

REFERENZRAHMEN

«EXERCISE IS MEDICINE» EIM

Stellungnahme des Bundesamtes für Gesundheit (BAG) zum Bericht «Exercise is Medicine – Referenzrahmen für die Schweiz»

Hintergrund

Der Bericht «Exercise is Medicine (EIM) – Referenzrahmen für die Schweiz» ist ein wichtiger Beitrag zur Integration von Bewegung in die Gesundheitsversorgung. Er wurde von ecoplan im Auftrag des Bundesamtes für Gesundheit (BAG) unter Mitwirkung zahlreicher Expertinnen, Experten und Fachleute aus dem Bereich der körperlichen Aktivität erstellt. Der Bericht soll dazu dienen, körperliche Aktivität systematischer als Mittel zur Prävention, Behandlung und Rehabilitation nicht übertragbarer Krankheiten (NCD) zu verankern. Dieser Referenzrahmen knüpft an die Nationale Strategie NCD und den Massnahmenplan 2025–2028 an und definiert die konzeptionellen Grundlagen, die Zielgruppen, die Umsetzungsmodalitäten sowie die Rollen der Fachleute aus den Bereichen Gesundheit und Bewegung.

Wichtigste Ergebnisse

Aufbauend auf der internationalen Initiative «Exercise is Medicine» (EIM) wird im Referenzrahmen körperliche Aktivität als wirksame und evidenzbasierte Intervention verstanden, die gleichberechtigt neben medikamentösen oder anderen therapeutischen Massnahmen eingesetzt werden kann.

Gemäss wissenschaftlicher Literatur wirkt regelmässige körperliche Aktivität nachweislich präventiv, therapeutisch und rehabilitativ bei nichtübertragbaren Krankheiten (NCDs), psychischen Erkrankungen und Suchterkrankungen. Angesichts der zunehmenden Krankheitslast durch demografische Entwicklungen kommt EIM eine besondere gesundheitspolitische Relevanz zu. Trotz bestehender Bewegungsangebote in Rehabilitation und Therapie wird gemäss den Autorinnen und Autoren das Potenzial von EIM in der Schweiz bislang nicht ausgeschöpft.

Vor diesem Hintergrund zeigt der Referenzrahmen auf, wie körperliche Aktivität systematisch als therapeutischer Bestandteil in der Schweizer Gesundheitsversorgung verankert werden könnte. Aus Expertensicht sollte zudem angestrebt werden, dass bei definierten Indikationen künftig evidenzbasierte Bewegungsinterventionen verschrieben werden.

Stellungnahme des BAG

Das Bundesamt für Gesundheit (BAG) hat einen wichtigen Beitrag zur Erarbeitung des Referenzrahmens *Exercise is Medicine* für die Schweiz geleistet. Dieses Dokument bildet eine solide Grundlage, um die Integration von körperlicher Aktivität als Bestandteil der Prävention, Behandlung und Rehabilitation im Gesundheitssystem zu fördern.

Aufgrund der im Februar 2025 vom Bundesrat und vom Parlament beschlossenen Sparmassnahmen kann das BAG sein Engagement in der Initiative EIM CH nicht weiterführen. Dennoch ist es wichtig zu betonen, dass das BAG den EIM-Ansatz weiterhin als bedeutend für die Versorgung von Menschen mit chronischen und lang andauernden Erkrankungen erachtet. Die wissenschaftlich belegten positiven Effekte von Bewegung auf die kardiovaskuläre, metabolische und psychische Gesundheit sowie auf die Lebensqualität der Patientinnen und Patienten sind unbestritten.

Auch wenn das BAG nicht mehr in der Lage ist, die operative Umsetzung des Referenzrahmens sicherzustellen, ermutigt es andere institutionelle Akteure, Fachverbände, Patientenorganisationen sowie Partner aus dem Sport- und Gesundheitsbereich, diese Aufgabe weiterzuführen. Die Weiterführung dieses Ansatzes ist wichtig, um:

- Die Lebensqualität und Autonomie der betroffenen Personen zu verbessern und gleichzeitig ihre soziale und berufliche Teilhabe zu fördern.

- Komplikationen vorzubeugen und den Gesundheitszustand zu stabilisieren.
- Die Kompetenzen der Fachpersonen zu stärken und die Qualität der bewegungsbasierten Interventionen sicherzustellen.
- Die Nachhaltigkeit der Angebote sowie deren Zugänglichkeit für alle Bevölkerungsgruppen, einschliesslich vulnerable Gruppen, zu gewährleisten.

Das BAG weist weiter darauf hin, dass sich aus dem Bericht keine Schlussfolgerungen oder Forderungen im Hinblick auf eine etwaige Vergütung durch die obligatorische Krankenpflegeversicherung (OKP) ableiten lassen. Die OKP übernimmt nur Leistungen, die gemäss dem Bundesgesetz über die Krankenversicherung (KVG) als Pflichtleistungen anerkannt sind sowie von zugelassenen Leistungserbringern erbracht werden und den Kriterien der Wirksamkeit, Zweckmässigkeit und Wirtschaftlichkeit entsprechen.

Um die fachliche Arbeit und den erarbeiteten Konsens der beteiligten Expertinnen und Experten abzubilden, wird der Referenzrahmen in seiner ursprünglichen Fassung veröffentlicht. Die darin enthaltenen Empfehlungen zeigen die aus Sicht der Fachwelt relevanten möglichen Handlungsfelder für die Schweiz auf.

Weiteres Vorgehen

Der Referenzrahmen wird den relevanten Akteuren zur Verfügung gestellt; darunter universitäre Institute, Kantone, Gesundheitsorganisationen sowie Fach- und Berufsverbände aus dem Bereich der körperlichen Aktivität und des medizinischen oder nichtmedizinischen Gesundheitswesens. Zusätzlich wird der Referenzrahmen auf der Webseite des BAG sowie auf prevention.ch veröffentlicht, um eine breite Zugänglichkeit zu gewährleisten.

Er soll Institutionen und Stakeholdern eine solide Grundlage für die Fortsetzung der Initiative EIM CH bieten. Die Umsetzung hängt nun von der Mobilisierung anderer institutioneller Träger und von externen Partnerschaften ab, die in der Lage sind, diese Initiative im Sinne von Kontinuität und Innovation weiterzuführen.

BAG, Januar 2026