

WERBUNG



### Med Uni meets Musik

Musik ist nicht nur ein Genuss für die Ohren, sondern auch förderlich für unsere Gesundheit. Für die Medizinische Universität Innsbruck ist das Grund genug, eine aufregende Partnerschaft einzugehen: Seit wenigen Wochen begleitet die inspirierende Musik des virtuellen Duos Bartolomey/Bittmann die Videos der Med Uni auf dem Med Uni Innsbruck Youtube Kanal, Instagram und Facebook.

Foto: Stephan Doleschal



### Ministerbesuch

Vor wenigen Tagen war Wissenschaftsminister Martin Polaschek zu Besuch an der Medizin Uni Innsbruck. Rektor Wolfgang Fleischhacker und die neue Vizerektorin für Digitalisierung und Finanzen, Birgit Hochenegger-Stoier, empfangen ihn und nutzten die Gelegenheit, sich über standortspezifische und zukunftsrelevante Themen auszutauschen.

Foto: MUI/D. Bullock

### Die Frau hinter dem Medizin-Aufnahmetest

Am 5. Juli werden wieder Tausende hoffnungsvolle AnwärterInnen auf das Medizinstudium in Innsbruck Schlange stehen für den Einlass in die Messehalle, und mittendrin Martina Heidegger, Leiterin der Abteilung Studierendenservices der Medizinischen Universität Innsbruck.

Sie organisiert den Aufnahmetest zum Medizinstudium, und das seit der ersten Auflage. Mit ihrem Team kümmert sie sich um die Koordination der Testinhalte und der IT, Logistik, Sicherheitskonzept und den reibungslosen Ablauf am Testtag. Dann stehen bis zu 300 MitarbeiterInnen der Med Uni Innsbruck im Einsatz. „Es ist uns ungemein wichtig, den Aufnahmetest transparent und fair zu gestalten. Wir haben inzwischen viel Erfahrung mit standardisierten Massentests, aber ein bisschen aufgeregt bin ich trotzdem jedes Mal“, gesteht sie.

Die Kolsassener ist bald nach dem Studium der Betriebswissenschaften und Wirtschaftspädagogik an die Medizinische Universität Innsbruck gekommen. Heute ist sie mit sieben MitarbeiterInnen für die Bereiche Studienberatung, Aufnahme (insgesamt fünf Tests), Zulassung, Akademische Feiern und MUI-Shop verantwortlich. „Am besten an meiner Arbeit gefällt mir, dass ich viel Kontakt zu jungen Menschen habe. Da muss man sich immer weiterentwickeln, etwa in der Kommunikation: Wir produzieren jetzt viele Videos, weil die bei den Jugendlichen weit besser ankommen als reine Infotexte.“

Der Startschuss für die Anmeldungen zum Aufnahmetest fällt morgen, die Vorbereitungen sind schon in vollem Gange. (vol)



Martina Heidegger leitet die Abteilung Studierendenservices.



Die Forschung zu Computerspielsucht hat vor 30 Jahren begonnen. Seither hat sich viel verändert ...

Martin Fuchs: Tatsächlich hat die Forschung mit der Einführung des Internets angefangen. Seit rund 20 Jahren beobachten wir, wie die Gamingindustrie an der Immersion, also der Verschmelzung von digitalen und realen Inhalten, arbeitet. Der Game Boy, das waren irgendwelche Pixel in Dunkelgrau und Schwarz. Die Erfahrung war nicht so intensiv, wie das jetzt, 30 Jahre später, z. B. mit dem VR-Headset von Apple ist. Es gibt erste Videos von Menschen mit dieser VR-Brille, die mit der Hand Gesten in die Luft malend arbeiten. Das wirkt heute bizarr, vielleicht gewöhnen wir uns alle daran. Für vulnerable Menschen ist diese Verschmelzung von Wirklichkeit und Virtualität aber möglicherweise schwierig.

Unterscheidet sich Computerspielsucht bei Kindern und Jugendlichen von der bei Erwachsenen?

Kleine Kinder haben sehr wenige kognitive Möglichkeiten, sich zu regulieren. Sie fallen besonders leicht auf Tricks der Computerspiele-Industrie herein. Wenn man einem Vierjährigen ein entsprechendes Gerät in die Hand gibt, wird er wahrscheinlich bis zur Erschöpfung damit spielen, weil die Belohnungssysteme so stark getriggert werden können. Es ist die Aufgabe der Eltern, Regeln einzuführen. Die US-Fachgesellschaft der KinderärztInnen empfiehlt beispielsweise, dass Kinder bis drei Jahre gar keine digitalen Geräte in die Hand bekommen sollten. Jugendliche sind wiederum in einer besonders vulnerablen Phase, weil sich in der Zeit die belohnungsversprechenden, lustbetonten Anteile des Gehirns viel

schneller entwickeln als der präfrontale Cortex und sie sich daher schlechter kontrollieren können. Das ist das Wesen der Pubertät.

