

# **Bewegungsförderung in der Arztpraxis Informationsaustausch vom 6.12.2006**

## **Das Gesundheits-Profil Verfahren: Multidimensionale Gesundheitsförderung im Alter**

Stephan Born

Geriatric Universität Bern

Spital Bern-Ziegler

CH-3001 Bern

# **Zielsetzung des Gesundheits-Profil Verfahrens**

**Das Gesundheits-Profil Verfahren  
bezweckt die Förderung und den  
Erhalt von Gesundheit und Lebens-  
qualität selbständiger älterer Men-  
schen, welche zu Hause leben.**

# Gesundheits-Profil Verfahren

- > Schriftliches Verfahren für Assessment und als Grundlage für die Beratung
- > Komponenten:
  - Selbstausfüller-Fragebogen
  - Computerbasierte, persönlicher Gesundheitsbericht für ältere Menschen/HausärztInnen
  - Manual für HausärztInnen und Beratungspersonal
- > Wissenschaftlich entwickelt/evidenzbasiert
- > Darauf aufbauend:
  - Beratung/Behandlung durch HausärztInnen (im Rahmen von Konsultationen)
  - Beratung im persönlichen Kontakt (präventive Hausbesuche)
  - Beratung in der Gruppe

# Der Gesundheits-Profil Fragebogen

- > Bereiche: Gesundheitliche Daten, Medizinische Vorgeschichte, Medikamente, Schmerzen, Sehen, Hören, Psyche und Gedächtnis, Soziales Umfeld, Selbständigkeit im Alltag, Mobilität im Alltag, Rauchen, Alkohol, Körperliche Aktivität, Ernährung, Vorbeugen gegen Verletzungen, Gesundheitsvorsorge, Medizinische/Pflegerische Leistungen, Persönliche Angaben
- > Differenzierte Befragung anhand konkreter Situation aus dem Alltag
- > Frage nach Gründen, welche gegen die Umsetzung von Empfehlungen sprechen
- > Frage nach der Bedeutung des Bereichs für die ältere Person

# Der persönliche Gesundheitsbericht

> Bereiche:

- Allgemeine gesundheitliche Daten
- Medizinische Vorgeschichte
- Angaben zu Medikamenten
- Stand Gesundheitsförderung
- Bereiche, in denen die ältere Person etwas ändern will
- Stand der Gesundheitsvorsorge
- Symptome/Probleme: Ist Ihr Hausarzt/Ihre Hausärztin informiert?
- Bemerkungen/Tipps: Hier können Sie etwas tun!

> Auswertung dient als Grundlage für HausärztInnen sowie Beratungsfachpersonen

# Grundlagen für präventive Hausbesuche

- > Kenntnisse des Gesundheits-Profil Verfahrens (z.B. Empfehlungen, Verfahrenslogik, etc.)
- > Kenntnisse in Kommunikation (Modelle, Vorgehensweisen, etc.)
- > Kenntnisse in Beratung (Modelle, Vorgehensweisen, etc.)
- > Vermittlung: Wissensteil im Selbststudium / Beratung im Präsenzunterricht (Üben von Beratungssituationen, Rollenspiele, etc.)

## Konzept Beratung in der Gruppe

- > Konzept mit FachreferentInnen zu:
  - Bewegung (z.B. Seniorensport Pro Senectute)
  - Ernährung (z.B. ErnährungsberaterIn)
  - Medizinisches (z.B. Pflegefachperson Spitex)
  - Soziales (z.B. SozialarbeiterIn Pro Senecute)
  
- > Input-Referat mit allgemein gültigen Empfehlungen zum jeweiligen Fachbereich in der „Grossgruppe“
  
- > Fragen/Austausch in Kleingruppen
  
- > Zeitaufwand: ca. ½ Tag inkl. Pause

## **EIGER-Studie: Ergebnisse**

- > Wirksamkeit bei „gesünderen“ älteren Personen
- > Reduktion von Pflegeheimeinweisungen um 34%
- > Kein Einfluss auf Mortalität/Krankenhauskosten
- > Kosteneinsparung von jährlich rund CHF 2'000.00 pro Person ab drittem Jahr (Mehrkosten im 1. Jahr CHF 800.00; im Durchschnitt eine zusätzliche Arztkonsultation pro Person und Jahr)



## SO!PRA-Studie: Ergebnisse

- > Akzeptanz: Rund 90% der älteren Personen beurteilen die Verständlichkeit des Verfahrens als gut
- > Positive Erfahrungen: 75% der älteren Personen berichten über positive Erfahrungen
- > Hauptsächliche Beratungsinhalte: Ernährung, Vorsorgemassnahmen, Medikamente, Gehör, Schmerzen, Bewegung, Stürze, Sehen
- > Wirksamkeit nachgewiesen:
  - Verbesserung des Gesundheitsverhaltens
  - Umsetzung von Vorsorgemassnahmen

## Gesundheits-Profil Verfahren: Verbreitung

- > Beschluss des solothurnischen Regierungsrates: Basisfinanzierung bis 2010 (Leistungsvertrag mit Pro Senectute Kanton Solothurn)
- > Entscheid über einheitliche Rahmenbedingungen für die Umsetzung im Kanton Bern in Arbeit (Weiterführung der Projekte in Thun und Lyss)
- > Laufende Projekte im Kanton Zug (Walchwil, Risch, weitere in Abklärung)
- > Laufende Projekte im Kanton Zürich (Wallisellen, Stadt Zürich)