



13.01.2013 – 11:05 Uhr

ikr: Ärzte Workshop / Der Patient als Fachmann seiner Gesundheit mit dem Arzt als Coach.

Vaduz (ots/ikr) -

Herr A. kann sagen, warum er zu viele Kilos auf die Waage bringt - die unregelmässige Arbeitszeit. Frau B. weiss, wie sie sich mehr Bewegung verschaffen könnte, tut es aber nicht. Hier will das Gesundheitscoaching durch den Hausarzt ansetzen: Es holt die Patienten bei ihren persönlichen Vorstellungen ab. Es erarbeitet mit den Patienten zuerst, wie wichtig ein gesundheitliches Problem für die Person ist und wie stark die Beweggründe für eine Veränderung sind. Die Patienten erreichen so, begleitet von ihren Hausärzten, häufiger das Ziel ihres eigenen Gesundheitsprojektes. Es gibt dem Patienten die Hauptrolle und macht den Arzt zum Coach. Zur Umsetzung dieses Grundgedankens haben 13 liechtensteinische Ärzte am 11. und 12. Januar 2013 an einem intensiven Workshop teilgenommen. Organisiert und finanziert wurde der Kurs durch die teilnehmenden Ärzte, die Liechtensteinische Ärztekammer, das Amt für Gesundheit und das Kollegium für Hausarztmedizin in Bern.

Gesundheitsförderung und Prävention in der Arztpraxis

Gesundheitsförderung und Prävention in der Arztpraxis haben ein grosses Potential. Persönliche Kontakte, starkes Vertrauen, hohe Glaubwürdigkeit und zahlreiche Kontakte mit der einzelnen Person ermöglichen sinnvolle Förderung der allgemeinen Gesundheit der Bevölkerung. Dieses Potential soll und muss besser ausgeschöpft werden.

Gesundheitscoaching

Gesundheitscoaching wurde vom Kollegium für Hausarztmedizin mit Unterstützung von Gesundheitsförderung Schweiz entwickelt. Das Ziel ist, in der Hausarztpraxis die Selbstverantwortung und Eigenaktivität der Patienten zu fördern. Dabei wird die Beratung für die gesundheitlich wichtigsten Verhaltensweisen (Alkohol, Rauchen, Bewegungsmangel, Übergewicht, Ernährung und Stress) in das Rahmenprogramm für Prävention und Gesundheitsförderung der ärztlichen Praxis eingeführt.

Die Vorsorgeuntersuchung - eine ideale Plattform

Die Auswertung des Pilotprojektes "Gesundheitscoaching" des Kantons St. Gallen aus dem Jahr 2011 zeigen für diesen Bereich sehr erfreuliche Resultate. Während zwölf Monaten sprachen die Ärzte über 1'000 Patienten und Patientinnen an. Mehr als 90% der angesprochenen Personen stiegen in das Projekt ein. 60-80% machten beim jeweils nächsten der vier Schritte mit. Gesamthaft durchliefen so 37% der ursprünglich angesprochenen Patienten das ganze Programm und erreichten unter Begleitung ihrer Hausärzte das Ziel ihres selbstformulierten Gesundheitsprojektes. Diese Beteiligungs- und Erfolgsrate übertraf die Erwartungen sehr deutlich. In Liechtenstein wird die erwachsene Bevölkerung alle fünf Jahre zu einer freiwilligen Vorsorgeuntersuchung eingeladen. Hier ergeben sich ideale Anknüpfungspunkte für die Hausärzte. Die Überarbeitung der Vorsorgeuntersuchung 2009 hatte das Ziel gesundheitsförderliches Verhalten zu stärken.

Gemeinsam getragenes Projekt

Durch das Engagement der einzelnen Ärztinnen und Ärzte, die Unterstützung durch die Ärztekammer und durch das Ressort Gesundheit sowie das Amt für Gesundheit konnte in Zusammenarbeit mit dem Kollegium für Hausarztmedizin Bern ein Intensiv-Workshop angeboten werden. Dadurch soll auch die Qualität der Vorsorgeuntersuchung gefördert werden. Gleichzeitig profitieren alle Patienten von der gestärkten Kompetenz der teilnehmenden Ärzte.

Für weitere Informationen:

<http://www.gesundheitscoaching-khm.ch/public/willkommen.php>

Kontakt:

Hermann Bürzle
h.buerzle@praxisbj.li

Amt für Gesundheit
Sabine Erne
sabine.erne@ag.llv.li