Was raten Sie den Eltern? Alle professionellen Ratschläge zielen darauf ab, dass es von Anfang an Regeln und Grenzen braucht. Das muss man als Eltern auch aushalten. Zugleich sollen die Regeln nicht zu restriktiv sein. Wenn alle Kinder eine Konsole haben, dann muss man sich nicht als einzige Eltern querstellen. Unser übergeordnetes Ziel sollte es sein, dass Kinder Selbstkontrolle lernen und Medienkompetenz erwerben, und das schon weit vor dem 18. Geburtstag. Es gibt dazu Ratgebermaterial, ich kann z. B. die Safer Internet Initiative (saferinternet.at) sehr empfehlen.

Nicht alle werden süchtig ... Für viele junge Menschen ist Gaming ein Hobby, mehr als drei Milliarden Menschen weltweit spielen Computerspiele. Um beim Schach oder im Fußball gut zu werden, muss man auch viele Stunden trainieren. Es ist auch bekannt, dass viele Chirurginnen, die heute minimalinvasiv operieren, als Jugendliche fanatische Gamer waren. Die Störung beginnt dort, wo Entwicklungsaufgaben im wirklichen Leben zu kurz kommen: Die Schulnoten werden schlechter, das Kind hat Schlafstörungen, isoliert sich oder vernachlässigt andere Freizeitaktivitäten.

Ist die Zeit, die ins Spiel investiert wird, ein Faktor für Sucht?

### Woche des Gehirns

Martin Fuchs ist seit zehn Jahren an der Univ.-Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie als Mediziner, Psychotherapeut und Forscher tätig. Am 12. März wird er im Rahmen der Woche des Gehirns im großen Hörsaal der Med Uni Innsbruck zum Thema „Digitale Drogen: Wie Smartphone und Spielkonsole süchtig machen“ sprechen.

Die mentale Gesundheit steht heuer im Fokus der Woche des Gehirns: In fünf allgemeinverständlichen Vorträgen (11. bis 15. März, immer ab 18:30 Uhr, Großer Hörsaal, Fritz-Pregl-Str. 3, Innsbruck) wird es u. a. um Angsterkrankungen, Schizophrenie und halluzinogene Substanzen in der Therapie gehen. Eintritt frei. Programm und Livestream: www.i-med.ac.at/ Gehir

Welche Risikofaktoren gibt es?

Wir sprechen von einer Sucht-Trias. Dieses Modell spannt sich zwischen drei Polen auf. Da sind zunächst einmal die Merkmale des Spiels selbst. Es gibt Spiele, die eher süchtig machen können als andere. Dann gibt es Merkmale, die Menschen selber mitbringen, z. B. genetische Charakteristika, wie eine Suchtveranlagung oder Depression, aber auch lebensgeschichtliche Merkmale. Hat der oder die Betroffene erlebt, dass er/sie sich mit digitalen Medien beruhigen kann, wenn sich die Eltern streiten? Der dritte Bereich betrifft

das soziale Umfeld. Das ist das große Feld, wie Familien mit digitalen Medien und Spielen umgehen. Wenn in allen drei Ebenen Risikofaktoren zusammenkommen, ist es wahrscheinlich, dass Sucht entsteht.

Das Gespräch führte Theresa Mair



Kinder müssen den Umgang mit digitalen Medien und Computerspielen von den Eltern lernen. Foto: privat

## „Die Spielzeit ist unwesentlich“

Viele Kinder und Jugendliche zocken mit Computerspielen, wenige verfallen den digitalen Drogen. Kinder- und Jugendpsychiater Martin Fuchs im Interview.



„Kleine Kinder haben sehr wenige kognitive Möglichkeiten, sich zu regulieren. Sie fallen leicht auf die Tricks der Computerspiele-Industrie herein.“

Martin Fuchs

WERBUNG



### Kein Jubiläumjahr ohne Jubiläumstorte!

2024 wird die Medizin Uni Innsbruck 20 Jahre alt – eine junge Universität mit langer Tradition und ein guter Grund, das ganze Jahr lang zu feiern! Rektor Wolfgang Fleischhacker und sein Team mit den Vizerektorinnen Wolfgang Prodingler, Birgit Hochenegger-Stoier und Christine Bandlow (v.l.) haben damit schon begonnen. Eine Torte mit Jubiläums-Logo und 20 brennenden Kerzen gehört dazu! Inzwischen sind die Kerzen ausgeblasen und die Torte ist verspeist. Mit interessanten Vorträgen und tollen Veranstaltungen wird weitergefeiert. Mehr Infos dazu auf <https://20jahre.i-med.ac.at/>

Foto: MUI/D. Bullock

## Wissen schafft Gesundheit

Alle Menschen sind einzigartig – und das liegt nicht zuletzt daran, dass wir uns in unseren Genen unterscheiden. Mit neuen Untersuchungsmethoden wird es zunehmend leichter möglich, das Erbgut zu entschlüsseln.

Wir können daraus lesen, wer unsere Vorfahren sind, wie wir Medikamente vertragen u. v. m. Im Vortrag „Hilft es mir, meine Gene zu kennen?“ spricht Johannes Zschocke, Direktor am Institut für Humangenetik, über die Möglichkeiten der Genanalysen in der Medizin und erklärt, wann man eine genetische Untersuchung in Betracht ziehen sollte. Termin: 6. März, 18.30 Uhr, Großer Hörsaal, Fritz-Pregl-Str. 3, in Innsbruck. Eintritt frei.

WEITERE VORTRÄGE AUS DER REIHE „WISSEN/SCHAFFT GESUNDHEIT“

24. April, 18.30 Uhr: „Was wir heute über Krebs wissen und wie wir ihn behandeln“, Dominik Wolf, Univ.-Klinik für Onkologie und Hämatologie

15. Mai, 18.30 Uhr: „Prost, Mahlzeit! Wenn das Schlucken nicht mehr funktioniert“, Simone Graf, Univ.-Klinik für Hör-, Stimm- und Sprachstörungen

19. Juni, 18.30 Uhr: „Brust-, Eierstock- und Gebärmutterhalskrebs: Von der Eizelle zum Tumor“, Christian Marth, Univ.-Klinik für Gynäkologie und Geburtshilfe

Infos: [www.wissenschaftgesundheit.at](http://www.wissenschaftgesundheit.at)



Foto: Lechner

Ob wir das digitale Spielverhalten unserer Kinder regeln oder unser Gesundheitssystem retten wollen – es braucht Wissen, um für diese Herausforderungen gerüstet zu sein.“

W. Wolfgang Fleischhacker, Rektor MedUni Innsbruck

### Podcast WISSEN LEBEN

Im neuen WISSEN LEBEN-Podcast der Medizin Uni Innsbruck erzählen unsere WissenschaftlerInnen im Gespräch mit dem Mediziner und Podcaster Laurin Mauracher von ihrem Fachgebiet, neuen Entwicklungen und Visionen. So wird die Wissenschaft, die in Innsbruck entsteht, den Hörerinnen und Hörern allgemeinverständlich nahegebracht. Die ersten drei Podcasts sind schon zu hören, weitere folgen. Hören Sie rein: <https://20jahre.i-med.ac.at/podcasts/>



### KONTAKT MEDIZINISCHE UNIVERSITÄT INNSBRUCK

Innrain 52, Christoph-Probst-Platz Tel.: +43 (0)512 9003 0 public-relations@med.ac.at www.i-med.ac.at



# Was Frauen brauchen, um das Gesundheitssystem zu retten

Frauen sind die Kümmerinnen und die Pflegerinnen, sie forschen und heilen. Dennoch sind Frauen in Gesundheitsberufen benachteiligt. Sabine Ludwig erläutert, was Frauen leisten und was sie dafür benötigen.

Sie ist weit gereist und kennt die großen Sozial- und Gesundheitsinstitutionen von innen: Die Expertin für Global Public Health und Geschlechter- und Diversitätssensible Medizin Sabine Ludwig hat für die Europäische Kommission und die Vereinten Nationen in Brüssel und Peking gearbeitet. Sie war an der Charité – Universitätsmedizin Berlin tätig und beim Robert Koch-Institut für den deutschen Frauengesundheitsbericht zuständig. Dann kam der Ruf nach Innsbruck. Seit einem halben Jahr ist Ludwig Direktorin des Instituts für Diversität in der Medizin.

