Gesundheitspolitische Gespräche: Folge 34 mit Dr. Tobias Silberzahn

08. August 2025 | J. Taplan

In der DMGD-Video- und Podcastreihe „Gesundheitspolitische Gespräche“ diskutieren Expert\*innen über Chancen, Herausforderungen und Trends im Bereich Digitale Gesundheit. In Folge 34 spricht Dr. Olaf Gaus mit Dr. Tobias Silberzahn, Senior Fellow für die [BSt Gesundheit gGmbH](https://bst-gesundheit.de/) (Tochterorganisation der Bertelsmann Stiftung), über Möglichkeiten zur Prävention und Prädiktion in der gesundheitlichen Versorgung sowie über die Relevanz von Gesundheitskompetenz im Hinblick auf Self Care Maßnahmen.

**„Für mich ist Gesundheit kein Kostenfaktor, sondern ein Investitionsfeld“, betont Dr. Tobias Silberzahn. Aktuell haben wir ein System, in dem wir hauptsächlich für Krankheit zahlen. Die Krankheitskosten belaufen sich auf mehrere 100 Milliarden Euro pro Jahr. Für die Prävention oder digitale Gesundheit sei jedoch kein Geld da. „Wenn man als Land in Gesundheit und in Gesellschaft investiert, dann erreicht man positive Effekte auf die Gesundheit und auf Bruttosozialprodukte et cetera. Man hat mehr gesunde Lebensjahre – etwas, das viele Leute gerne hätten“, so Dr. Silberzahn. Digitale Technologien haben das Potential, menschliches Verhalten positiv zu beeinflussen.**

**Dr. Silberzahn und Dr. Gaus sprechen weiter über die Relevanz von Gesundheitskompetenz in der Bevölkerung. „Gesundheitskompetenz ist meiner Meinung nach in vier Bereichen wichtig: Schlaf, Ernährung, Fitness und Stressmanagement bzw. mentales Wohlbefinden. Das kann gar nicht früh genug beginnen“, erläutert Dr. Silberzahn und führt beispielhaft das** [Programm Klasse2000](https://www.klasse2000.de/) **an. Hier werden Grundschulklassen vier Jahre lang von Gesundheitsförderern begleitet. Die positiven Effekte sind auch Jahre nach dem Programm noch nachweisbar. Dr. Silberzahn betreut derzeit selbst eine erste Klasse in Berlin.**

**Weiter gehen die Gesprächspartner ein auf Self Care Prozesse und Anreize, diese zu fördern. Sie sprechen über die Notwendigkeit eines digital unterstützten Gesundheitssystems, das in der Lage ist, die beiden Säulen ‚digital unterstützte Prävention‘ und ‚digital unterstütztes Disease Management‘ zu tragen. Das** [Digital Health Village](https://www.digitalhealthvillage.com/en/home) **in Finnland zeigt bereits, wie digitale Patientenpfade umgesetzt werden können – eine Initiative, die sich Dr. Silberzahn auch für Deutschland wünscht.**

**Die gesundheitliche Versorgung in Deutschland steht vor großen Herausforderungen und verändert sich derzeit fundamental. Die Digitalisierung spielt dabei eine entscheidende Rolle. Hier setzen die von der** [Digitalen Modellregion Gesundheit Dreiländereck](https://dmgd.de) **(DMGD) entwickelten Gesundheitspolitischen Gespräche an. In den Interviews wird über den Transformationsprozess von traditionellen hin zu digital unterstützten Versorgungsformen diskutiert und es wird erörtert, wie ein digitalisiertes Gesundheitswesen perspektivisch aussehen könnte, damit alle davon profitieren. Eine wichtige Rolle spielen dabei die Wünsche und Einschätzungen von Versorgungsprofis aus Medizin, Pflege und Technik sowie von Wissenschaftler\*innen und Bürger\*innen.**

**Eine neue Ausgabe der Gesundheitspolitischen Gespräche erscheint jeweils zum Monatsanfang hier auf der** [DMGD-Website](https://dmgd.de) **sowie auf dem** [YouTube-Kanal der DMGD](https://www.youtube.com/c/DMGD-LWF)**. Ab Folge 6 sind die Gesundheitspolitischen Gespräche auch als Podcast auf** [Apple Podcasts](https://podcasts.apple.com/us/podcast/gesundheitspolitische-gespr%C3%A4che/id1669518144) **und** [Spotify](https://open.spotify.com/show/5fduaE3BDmAJ5CQ0502c6K) **verfügbar.**

|  |  |
| --- | --- |
| Autor\*in Text:  Autor\*in Bild: | J. Taplan Zentrum für Informations- und Medientechnologie (ZIMT) der Universität Siegen |
| Bildtitel: | Dr. Tobias Silberzahn, Senior Fellow für die BSt Gesundheit gGmbH (Tochterorganisation der Bertelsmann Stiftung), im Gespräch mit Dr. Olaf Gaus. |

Digitale Modellregion Gesundheit Dreiländereck  
Forschungsschwerpunkt, Universität Siegen

**Ansprechpartner** Dr. Olaf Gaus

**Adresse**  Artur-Woll-Haus, Am Eichenhang 50, 57076 Siegen  
**Postadresse** Universität Siegen, Forschungsschwerpunkt DMGD, Olaf Gaus, 57068 Siegen

**Telefon** +49 271 740-4988  
**Fax** +49 271 740-13859

**Mail** dmgd@uni-siegen.de  
**Website**  www.dmgd.de

DMGD

Die DMGD ist Teil der Universität Siegen. Ihre Ziele sind die Erforschung und Entwicklung (FuE) einer Datenmedizin zur Entlastung der ländlichen Gesundheitsversorgung im Dreiländereck Rheinland-Pfalz, Hessen und Nordrhein-Westfalen.

Gemeinsam mit niedergelassenen Ärzt\*innen, Kliniken und Pflegeeinrichtungen sowie Kreisen und Kommunen werden in FuE-Projekten digitale Lösungsansätze erprobt, die zur Entwicklung einer sektorenübergreifenden, interprofessionellen Gesundheitsversorgung im ländlichen Raum beitragen sollen.