

PRIORITÄT FÜR PRÄVENTION

Prävention bedeutet, Krankheiten zu vermeiden! Hierdurch sind weder Medikamente noch zusätzliche Untersuchungen erforderlich, welche Treibhausgasemissionen verursachen. Prävention hilft zudem, für unsere Gesundheit als auch für die Umwelt schädliche Substanzen zu vermeiden. Durch gesunde Gewohnheiten können wir Krankheiten vorbeugen und die Biodiversität schützen.

NICHT ÜBERTRAGBARE KRANKHEITEN (NCD)¹

NCDs sind Krankheiten, welche nicht übertragbar, sondern oft durch das Alter und den Lebensstil beeinflusst werden. Zu den häufigsten gehören Krebs, Herz-Kreislauf-Erkrankungen, chronische Atemwegserkrankungen, Diabetes und Erkrankungen des Bewegungsapparats. Nationale Früherkennungskampagnen (z. B. Darm-, Brust- oder Prostatakrebs) und Präventionsinitiativen (wie zu Alkohol und Tabak) tragen zur Vorbeugung von NCDs bei.



1/3

Ein Drittel der Schweizer² Bevölkerung leidet an einer NCD

- dies verursacht 80 % der Gesundheitskosten.



30%

unserer Gesundheit werden durch unser Verhalten beeinflusst, während das Gesundheitssystem nur 10 % dazu beiträgt.

ÜBERTRAGBARE KRANKHEITEN (INFEKTIONEN)

Dank **Impfungen** sind die Fälle schwerwiegender oder lebensbedrohlicher Infektionen wie Meningitis, Tetanus und Masern stark zurückgegangen.

SCHÄDLICHE SUBSTANZEN FÜR DIE GESUNDHEIT UND DEN PLANETEN

Endokrine Disruptoren,³ die das Hormonsystem stören, stehen im Verdacht, hormonabhängige Krebsarten, Fruchtbarkeitsstörungen, Sprachentwicklungsverzögerungen oder Autismus-Spektrum-Störungen zu verursachen.

Sonnencremes
Schutz vor Sonneneinstrahlung ist wichtig, doch einige chemische Sonnenschutzmittel enthalten endokrine Disruptoren, die zudem schädlich für Korallen, Fische und Schalentiere sind.⁴



Per- und Polyfluorierte Substanzen (PFAS)
PFAS sind wasser- und hitzebeständig sowie antihaltend. Sie enthalten endokrine Disruptoren, sind krebserregend und schädigen das Hormonsystem.⁵⁻⁶



Sie kommen in Konservendosen, Kosmetika und Feuchttüchern vor.



Jährlich gelangen 25'000 Tonnen Sonnencreme in die Ozeane, das sind 48 Liter pro Minute!



Diese „ewigen Schadstoffe“ finden sich in Textilien, Kosmetika, Lebensmittelverpackungen und Antihaltbeschichtungen.⁵

DAS NACHHALTIGE REZEPT

- ◆ Ein gesunder Lebensstil und Umweltbewusstsein fördern sogenannte Co-Benefits für Gesundheit und Ökosystem.
- ◆ Die Kampagne „12 Monate - 12 Aktionen“ auf www.revmed.ch/infos-patients bietet Tipps, um Gesundheit und Umwelt zu bewahren.
- ◆ Sprechen Sie mit Ihrer Hausärztin oder Ihrem Kinderarzt über Prävention, Früherkennung bestimmter Krankheiten und Impfungen.
- ◆ Reduzieren Sie die Exposition gegenüber chemischen Produkten (Parfüms, Farben, Pestizide, Reinigungsmittel, Kosmetika etc.).
- ◆ Vermeiden Sie PFAS durch die Wahl von Kochgeschirr aus Gusseisen oder Edelstahl und Kleidung ohne Imprägnierung.
- ◆ Setzen Sie auf Schatten und Kleidung als Sonnenschutz. Falls Sonnencreme notwendig ist, wählen Sie wasserfeste Produkte mit „Ozeanschutz“-Label.

Wann sollte die Prävention angesprochen werden?

Bei jeder Konsultation oder Gesundheitsuntersuchung.

REFERENZEN

1. <https://www.swisshealthweb.ch/fr/article/doi/bms.2023.1286014020/>
2. Office fédéral de la statistique. Enquête suisse sur la santé. Disponible sur : <https://www.bfs.admin.ch/bfs/fr/home/statistiques/sante/enquetes/sgb.html>

3. Confédération Suisse, OFSP, OFEV, OSAV, OFAG, SECO, Swissmedic, Suva. Perturbateurs endocriniens. Juin 2024.

4. Martin N, et al. Influence of TiO₂ nanocomposite UV filter surface chemistry and their interactions with organic UV filters on uptake and toxicity toward cultured fish gill cells. *Ecotoxicology and Environmental Safety*. 2022, 243, pp.113984.

5. Schraenk D, et al. Risk to human health related to the presence of perfluoroalkyl substances in food. *EFSA Journal* 2020.

6. Office fédéral de la sécurité alimentaire et des affaires vétérinaires. Substances per- et polyfluoroalkylées (PFAS). Disponible sur : <https://www.blv.admin.ch>

