



PEPra bietet Austausch und interaktives Lernen in interprofessionellen kleinen Gruppen.

© iStock

Praxis der Zukunft – PEPra unterstützt Sie dabei

Stärkung der Prävention *Die Gesundheitsversorgung wird sich verändern, der Fokus sich von Kuration vermehrt zu Prävention verschieben – auch in der Arztpraxis. PEPra unterstützt Praxisteams, ihre präventiven Tätigkeiten so umzusetzen, dass sie einen Mehrwert für die Patientinnen und Patienten wie auch für das Team bieten.*

Salomé Steinle

Stv. Abteilungsleitung Public Health,
Gesundheitsberufe und Heilmittel FMH

Demografischer Wandel, Kostendruck sowie Zeit- und Fachkräftemangel sind zentrale Herausforderungen der ambulanten Grundversorgung. Sie sind bereits Realität und werden sich in Zukunft noch weiter akzentuieren. Um mit den veränderten Anforderungen umzugehen und auch in Zukunft eine für alle zugängliche, bezahlbare und vor allem qualitativ hochstehende Gesundheitsversorgung anbieten zu können, braucht es einen Perspektivenwechsel.

Fokus auf Salutogene und Prävention

Der zielführendste Weg, um Zeit und Geld zu sparen, die Fachkräfte zu schonen, sowie Leid zu verhindern, ist, dass

weniger Leute erkranken und bereits Erkrankte ihre Lebensqualität und Autonomie erhalten können. Mit einem gesunden Lebensstil lassen sich bis zur Hälfte der nicht übertragbaren Krankheiten verzögern oder verhindern und somit die öffentliche Krankheitslast reduzieren. Es lohnt sich also im Sinne der Prävention, auf die Einflussfaktoren der verschiedenen Krankheiten und den Umgang damit aktiv einzuwirken (vgl. Abbildung Einflussfaktoren und Krankheiten). Um Patientinnen und Patienten zu einem gesünderen Lebensstil zu beraten und zu begleiten, braucht es eine ganzheitliche Betrachtung ihrer Lebenssituation sowie die nötigen Gesprächs- und Beratungstechniken. Dies findet heute jedoch häufig noch nicht systematisch statt. Kurative Angebote sind in der Schweiz zwar sehr gut ausgebaut und verfügen über einen hohen Standard, das Verbesserungspotenzial an der Schnittstelle von Prävention und Kuration ist jedoch noch erheblich.

Interprofessionalität als Schlüssel zum Erfolg

Durchschnittlich nimmt die Schweizer Bevölkerung jährlich zwei bis drei Konsultationen bei hausärztlichen Praxen in Anspruch. Sie sind oft die erste Anlaufstelle bei gesundheitlichen Fragen und geniessen ein sehr hohes Vertrauen. Dies ist eine optimale Ausgangslage, um Patientinnen und Patienten geschult auf ihr Risikoverhalten anzusprechen, sie zu einer gesundheitsförderlichen Verhaltensänderung zu motivieren und darin zu begleiten. Dies gilt für das ganze Praxisteam – Ärzteschaft und Medizinische Praxisfachpersonen. Letztere haben oft einen anderen, direkteren Zugang zu den Patientinnen und Patienten und können Momente wie Empfangssituationen, Blutabnahme oder Wägen zu niederschweligen Gesprächen nutzen. Der interprofessionelle Ansatz kann dabei unterstützen, sich ändernde Arbeitsanforderungen zu bewältigen. So kann die Qualität der Versorgung optimiert und die wirtschaftliche Effizienz gesteigert werden. Die Arbeitszufriedenheit steigt, da die Ärzteschaft einerseits Aufgaben delegieren und somit Zeit gewinnen kann und andererseits die Medizinischen Praxisfachpersonen interessante Tätigkeiten übernehmen können. Letztlich lässt sich damit gegebenenfalls auch die Fluktuation des Praxisteams senken – in Zeiten des Fachkräftemangels ein nicht zu vernachlässigender Nebeneffekt. Ein förderlicher Faktor für das Gelingen von interprofessioneller Arbeit sind gemeinsam besuchte Fortbildungen. PEPrä bietet genau das: Fortbildungen für das gesamte Praxisteam zum Thema Prävention in der Praxis. Es ist explizit erwünscht, Fortbildungen als Team gemeinsam zu besuchen.

