

---

Medientext von Donnerstag, 20. Juni 2013

---

## Rollenwechsel in der Hausarztpraxis: Arzt wird zum Coach seiner Patienten

*Hausärzte definieren ihre Rolle neu: Der Arzt soll zum Coach des Patienten werden, während dieser die Hauptrolle übernimmt, weil er sich und seinen Körper am besten kennt. Das „Gesundheitscoaching“ ist ein praxiserprobtes, rasch einsetzbares Modell für Gesundheitsförderung und Prävention, das flächendeckend in den Hausarztpraxen eingesetzt werden kann.*

Im Gesundheitsbereich lassen sich mit einer gezielten niederschweligen Prävention und mit wenig Geld die Gesundheitskosten um ein Mehrfaches senken. Diese Erkenntnis ist nicht neu. Neu aber ist, dass ein von St.Galler Hausärztinnen und Hausärzten in der Praxis erprobtes Präventionsmodell zur Verfügung steht. Es hat sich im Alltag der Arztpraxis bewährt und ist das einzige rasch einsetzbare Programm in der Schweiz. Jetzt interessieren sich neben dem Bundesamt für Gesundheit auch verschiedene Kantone für das schon mehrfach ausgezeichnete Modell. Im Fürstentum Liechtenstein ist dieses Projekt in der Umsetzungsphase, im Kanton St.Gallen soll es ab kommendem Winter so weit sein.

Hinter dem Präventionsmodell stehen das Schweizer Kollegium für Hausarztmedizin und die Ärztesgesellschaft des Kantons St.Gallen. Fachleute dieser beiden Organisationen haben das Präventionsmodell „Gesundheitscoaching“ gestern der Öffentlichkeit vorgestellt. Ärzte und eine Patientin haben über ihre Erfahrungen im Praxistest informiert.

### **Verhaltensänderung als Basis**

Ein grosser Teil der Krankheiten wird durch ein ungesundes Verhalten verursacht – etwa durch Bewegungsmangel, Stress, Rauchen, Alkoholgenuss, Übergewicht und falsche Ernährung, sagte Dr. Ueli Grüninger, Projektleiter und Geschäftsführer des Kollegiums für Hausarztmedizin. Die erfolgreiche Änderung des Gesundheitsverhaltens könne deshalb nur der Patient selber vornehmen. Er müsse dazu aktiv werden. Da helfe das Gesundheitscoaching, das auf der Partnerschaft von Arzt und Patient aufbaut. Der Patient werde zum Hauptakteur und wähle sein Ziel und den Weg dorthin selber aus. Der Arzt wird zum Coach.

Das Gesundheitscoaching schafft dafür die Voraussetzungen, in dem es einen stundentauglichen Beratungsablauf vorgibt und dem Arzt die entsprechenden Mittel und Instrumente zur Verfügung stellt. Der Praxistest des neuen Modells erfolgte in zwanzig Hausarztpraxen im Kanton St.Gallen mit insgesamt über tausend Patientinnen und Patienten. Über 90 Prozent der Angesprochenen sind in das Programm eingestiegen, knapp 40 Prozent haben ihr eigenes Programm erfolgreich abgeschlossen. Die Hälfte davon hat eine Verhaltensänderung erzielt.

### **Schlüssel für lange Gesundheit**

Die Ärztesgesellschaft des Kantons St.Gallen hat gemeinsam mit dem Kollegium für Hausarztmedizin dieses Projekt initiiert und intensiv mitgearbeitet, sagte gestern deren Präsident, Dr. Peter Wiederheim. Die grossen Anstrengungen seien nicht nur mit mehreren Preisen und Auszeichnungen belohnt worden, sondern vor allem mit den die Erwartungen weit übertreffenden ausgezeichneten Ergebnissen.

Wiedersheim bezeichnete das Präventionsprojekt als „Schlüssel für möglichst viele gesunde Lebensjahre und für eine Optimierung unseres Gesundheitswesens, insbesondere auch der Gesundheitskosten“. Die Bedeutung der Prävention nehme in Zukunft weiter zu, erklärte Präsident Wiedersheim, „weil die Nachfrage nach medizinischen Leistungen aus demografischen Gründen und wegen chronischer Erkrankungen zunimmt, die finanziellen Mittel aber limitiert sind.“

### **Partnerschaft auf Augenhöhe**

Hausarzt Dr. Patrick Scheiwiler gehört zu den Teilnehmern des Praxistest des Gesundheitscoachings. Er berichtet zusammen mit einer seiner Patientinnen über die praktische Anwendung des Präventionsmodells im Alltag und über ihre Erfahrungen. Scheiwiler sieht im Gesundheitscoaching insbesondere eine neue Möglichkeit, auf die Patientinnen und Patienten zuzugehen. „Der Erfolg liegt ganz klar darin, dass der Patient seine Gesundheit zu seinem eigenen Anliegen macht und selber etwas verändern will. Er übernimmt für sein eigenes Leben die Verantwortung.“ Das mache den Unterschied und entlaste den Arzt vom Druck, den Patienten zum Erfolg bringen zu müssen. Patientin Doris Vonlanthen gehört zu den Teilnehmenden des Gesundheitscoachings. Sie schätzt die auf eine ganz neue Basis gestellte Beziehung zwischen Arzt und Patient. Als Patientin fühle man sich ernstgenommen und in die gesundheitsorientierte Arbeit einbezogen, sagte Doris Vonlanthen. „Als Patientin kann man selber aktiv einen Beitrag leisten und Verantwortung für die eigene Gesundheit übernehmen. Ich bin vom Gesundheitscoaching richtig begeistert.“ (kaeg/lö)