheitsmanagements müssen entsprechend gefördert werden. Teure Reparaturmedizin dagegen werden wir uns nämlich nicht mehr leisten können.

UNTERSTÜTZUNG FÜR SELF CARE

**WER AKTIV SELF CARE BETREIBT,
DER HAT GUTE CHANCEN, LÄNGER
GESUND ZU BLEIBEN.**

Das heißt, wir müssen die Menschen dabei unterstützen, selbst etwas für ihre Gesundheit zu tun. Der Zeitpunkt dafür ist günstig: Die Konsumenten sind in Gesundheitsfragen immer besser informiert und wollen gerne noch mehr wissen. Sie sind interessiert an Wahlmöglichkeiten und möchten ihr Leben gerne selbst kontrollieren.

Trotzdem hinkt die Gesundheitskompetenz hierzulande noch immer nach, wie man in der neuesten Gesundheitskompetenzstudie für Österreich nachlesen kann, die heuer veröffentlicht wurde. Im Vergleich zur ersten Gesundheitskompetenzstudie 2011, die ein besonders schlechtes Bild zeichnete, gab es zwar Verbesserungen.

BESONDERE HERAUSFORDERUNGEN BESTEHEN ABER IMMER NOCH

- bei der Beurteilung von Gesundheitsinformationen in den Medien,
- bei Informationen zu Therapien und Behandlungen,
- bei Informationen zum Umgang mit psychischen Problemen,
- beim Beurteilen und Anwenden von Gesundheitsinformationen sowie
- bei Informationen zum Thema Prävention.

GESUNDHEITS- KOMPETENZ STÄRKEN

Deshalb gilt es, die Gesundheitskompetenz zu stärken. Denn so lässt sich viel gewinnen. Chronische Erkrankungen etwa sind weitgehend durch bessere Self Care vermeidbar. Daraus ergibt sich ein enormes Einsparungspotenzial bei der medizinischen Versorgung.

Gleiches gilt für Infektionskrankheiten: Wie wirkungsvoll ganz einfache Self Care-Aktivitäten wie regelmäßiges Händewaschen, Desinfizieren und das Tragen medizinischer Masken sein können, das hat sich in der Pandemie gezeigt.

Self Care hat sich während der Pandemie gut eingespielt und bewährt. Viel mehr Menschen als früher haben die Verantwortung für ihre eigene Gesundheit übernommen – auch durch die Anwendung von rezeptfreien Arzneimitteln und Gesundheitsprodukten.

Darauf sollte auch in Österreich reagiert werden! Self Care muss als Grundpfeiler im Gesundheitssystem verankert werden.

**GESUND SEIN, GESUND BLEIBEN –
DAS SOLLTE DAS LEBENSMOTTO
FÜR ALLE MENSCHEN SEIN.**

GESTÄRKT AUS DER PANDEMIE HERAUSTRETEN

GENERALVERSAMMLUNG 2021

Hatte die Generalversammlung der IGEPHA 2020 wegen der beunruhigenden Covid-19-Lage nur online durchgeführt werden können, so stellte sich die Situation im Herbst 2021 zum Glück schon wieder anders dar: Unter Beachtung der aktuellen Schutzmaßnahmen konnte die Jahresversammlung der Self Care-Interessengemeinschaft am 30. September 2021 im Festsaal des Hotel Park Hyatt Wien stattfinden.

Aus den Berichten der Vereinsvertreter lässt sich erkennen, dass die IGEPHA aus der Krise der noch immer andauernden Pandemie gestärkt hervorgeht. „Was von der Geschäftsführung, dem IGEPHA-Vorstand, in den drei Fachausschüssen und den acht IGEPHA-Arbeitskreisen geleistet wird, ist exzellent und schafft die Ba-



IGEPHA-Präsidentin Mag. Mirjana Mayerhofer

sis für wichtige Errungenschaften für die Self Care-Industrie in Österreich“, betonte IGEPHA-Präsidentin Mag. Mirjana Mayerhofer in ihrem Rückblick auf die Meilensteine im abgelaufenen Geschäftsjahr.

Die IGEPHA-Mitglieder erhielten laufend wertvolle Hilfestellung bei der Bewältigung der neu aufgetretenen Herausforderungen. Unter anderem musste auf den enormen Digitalisierungsschub reagiert werden, der durch die Pandemie ausgelöst wurde.

DEN GESAMTMARKT IM BLICK

Auch die Vertriebskanäle für OTC-Präparate sind nach wie vor in Bewegung. „Wenn man sich als OTC-Unternehmen optimal positionieren möchte, muss man heute die Performance im gesamten OTC-Markt im Blick haben“, sagte die IGEPHA-Präsidentin.

Bislang fehlten dazu jedoch valide Zahlen und Daten. Zwar ist der OTC-Markt im stationären Apothekenhandel gut ausgeleuchtet. Was sich dagegen im Apothekenversandhandel und im Mass Market tut, darüber konnte man bis vor Kurzem nur spekulieren.

Das Gesamtmarktprojekt der IGEPHA konnte diese Lücke endlich schließen. In Kooperation mit IQVIA wurde der OTC-Umsatz in allen relevanten Vertriebskanälen ermittelt. Ein Dank gilt jenen 26 IGEPHA-Mitgliedsbetrieben, die ihre Absatzzahlen für diese aussagekräftige Studie zur Verfügung stellten.

Das Gesamtmarktprojekt lieferte nicht nur erstmals Zahlen zum OTC-Umsatz in allen relevanten Vertriebskanälen, es konnten auch Vergleiche zwischen den Ergebnissen des „normalen“ Verkaufsjahres 2019 und denen des Corona-Jahres 2020 angestellt werden.

Dabei bestätigte sich, was zuvor nur vermutet werden konnte: Der Versandhandelsanteil am OTC-Markt ist deutlich gestiegen, von 11,3 % im Jahr 2019 auf 15,6 % im Jahr 2020.

Für die teilnehmenden Firmen war das Projekt kostenlos. Als Gegenleistung für die Teilnahme erhielten sie exklusiv unternehmensbezogene Detailanalysen übermittelt, aus denen Rückschlüsse für ihre weitere strategische Planung gezogen werden können.



Der Vorstand der IGEPHA

STRATEGISCH SELF CARE FÖRDERN

Ein weiterer Meilenstein war die Konzeption einer IGEPHA-Strategie 2025. Basierend auf einem Bekenntnis zur selbstverantwortlichen Verwendung qualitätsgesicherter Produkte zur Erhaltung, Verbesserung oder Wiederherstellung der Gesundheit wurden Projekte entwickelt, mit denen die Self Care in Österreich gefördert werden kann.

SUPPORT FÜR SOCIAL MEDIA-MARKETING

2020 hatte die IGEPHA einen Social Media-Ratgeber für die Self Care-Industrie veröffentlicht. 2021 wurden die Services in diesem Bereich weiter verstärkt. Angeboten wurden Social Media- und eCommerce-Schulungen. Sie unterstützten die IGEPHA-Mitglieder dabei, mit der rasanten Weiterentwicklung im digitalen Bereich Schritt zu halten.

Rezeptfreie Arzneimittel, Nahrungsergänzungsmittel, Medizinprodukte und Kosmetik unterliegen besonders strengen Regelungen, die sich auch auf die Gestaltung von Marketingmaßnahmen und insbeson-

dere auf das Social Media-Marketing auswirken. Die meisten Vorgaben stammen allerdings aus Zeiten, in denen Facebook, Instagram & Co. noch kein Thema waren.

Um den Handlungsbedarf besser einschätzen zu können, führte die IGEPHA 2021 eine Umfrage unter ihren Mitgliedern durch. Das eindeutige Ergebnis lautete: „Die IGEPHA-Mitgliedsunternehmen wünschen sich vor allem rechtliche Klarheit zur Verbesserung der Rechtssicherheit als Basis für Social Media-Marketing“, so berichtete IGEPHA-Geschäftsführerin Christina Nageler bei der IGEPHA-Generalversammlung.

LEISTUNGSBERICHT DER AUSSCHÜSSE UND ARBEITSGRUPPEN

Mit den Berichten aus den Fachausschüssen für Regulatory Affairs und Kommunikation & Wirtschaft, den Einblicken in die Erfolge der Arbeitsgruppen und der Bilanz des Werbecodex-Fachausschusses wurde die IGEPHA-Generalversammlung fortgesetzt. Besonders erwähnenswert sind die Maßnahmen, die seitens der IGEPHA im Zusammenhang mit der Europäischen Medi-

zinprodukteverordnung gesetzt wurden, die seit Mai 2021 gilt. Top-Experten begleiteten die betroffenen Unternehmen bei den letzten Vorbereitungen auf die neue Ära.

Angepasst werden musste in weiterer Folge das österreichische Medizinproduktegesetz. Die IGEPHA wurde in diesem Zusammenhang eingeladen, zum Gesetzesentwurf Stellung zu nehmen und ihr Fachwissen in die endgültigen Formulierungen einfließen zu lassen. Abschließend erstatteten Kassiererin Beatrice Pistoja und die Rechnungsprüfer ihre Berichte.