PEPrä – Prävention in der Praxis

PEPrä ist ein Angebot der FMH und ihrer Partner und bietet verschiedene Fortbildungsmodulare rund ums Thema Prävention. Einerseits bestehen grundlegende Module, zu Beratung und motivierender Gesprächsführung. Andererseits gibt es eine grosse Bandbreite an spezifischen Modulen, von der Tabakentwöhnung bis zur Bewegung, aber auch zu Stress, Depression oder Schmerzmedizin. In interprofessionellen und kleinen Gruppen, die interaktives Lernen und Austausch ermöglichen, erhalten die Teilnehmenden einerseits ein Clinical Update zum gewählten Thema, andererseits Inputs zu Gesprächsführung und Werkzeuge zur Nutzung im Praxisalltag. Die Fortbildungsmodulare werden von geschulten Moderierenden geleitet, und berechtigen zum Beantragen von Fortbildungscredits beim SIWF. Dass die Ärzteschaft und Medizinische Praxisfachpersonen gemeinsam eine Fortbildung besuchen, ist zunächst vielleicht ungewohnt. Sind die Kompetenzen und das Vorwissen nicht zu unterschiedlich? Klinisches Wissen ist ohne Frage relevant, PEPrä vermittelt evidenzbasierte und von Expertinnen und Experten erarbeitete Inhalte. Der Fokus liegt darauf, Anzeichen und Risikofaktoren zu (er)kennen, die Betroffenen geschult darauf anzusprechen, sie zu einer gesundheitsförderlichen Verhaltensänderung zu motivieren und darin zu begleiten. Im Praxisteam können die Präventionsarbeiten bis zu einem gewissen Mass nach Kompetenz, zeitlicher Verfügbarkeit und

Zugang zu den Patientinnen im Team verteilt werden. PEPrä ist kein Programm, dass nach der besuchten Fortbildung nach Vorgabe abgespult werden kann. Vielmehr werden die Teilnehmenden befähigt, ihre präventiven Tätigkeiten so umzusetzen, dass sie sowohl für die Patientinnen und Patienten wie auch für die Betroffenen einen Mehrwert bieten. Das Gelernte, die Tools und Unterlagen dienen der Unterstützung der individuellen Lösungen, Strukturen und Prozesse, die in jeder Praxis unterschiedlich sind.

Investition in die Zukunft

Die PEPrä-Evaluation zeigt, dass sich 96 % der Teilnehmenden direkt nach der Fortbildung gestärkt fühlen, in der Praxis präventiv tätig zu sein. Dies ist sehr erfreulich und zeigt, dass die PEPrä Module und deren Umsetzung den Bedürfnissen der Zielgruppe entsprechen. Die nachhaltige Verankerung im Praxisalltag stellt jedoch eine Herausforderung dar. Deswegen wird PEPrä ergänzend zum bestehenden Angebot ein Modul zur Implementierung der interprofessionellen Umsetzung von Prävention im Praxisalltag entwickeln, dass ab 2025 zur Verfügung stehen wird. Ergänzend dazu sind Follow-ups geplant, die diesen längerfristigen Prozess unterstützen werden. Damit wird eine relevante Angebotslücke geschlossen und Unterstützung dort geboten, wo sie gebraucht wird: im Transfer in den Praxisalltag. PEPrä möchte den Prozess in Zukunft nicht nur anstossen, sondern ihm auch zum Erfolg verhelfen. Dies ist eine Investition, die sich lohnt und die Praxis auf die Anforderungen der Zukunft vorbereitet.

Korrespondenz
info@pepra.ch



Einflussfaktoren und Krankheiten.



Unterstützung zur Prävention
in der Praxis



PEPra Fortbildungen

In den Fortbildungsmodulen wird der Schwerpunkt nicht nur auf die Aktualisierung des klinischen Wissens gelegt, sondern vor allem auf Gesprächstechniken und die Möglichkeiten, das gesamte Team in die Prävention einzubeziehen.

Die Moderierenden gestalten den Kurs interaktiv nach den Bedürfnissen der Teilnehmenden.

Die Zielgruppe besteht aus Ärzt:innen der Grundversorgung und Medizinischen Praxisassistent:innen und MPK.

Stellen Sie ein Programm nach Ihren Bedürfnissen zusammen, indem Sie das/die Modul/e auswählen sowie Datum und Ort festlegen.



Format : 4 Stunden Präsenz-Fortbildung



SIWF (4 Credits) und SVA (2 Credits) akkreditiert



Kontakt : info@pepra.ch

Module

BERATUNG ZU LEBENSSTIL &
PRÄVENTION – MOTIVATIONAL
INTERVIEWING

ALKOHOL

BEWEGUNG

DROGENKONSUM

SCHMERZMEDIZIN

SPIEL- & ONLINESUCHT

STRESS & DEPRESSION

STURZPRÄVENTION

SUIZIDPRÄVENTION

TABAK

Ein Angebot der FMH
und ihrer Partner.



Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera