

Das Regenbogenmodell der Gesundheit



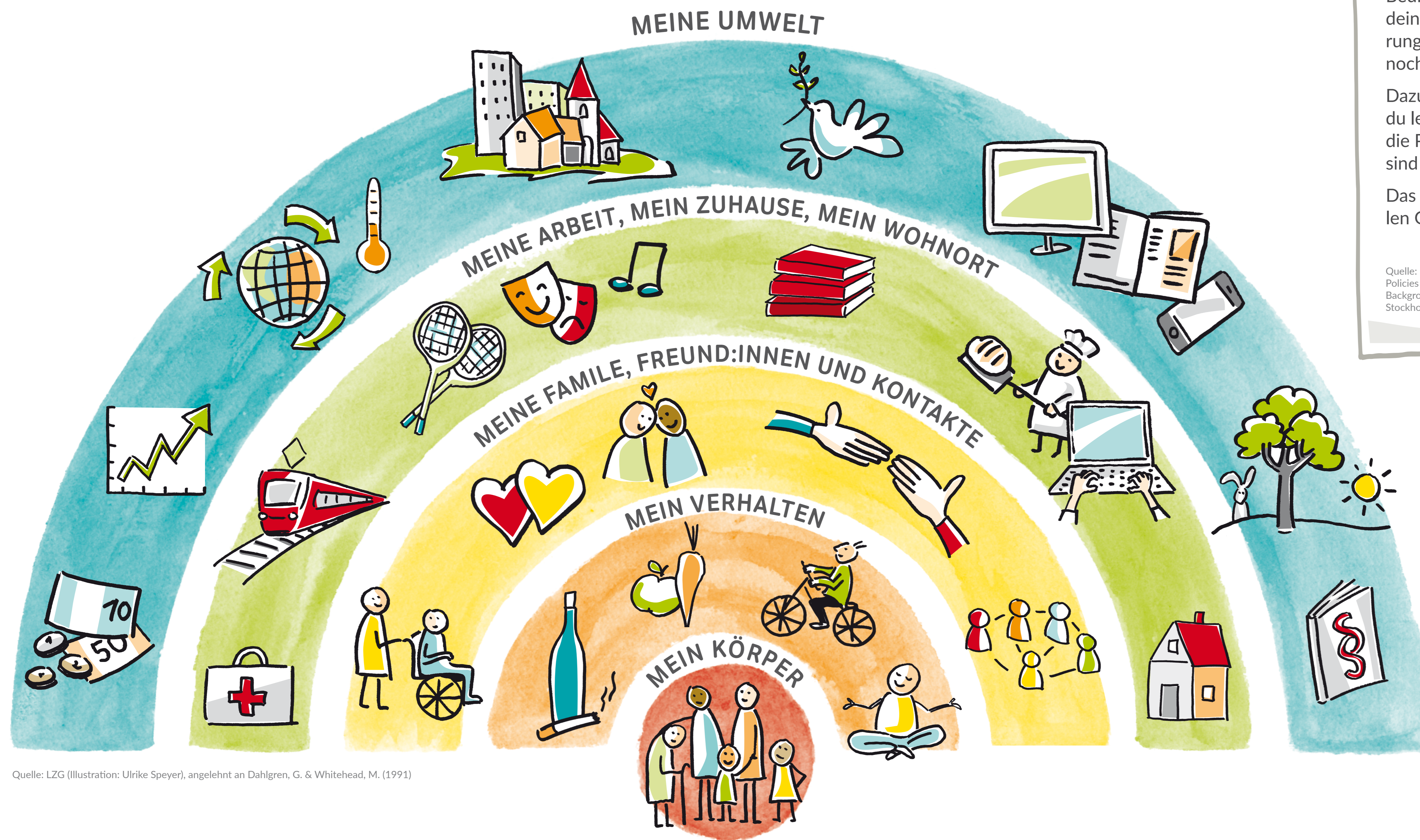
Unsere Gesundheit wird von vielen Faktoren beeinflusst. Der Forscher Göran Dahlgren und die Forscherin Margret Whitehead haben dazu 1991 ein Modell entwickelt.

Das Regenbogenmodell verdeutlicht den Einfluss von individuellen Faktoren und äußeren Bedingungen auf unsere Gesundheit. Neben deinem Alter, deinem Geschlecht, deiner Ernährung und deinem Bewegungsverhalten sind noch weitere Dinge von Bedeutung.

Dazu zählt zum Beispiel die Umgebung, in der du lebst, das vorhandene Bildungsangebot und die Politik in deinem Land. Manche Faktoren sind beeinflussbar.

Das Modell soll zur Reflexion deiner individuellen Gesundheitsfaktoren beitragen.

Quelle: Dahlgren, G. & Whitehead, M. (1991). Policies and strategies to promote social equity in health. Background document to WHO – Strategy paper for Europe. Stockholm: Institute for Futures Studies.



Quelle: LZG (Illustration: Ulrike Speyer), angelehnt an Dahlgren, G. & Whitehead, M. (1991)