Ein besonderer Moment war sicherlich die Ernennung von Dr. Gerhard Lötsch zum Ehrenmitglied. Er hatte die Geschicke der IGEPHA als Präsident von 2004 bis 2007 und in einer zweiten Amtszeit von 2013 bis 2019 gelenkt. Mit der Präsentation des Budgets für das kommende Geschäftsjahr und den Schlussworten der Präsidentin klang die Generalversammlung 2021 aus.

DAS WAR DIE JAHRESTAGUNG 2021



SELF CARE ALS GAMECHANGER

Wie hoch ist die Bereitschaft der Österreicher, ihre Gesundheitsbedürfnisse eigenverantwortlich zu managen? Und wie könnte Self Care als tragende Säule einer modernen Gesundheitsversorgung noch besser ins Gesundheitssystem integriert werden? Darum ging es in den Keynotes und bei einer anschließenden Diskussion der Gastredner bei der IGEPHA-Jahrestagung 2021 am 30. September 2021 im Festsaal des Hotel Park Hyatt in Wien.

Trauen sich die Österreicher Self Care-Aktivitäten überhaupt zu? **Gudrun Auinger von Spectra-Marktforschung** präsentierte dazu die mit Spannung erwarteten Ergebnisse aus einer im Juni 2021 durchgeführten Marktforschungs-Studie „Self Care-Kompetenz der ÖsterreicherInnen“. Die klare Antwort lautet: „Die Österreicher trauen sich die Behandlung leichter Beschwerden zu: Vor allem bei Schnupfen, leichten Kopfschmerzen, Insektenstichen und leichten Erkältungskrankheiten“ seien die Menschen durchaus in der Lage, selbst über erste Maßnahmen zu entscheiden. Nur 3 % der Befragten fühlen sich nicht kompetent genug, um leichte Beschwerden selbst zu behandeln.

Die Corona-Pandemie habe, so Gudrun Auinger, das Vertrauen in Self Care gestärkt: 20 % der Befragten gaben an, dass Corona ihre Einstellung zur Selbstbehandlung verändert hat. Viele von ihnen probierten jetzt eher, sich zunächst selbst zu behandeln, und gingen nicht mehr gleich zum Arzt. Die Menschen achteten generell mehr auf ihre Gesundheit und betrieben mehr Sport. Sie verwendeten nun eher altbewährte Hausmittel und vertrauten stärker auf natürliche Heilmethoden.

Ein weiteres Studienergebnis belegt, dass 68 % angaben, leichte Beschwerden zunächst selbst zu behandeln. Am häufigsten geschieht dies bei leichten Schnittwunden, Kopfschmerzen oder Halsschmerzen. Spectra wollte auch wissen, warum sich die Menschen für die Selbstbehandlung entscheiden und weder Arzt noch Apotheke aufsuchen. 67 % der dazu Befragten antworteten: „Ich hatte die Beschwerden schon einmal und weiß, wie ich diese selbst behandeln kann.“ Für 53 % (und sogar 60 % der 18- bis 29-Jährigen) habe festgestanden, dass die Beschwerden auch ohne Arzt oder Apotheke behandelbar waren. Nur 7 % verzichteten wegen des Lockdowns auf Unterstützung durch Arzt oder Apotheker.

BEISPIEL GROSSBRITANNIEN: SELF CARE ANGEKOMMEN

Wie das Gesundheitssystem die Patienten bei der Self Care unterstützen kann, erläuterte **Univ.-Prof. Dr. Siegfried Meryn** in seiner Keynote. Er verwies auf die tiefe Verankerung der Self Care im britischen Gesundheitssystem NHS, wo Self Care als „integral of the government approach“ völ-



Die Teilnehmer der Diskussionsrunde, v.l.n.r.: NAbg. Ralph Schallmeiner, Prof. Dr. Michael Musalek, Dr. Gudrun Auinger, Mag. Mirjana Mayerhofer, Dr. Wolfgang Tüchler und Mag. Sandra Thier.

lig angekommen sei. Prof. Meryn zitierte auch eine in den USA durchgeführte Studie, wonach 96 % der Ärzte sagen, dass Self Care ein wesentlicher Teil der Gesundheit sein soll, und 88 % der Patienten dieser Aussage zustimmen.