Am 7. März hält sie an der Medizinischen Universität Innsbruck ihre Antrittsvorlesung – passend zum Vorabend des Weltfrauentags wird sich dabei alles um die wichtige Stellung von Frauen im weltweiten Gesundheitssystem drehen. Denn Gründe, warum Frauen das Gesundheitssystem retten, gibt es genug:

1. Frauen übernehmen den größten Versorgungsanteil. „70 bis 80 Prozent der Gesundheitsfachkräfte weltweit sind Frauen. Sie retten das System, weil sie die Arbeit machen. Sie fühlen sich den Patientinnen und Patienten verpflichtet“, sagt Ludwig. Das, obwohl sie häufig unterbezahlt sind und weniger Karrierechancen haben. „Im Gesundheitswesen sind Frauen bisher nur zu rund 25 Prozent in Führungspositionen vertreten“, sagt die Expertin für öffentliche Gesundheit und Gender. Dabei hätte nicht nur die Pandemie gezeigt, welch wichtige Rolle

Frauen in leitenden Positionen haben.

2. „Frauengeführte Länder haben die Covid-19-Pandemie besser bewältigt“, sagt Ludwig. Die Regierungschefinnen von Neuseeland, Taiwan und – nach anfänglichem Holpern – Deutschland hätten es verstanden, die Lebensperspektiven der Bevölkerung und vor allem der Frauen in die Corona-Politik einzubeziehen. „Frauen haben Entscheidungsdemonstrierung und Mut, sie haben ganzheitlich gehandelt, Familie und Beruf mitbedacht und der Bevölkerung Verständnis entgegengebracht. Sie sind meist partizipativer in der Führung.“

Gleichzeitig haben Frauen während dieser Zeit viele Nachteile erfahren. Als Gesundheitsdienstleisterinnen war ihr Risiko höher, sich selbst anzustecken. Als die Kindergärten und Schulen geschlossen waren, sind sie im Home-Office und bei den Kindern geblieben. Forscherinnen konnten daher weniger Studien veröffentlichen als ihre männlichen Kollegen. Die Doppelbelastung mit Familie und Beruf lastete noch schwerer auf ihren Schultern als sonst. „Durch den Rechtsruck ist es leider zu Rückschritten gekommen.“

Es brauche dringend Modelle, um die (Lebens-)Arbeitszeit flexibler zu gestalten, die Löhne anzuheben und Care-Arbeit gerecht abzugelten, auch um die Frauen in den Gesundheitsberufen zu halten, fordert Ludwig. Immerhin gebe es auch einen Vertrag: Die Einhaltung der Agenda 2030 der Vereinten Nationen mit Erfüllung der



Folgte dem Ruf nach Innsbruck: Sabine Ludwig ist die neue Direktorin des Instituts für Diversität in der Medizin. Foto: MUI/Bullock

nachhaltigen Entwicklungsziele sieht Gesundheit, Wohlbefinden und Geschlechtergerechtigkeit vor. Bisher werde Geschlecht aber noch als Hauptgrund für Diskriminierungserfahrungen benannt.

3. PatientInnen, die von Frauen betreut werden, genesen häufig besser. Denn: „Frauen therapiieren geschlechtersensibler, sie sind in der Kommunikation motivierender. Das schafft Therapietreue.“ So würden PatientInnen besser auf sich schauen und Medikamente korrekt einnehmen. Medizinerinnen hätten Geschlechterunterschiede, etwa bei der Verträglichkeit von Medikamenten, häufig besser im Blick als ihre männ-

lichen Kollegen und zeigen mehr Empathie.

4. Frauen achten auf ihre Gesundheit und auf die der Familie. „Frauen nehmen mehr Gesundheitsdienstleistungen in Anspruch als Männer. Sie gehen öfter zum Arzt und ernähren sich gesünder.“ Dadurch beugen sie vor und sparen Gesundheitsausgaben, die durch Krankheit ent-

stehen würden. Frauen übernehmen Ludwig zufolge auch vermehrt die Verantwortung für die Gesundheit ihrer Partner, indem sie z. B. Arzttermine für sie vereinbaren.

### ANTRITTSVORLESUNG ZUM WELTFRUAENTAG

Seit September 2023 ist die weltweite Bewegung „Women in Global Health“ auch in Österreich mit dem Ziel, Frauen im Gesundheitssektor zu stärken, vertreten. Bei der Antrittsvorlesung von Sabine Ludwig stellen mit Ilona Kickbusch und Dorli Kahr-Gottlieb hochrangige Sprecherinnen und Expertinnen der globalen Gesundheit die Organisation an der Med Uni vor. Moderation: Elisabeth Zanon. Termin: 7. März 2024, ab 16:30 Uhr, Fritz-Pregl-Str. 3, Innsbruck. Eintritt frei. Anmeldung bis 4. März: <https://www.meduni-ibk.at>