Was in Österreich notwendig sei, wäre eine weitere Stärkung der Gesundheitskompetenz. Um diesbezügliche Initiativen sei es still geworden. Es sei generell an der Zeit, „sich nicht mehr zu fürchten, sondern den Patientinnen und Patienten Mündigkeit zu geben“. Seine Botschaft an die IGEPHA und das Gesundheitssystem: „Man muss die Bürger auf hohem Niveau abholen.“ Das funktioniere aber nur, wenn man es systematisch und systemisch angehe.

GESUNDHEITSKOMPETENZ VERMITTELN

Nationalratsabgeordneter Ralph Schallmeiner, Gesundheitssprecher Grüne, führte in seiner Keynote die gesundheitspolitischen Aspekte der Self Care aus. Politik müsse auf Maßnahmen setzen, um Gesundheitskompetenz in die Schulen, ja schon in die Kindergärten zu bringen: „Ich glaube, dass man Kindern durchaus einfache

KEYNOTE-SPEAKER



Dr. Gudrun Auinger



Univ.-Prof. Dr. Siegfried Meryn



NAbg. Ralph Schallmeiner



Prof. Dr. Michael Musalek

Grundregeln beibringen könnte“, so Schallmeiner. Die Politik müsse den Rahmen schaffen für die Vermittlung der notwendigen basics: „Sonst wird man dem TikTok-Star oder Influencer mehr glauben“.

SELF CARE BEI PSYCHISCHEN BELASTUNGEN

Über den eigenverantwortlichen Umgang mit psychischen Belastungen, die während der Pandemie nachweislich zugenommen haben, referierte **Univ.-Prof. Dr. Michael Musalek**. Der Psychiater und Psychotherapeut führte aus, dass in der dreistufigen Entwicklung von psychischen Belastungen bis zur psychischen Erkrankung, die einer entsprechenden Behandlung bedürfe, vor allem zu Beginn viel Platz für Self Care sei: „Man kann relativ viel machen. Es bedarf nicht nur der Intervention von außen, sondern auch von uns selbst.“ So könne der Mensch beispielsweise viel gegen den krisenbedingten Energieverlust tun.

Und er lenkte den Blick auf das Positive: „Das Schöne an der Krise ist: Das Schöne kommt nicht abhanden. Man muss nur lernen, drauf hinzuschauen. Es ist immer eine Kraftquelle.“

EXPERTEN DISKUTIERTEN ÜBER SELF CARE IM GESUNDHEITSSYSTEM

An der anschließenden Diskussion nahm auch **Dr. Wolfgang Tüchler**, Geschäftsführer

beim Branchenverlag MedMedia, teil. Er bekräftigte, dass es einer gewissen Eigenverantwortung bedürfe, um Gesundheitsthemen richtig einzuordnen. „Da ist Gesundheitskompetenz notwendig“, sagte Dr. Tüchler. In Österreich mangle es jedoch gerade daran. „Mein pragmatischer Zugang ist: Gesundheitskompetenz kann dort gestärkt werden, wo der Mensch dafür offen ist – in der Regel beim Arzt oder in der Apotheke. Ich würde mir wünschen – schon in meiner Rolle als Patient –, dass es mehr Bereitschaft seitens der Politik gäbe, Produkte oder Produktgruppen aus der Rezeptpflicht zu entlassen.“ Der mündige Patient, der sich mit seiner Gesundheit beschäftige, sei durchaus in der Lage, bei der Wahl der Produkte mitzuentcheiden.

„Wir haben, was gewisse Indikationen betrifft, diesbezüglich Aufholbedarf“, bestätigte IGEPHA-Präsidentin Mag. Mirjana Mayerhofer. Positiv sei, dass man seit Kurzem auch in Österreich im Akutfall ein Migränemittel ohne Rezept in der Apotheke kaufen könne. „Es gibt einige Regularien, die man ändern muss. Wir von der IGEPHA arbeiten da gut mit den Behörden zusammen und haben in der Vergangenheit bereits gute Lösungen gefunden. Was uns fehlt, ist die breite politische Unterstützung“, so die IGEPHA-Präsidentin.

„Die Bereitschaft der Menschen ist da, der vorhandene Rahmen das andere Thema“, sagte Grünen-Gesundheitssprecher Ralph Schallmeiner. „Unsere Aufgabe als Poli-

tik muss es sein, diese Bereitschaft zu nutzen. Zu Beginn der Pandemie war die Bereitschaft sehr hoch, bei den notwendigen Maßnahmen mitzumachen. Man muss es als Politiker selbstkritisch sehen, dass es so lange gut funktioniert hat, als man diese Maßnahmen klar kommuniziert hat.“

„Ich bin ein großer Befürworter von Self Care, wir brauchen davon viel mehr als jetzt“, sagte Prof. Musalek. „Wir brauchen auch viel mehr Prävention. Da ist der große Bereich von Self Care anzusiedeln.“ Ihm schwebte ein Unterrichtsgegenstand „Leben“ vor. In einem solchen Fach könne man auch sehr viel Gesundheitswissen vermitteln.

Die Bevölkerung ist jedenfalls zur Self Care bereit. Laut den Ergebnissen der Spectra-Studie sind die Menschen in Österreich der Meinung, dass Self Care nach Corona an Bedeutung gewinnen wird, ebenso wie die Beratung in den Apotheken und die Selbstinformation im Internet. Jeder Einzelne, so die überwiegende Meinung der Bevölkerung, sollte mehr Verantwortung für die eigene Gesundheit übernehmen, um die Krankenkassen zu entlasten. Und es sollte den Menschen leichter gemacht werden, selbst im Rahmen der Self Care Therapieschritte zu unternehmen.

Die Jahrestagung der IGEPHA endete mit einem breiten Bekenntnis der Diskussionsteilnehmer zur Self Care als tragende Säule im Gesundheitssystem. Die IGEPHA wird weiterhin die dazu nötigen Schritte einfordern.

AUF DEN PUNKT GEBRACHT

„Gesund sein, gesund bleiben“ – so lautet der Titel des neuen IGEPHA-Whitepapers zur Relevanz der Self Care. Warum ist Self Care für jeden Einzelnen und für das Gesundheitssystem als Ganzes so wichtig? Ein neues Promotionprodukt der IGEPHA stellt die zentralen Argumente für die Verankerung der Self Care im Gesundheitssystem anschaulich und verständlich dar.

DER ATTRAKTIV GESTALTETE FOLDER FOKUSSIERT AUF DREI ASPEKTE:

- Was ist Self Care?
- Wie steht es um die Gesundheitskompetenz in Österreich?
- Wie motiviert man die Menschen zu mehr Self Care?

Mit dem IGEPHA-Whitepaper steht nun ein wertvolles Produkt für die Diskussion über Self Care zur Verfügung, das ihren Stellenwert mit Zahlen, Daten und Fakten untermauert.

MEINUNGSBILDUNG MITGESTALTEN

Auf leicht verständliche Weise transportiert das Whitepaper einige wesentliche Botschaften und Forderungen der IGEPHA. So könnte die Volksgesundheit durch eine

österreichweite Self Care-Strategie nachhaltig gestärkt werden. Die Forderung der IGEPHA lautet: „Alle am Gesundheitsbereich Beteiligten müssten in Bezug auf Self Care an einem Strang ziehen. Das würde die Menschen unterstützen, die richtigen Entscheidungen für ihre Gesundheit zu treffen.“

Ein Eckpfeiler der Self Care ist die Gesundheitskompetenz. Diese zu stärken, ist ein weiteres Anliegen der IGEPHA. Schon im frühen Kindesalter sollte spielerisch mit der Vermittlung von Gesundheitswissen begonnen werden. Die Ergebnisse der aktuellen Gesundheitskompetenzstudie von Spectra haben bestätigt, dass es hinsichtlich der Health Literacy in Österreich noch viel Aufholbedarf gibt.

Um souverän bei der Anwendung von Self Care unterstützen zu können, müssen auch Gesundheitsprofis noch besser geschult werden. Wie Self Care in kundengerechter

Sprache vermittelt werden kann, sollte daher Bestandteil der Ausbildung von Ärzten, Apothekern und PKA sein.

Self Care zu betreiben und die Potenziale von mehr Eigenverantwortung in Gesundheitsfragen zu nützen, hat viele Vorteile. Viele Menschen haben den Nutzen der Self Care während der Covid-19-Pandemie entdeckt. Zusätzlich gestärkt werden kann das Interesse an Self Care durch spezielle Anreize, mehr Eigenverantwortung für die persönliche Gesundheit zu übernehmen.

Daher lautet der Appell der IGEPHA: Holen wir alle Stakeholder mit ins Boot – Gesundheitspolitiker, Pädagogen, Apotheker und Ärzte. Allen kommt eine besondere Bedeutung zu: Sie unterstützen die Menschen dabei, durch Anwendung von OTC-Präparaten ihren Gesundheitszustand aktiv zu verbessern und länger zu erhalten.



Die Druckversion des neuen IGEPHA-Whitepapers ist in der Geschäftsstelle erhältlich. Bestellungen bitte an office@igepha.at.

Sie finden das Whitepaper außerdem als Download auf unserer Homepage: www.igepha.at.

Aktiv und gesund sein, ein Leben lang – wer möchte das nicht? Und das ist heute viel einfacher als früher! Warum?

- ✓ Noch nie hatten wir so einfachen Zugang zu exzellentem Gesundheitswissen.
- ✓ Noch nie gab es so viele wirksame und sichere rezeptfreie Arzneimittel und Gesundheitsprodukte.
- ✓ Noch nie konnten wir diese so rasch und unkompliziert erhalten.

SELF CARE IN ÖSTERREICH HEUTE – ZAHLEN UND TENDENZEN

- 90%** 9 von 10 Österreicherinnen entscheiden bei leichten Erkrankungen selbst.
- 97%** 97 % kaufen rezeptfreie Arzneimittel.

UNSER HÖCHSTES ZIEL: MENSCHEN ZUR SELF CARE MOTIVIEREN DURCH

Wer gesund ist und das Gute – das haben gemerkt. Daher gilt:

UNSER HÖCHSTES ZIEL: MENSCHEN ZUR SELF CARE MOTIVIEREN DURCH

Wer gesund ist und das Gute – das haben gemerkt. Daher gilt:

SELF CARE bedeutet:

- ... sorgsam
- ... Eigeninitiativ
- ... engagiert
- ... im Ernstfall
- ... stets gerüstet

HINSICHTLICH UNSERER GESUNDHEITSGESAMTHEIT GIBT ES VIEL ZU TUN!

- 47%** 47 % können die Vertrauenswürdigkeit digitaler Gesundheitsinformationen nur schlecht einschätzen.
- 37%** 37 % der Österreicherinnen sind nicht bereit, sich um ihre Gesundheit zu kümmern.
- 15%** 15 % haben Schwierigkeiten dabei, Aufgaben hinsichtlich ihrer Gesundheitskompetenz zu bewältigen.

ENTSCHEIDEN KANN NUR, WER SICH AUSKENNT

Um etwas zu ändern, müssen wir mehr Verantwortung für unsere Gesundheit übernehmen – jeder für sich. Aber dazu brauchen wir entsprechende Kenntnisse. Um die richtigen Entscheidungen zu treffen. Denn das ist oft gar nicht so einfach.

WIR WOLLEN – ABER KÖNNEN WIR AUCH?

Laut dem EPPOSI Barometer 2013 sind acht von zehn Menschen in Europa bereit, sich um ihre Gesundheit zu kümmern. Jedoch hat jeder Fünfte in den zehn untersuchten europäischen Ländern große Zweifel, ob seine Gesundheitskompetenz dafür ausreicht.

In Krisenzeiten bewährt sich die Bereitschaft, selbst aktiv zu werden. Rezeptfreie Arzneimittel und Gesundheitsprodukte helfen uns dabei, unsere Gesundheit zu stärken.

WISSEN ENTLASTET

Je besser wir uns selbst in Sachen Gesundheit auskennen, desto mehr trauen wir uns zu, auch selbst für unsere Gesunderhaltung zu sorgen. Und das hat gleich mehrere Vorteile:

- 1 Wir kümmern uns selbst um unsere Gesundheit und fühlen uns einfach wohler.
- 2 Wir nehmen die richtigen Medikamente in passender Dosierung lange genug ein –

EIN LANGES LEBEN...

...und das möglichst gesund. Wer will das nicht? Rundum fit und leistungsstark auch im hohen Alter. Darauf hat jeder eine Chance, der sich schon in jungen Jahren aktiv um sein Wohlbefinden kümmert. Also Self Care betreibt. So halten wir möglichst lange Diabetes, Herz-Kreislauferkrankungen, chronische Atemwegserkrankungen, Übergewicht, aber auch psychische Erkrankungen von uns fern.

Dadurch entlasten wir ganz aktiv auch unser Gesundheitssystem. Und das wollen wir ja auf hohem Niveau erhalten. Damit unsere Top-Gesundheitsversorgung allen zur Verfügung steht, die schwer erkrankt sind und dringend medizinische Hilfe benötigen. Deswegen ...

GESUNDHEITSKOMPETENZ

- 80%** 80 % der Österreicherinnen sind nicht bereit, sich um ihre Gesundheit zu kümmern.
- 50%** 50 % der Österreicherinnen sind nicht bereit, sich um ihre Gesundheit zu kümmern.
- 20%** 20 % der Österreicherinnen sind nicht bereit, sich um ihre Gesundheit zu kümmern.

UNSER ALLER ZIEL: MENSCHEN ZUR SELF CARE MOTIVIEREN DURCH

- ✓ **SENKUNG DER UMSATZSTEUER FÜR MEDIZINPRODUKTE**
Für Arzneimittel gilt seit 2009 ein ermäßigter Steuersatz von 10 %. Auf Medizinprodukte wird die volle Umsatzsteuer von 20 % erhoben.
Die IGEPHA schließt sich der Initiative von Auströmer und Pharmig an und fordert ebenfalls die Senkung der Umsatzsteuer für Medizinprodukte.
- ✓ **KOSTENÜBERNAHME BEI REZEPTFREIEN ARZNEIMITTELEN FÜR KINDER**
Wie bereits in Deutschland praktiziert, sollten rezeptfreie Arzneimittel für Kinder unter zwölf Jahren (bzw. bei Entwicklungsstörungen bis zum 18. Geburtstag) von den Krankenkassen bezahlt werden. So kann sichergestellt werden, dass durch die sozioökonomische Stellung der Eltern kein Kind bei der Versorgung mit OTC-Präparaten benachteiligt wird.
- ✓ **MEHR UNTERSTÜTZUNG DURCH DIE POLITIK**
Self Care als Selbstverständlichkeit in unser aller Alltag. Das klappt nur, wenn die Politik mitzieht. Wenn sie Self Care positiv bewertet. Wenn Politiker selbst öffentlichkeitswirksam Self Care betreiben. Wenn Self Care von der Regierung in allen Lebensbereichen etabliert wird.

IGEPHA IM GESPRÄCH

ES GEHT IN DIE NÄCHSTE RUNDE!

Seit dem Frühjahr 2021 findet man die IGEPHA und ihre Gäste regelmäßig im Podcast-Studio. Unter dem Titel „IGEPHA im Gespräch“ ging bis zum Sommer die erste Staffel der Podcast-Serie zu aktuellen Themen der Self Care-Industrie on air. Interessante Gesprächspartner folgten der Einladung zu „IGEPHA im Gespräch“.

DIE FOLGENDEN EPISODEN SIND BEREITS ERSCHIENEN:



Volume 1: Relevanz der Marktforschung
für OTC-Unternehmen
IGEPHA-Vizepräsidentin Susanne Eibegger (Bayer) diskutiert im Gespräch mit den Marktforschungsexperten Christopher Mayer (Kwizda), Johanna Gugler (Drehm Strategies GmbH), Ursula Scheithauer (Insight Health), Stefan Baumgartner (IQVIA), Gudrun Auinger (Spectra Marktforschung), Harald Blaha und Valentin Petritsch (Nielsen) sowie Petra Kacnik-Süß (MindTake) die Relevanz der Marktforschung für OTC-Unternehmen.

Volume 2: IGEPHA-



Gesamtmarktstudie
Im IGEPHA-Podcast-Studio präsentieren Stefan Baumgartner und Doris Winkler von IQVIA die Ergebnisse der IGEPHA-Gesamtmarktstudie.

Volume 3: Medical



Device Regulation
Pünktlich zum Geltungsbeginn der Europäischen Medizinprodukteverordnung ging der IGEPHA-

Podcast mit Rudolf Mad (Bosch + Sohn) und Horst Poosch (Panaceo) online. Die beiden Podcast-Gäste sind ausgewiesene Medical Device Regulation-Experten und in der IGEPHA-Arbeitsgruppe Medizinprodukte aktiv.



Volume 4: Trends des Self Care-Marktes
Der international erfolgreiche Health Care-Berater Nicholas Hall gibt Einblicke in globale und lokale Trends des Self Care-Marktes.



Volume 5: Auswirkungen der Covid-19-Pandemie
Als erstklassiger Kenner der Weltwirtschaft analysiert Nenad Pacek die Auswirkungen der Covid-19-Pandemie auf die Wirtschaft im Allgemeinen und die OTC-Industrie im Besonderen.



Volume 6: Amazon als Vertriebskanal
Marketing-Experte Fabian Kaske spricht über die Relevanz von Amazon für die OTC-Branche und erklärt, wie Self Care-Hersteller den Onlineshopping-Riesen als Vertriebskanal nutzen können.

MIT DER PODCAST-STAFFEL 2 DURCH DEN HERBST 2021



Pünktlich zur IGEPHA-Jahrestagung startete die neue Serie von „IGEPHA im Gespräch“. In der ersten Episode stimmt IGEPHA-Präsidentin Mirjana Mayerhofer auf das Thema der Jahrestagung ein: „Self Care als Gamechanger im Gesundheitssystem“. Die kommenden Episoden der Staffel 2 sind regulatorischen Self Care-Themen gewidmet.

Ohne zu viel zu verraten: IGEPHA-Geschäftsführerin Christina Nageler wird interessante und bestens informierte Gesprächspartner vor das Mikrofon bitten und sie zu aktuellen Aspekten der regulatorischen Rahmenbedingungen für OTC-Präparate befragen.

UNKOMPLIZIERT REINHÖREN!

Abspielen kann man die Podcast-Folgen hier: igepha.at/podcast/
Auf allen gängigen Podcast-Plattformen wird „IGEPHA im Gespräch“ zum Abonnieren angeboten. Auf ihren Social Media-Kanälen informiert die IGEPHA immer aktuell über die neueste Podcast-Folge.

SAVE THE DATE

WIR BEGLEITEN SIE MIT UNSEREN FORTBILDUNGS- UND NETWORKING-ANGEBOTEN DURCH AUFREGENDE ZEITEN!

FORTBILDUNG FÜR DIE SELF CARE-INDUSTRIE

13.1. 2022	Podcast Gehen Sie on air!	28.4. 2022	Digitale Trends für Self Care Neue Wege zum Kunden	20.10. 2022	Amazon als Self Care-Plattform Clever planen mit dem Versandriesen
3.3. 2022	Power Selling Raus aus dem Mittelmaß, rauf auf die Überholspur!	2.6. 2022	eCommerce & Versandhandel Chancen und Potenziale ein Update	17.11. 2022	Medizinprodukte Lehren aus der MDR
30.3. 2022	Innovation für die OTC-Branche Einblicke in den aktuellsten Nicholas Hall-Bericht	23.6. 2022	NEM Regulatory Update	08.12. 2022	Arzneimittel Regulatory Update
		22.9. 2022	Digitalen Wandel nützen Sich mit Social Media optimal in Stellung bringen		

NETWORKING-VERANSTALTUNGEN

20.1. 2022	Come Together Der Jahresauftakt der Self Care-Branche
12.5. 2022	Open House Networking bei der IGEPHA
6.10. 2022	Generalversammlung und Jahrestagung – mit überraschenden Insights

IGEPHA THEMENFRÜHSTÜCK

28.1. 2022	DiLAB42 GmbH	16.9. 2022	IQVIA
18.3. 2022	Insight Health	25.11. 2022	HCC
6.5. 2022	Talantor		

Tipp: Informieren Sie sich auf www.igepha.at/veranstaltungen über Event-Details und Anmelde-möglichkeiten!

Impressum

Quintessence, Ausgabe 2021 | Verantwortlich für den Inhalt: IGEPHA – The Austrian Self Care Association, Kärntner Straße 26/Marco-d'Aviano-Gasse 1, 1010 Wien, Tel.: +43 1 914 95 12, Fax: +43 1 914 95 12-12 | office@igepha.at | www.igepha.at | Redaktion: IGEPHA | Gestaltung: fuergestaltung.at | Fotos: IGEPHA, Katharina Schiffel, Arthur Michalek, shutterstock / Seiten 4,5,13: IGEPHA, Canva, gettyimages | Die in dieser Publikation verwendeten Personen- und Berufsbezeichnungen treten der besseren Lesbarkeit halber nur in der männlichen Form auf, sind aber natürlich gleichwertig auf alle Geschlechter bezogen.



IQVIA Consumer Health

Die Welt im Bereich Consumer Health dreht sich schnell – mit IQVIA als Partner bleiben Sie immer am Ball. Wir liefern Ihnen Verkaufszahlen der öffentlichen Apotheken aus dem größten Panel Österreichs (mit derzeit 38 % Abdeckung) und unterstützen Ihre Planung mit der Produktkategorisierung nach den IQVIA OTC-Klassen. Gerade in Zeiten größerer Unsicherheit resultierend aus der COVID-19-Pandemie sind Daten & Fakten von großer Bedeutung, daher erhalten unsere Kunden jetzt wöchentlich kostenfreie Updates auf Gesamtmarktsebene. Wir sind Ihr Partner für Studien, Apothekenschulungen oder Targetinganalysen.

Formen wir gemeinsam die Zukunft von Consumer Health und schaffen eine gesündere Welt!

→ **Nehmen Sie mit uns Kontakt auf:**
claudia.linhart@iqvia.com