

PATIENTENINFORMATION

Gesundheitskompetenz in der Hausarztpraxis fördern

Silke Jäger | Fachjournalistin Gesundheitswesen | www.silke-jaeger.de

| Gesundheitskompetenz (GK) gilt als Schlüssel für gesundheitsförderndes Verhalten und ist damit eine Voraussetzung dafür, dass das Präventionsprinzip greift. Gut informierte Patienten treffen bessere Entscheidungen für ihre Gesundheit. Das kann Krankheitsrisiken und Gesundheitskosten reduzieren: Nach Schätzungen der Weltgesundheitsorganisation WHO sind das 9 bis 15 Mio. Euro in Deutschland. Hausarztpraxen können die Gesundheitskompetenz von Patienten fördern – und am Ende selbst profitieren. PPA fasst zusammen, was Sie als MFA wissen sollten. |

Gesundheitskompetenz und die Rolle der Hausarztpraxen

Eine Untersuchung des Wissenschaftlichen Instituts der AOK (WIdO) aus dem Jahr 2014 ergab, dass die GK bei sechs von zehn Deutschen problematisch bis unzureichend ist. Da ca. 80 Prozent der Deutschen mindestens einmal im Jahr zum Hausarzt gehen, gilt die Hausarztpraxis als ein Erfolg versprechender Rahmen, um die GK zu stärken. Entsprechende Interventionsstudien sind bereits aufgelegt. Hausarztpraxen sind für Maßnahmen zur Stärkung der GK geeignet, weil

- sie niedrigschwellige Angebote machen können, die sich gut in den Praxisalltag einbinden lassen.
- Hausärzte als Hauptansprechpartner in Gesundheitsfragen gelten.
- die Patienten langfristig begleitet werden und häufig eine vertrauensvolle Arzt-Patienten-Beziehung besteht.
- die Hausarztpraxis einen breiten Versorgungsauftrag hat (Beratung, Prävention, Kuration) und die medizinische Versorgung organisiert und koordiniert.

Diese Angebote können Hausarztpraxen machen

Die Arzt-Patienten-Kommunikation hat einen großen Einfluss auf die individuelle Entwicklung von GK. Diese Kommunikation wird wiederum beeinflusst von der Qualität der schriftlichen Informationen, die für die Patienten zugänglich sind. Je besser solche Informationen gefunden, verstanden und beurteilt werden können, umso leichter und besser können sie angewendet werden. Das ist bei chronisch kranken Patienten besonders wichtig. Doch welche Angebote können Hausarztpraxen ganz konkret machen und welche Strukturen in der Hausarztpraxis fördern die GK?

Angebote auf Systemebene

Alle schriftlichen Informationen müssen so gestaltet sein, dass sie von Menschen mit geringer GK und niedrigen kognitiven Kapazitäten gut gelesen und verstanden werden können.



GK bei sechs von zehn Bundesbürgern unzureichend

Kommunikation und Information haben hohen Stellenwert

So werden Sie
verstanden

■ Gestaltungskriterien für Patienteninformationen

- Einfache Sprache, die wenig Fachbegriffe verwendet und diese erklärt (Glossar); Tool im Internet: <https://befunddolmetscher.de/>
- Anwendungsorientierter Aufbau der Information, gegebenenfalls inklusive Entscheidungshilfen, z. B. Faktenboxen (siehe dazu <http://tinyurl.com/j3jpbfy>)
- Angabe über die Quellen und/oder den Evidenzgrad der Informationen
- Lesefreundliches Layout mit ausreichend Kontrasten, Weißraum und genügend großer Schrift
- Mit Piktogrammen und/oder Bildern visualisierte Informationen und Formulare
- Leicht zugängliche Informationen, z. B. Formulare auf der Website

Dialogischer Aufbau
von Informations-
medien sinnvoll

Formulare, die den Behandlungsprozess unterstützen (z. B. Anamnesebögen, Medikations- und Behandlungspläne) sollten nach den oben genannten Kriterien erstellt sein und den Patienten – je nach Art des Formulars – leicht zugänglich gemacht bzw. in einem Rahmen zur Verfügung gestellt werden, in dem Rückfragen möglich sind und Hilfe angefordert werden kann. Indikationsbezogene Informationen, die zur Vorbereitung und Verbesserung des Arzt-Patienten-Gesprächs dienen, sollten mithilfe von Elementen, die die Patientenbeteiligung fördern (z. B. Faktenboxen).

Teach-Back-
Verfahren zur
Informations-
sicherung

Angebote auf Individualebene

Das Arzt-Patienten-Gespräch ist häufig von einem Wissensgefälle geprägt. Ärzte und MFA müssen jedoch sicherstellen, dass die Patienten wichtige Informationen aufgenommen und verstanden haben. Aus Fragen, wie „Haben Sie alles verstanden oder ist noch etwas unklar?“ wird jedoch nicht deutlich, was die Patienten genau verstanden haben. Darüber hinaus kann diese Art der Rückfrage wie ein Test wirken und Patienten unter Umständen einschüchtern. Sinnvoller ist das sogenannte Teach-Back-Verfahren.

■ Teach-Back-Verfahren: Typische Formulierungen

- „Ich möchte nochmals sichergehen, dass ich Ihnen auch alles Wichtige mitgeteilt habe. Sind Sie so nett und fassen kurz zusammen, was ich Ihnen eben gesagt habe.“
- „Es ist wichtig, dass auch Ihr Partner über die Veränderung Ihres Medikationsplans informiert ist, damit er Sie unterstützen kann. Was werden Sie Ihrem Partner über die Umstellung sagen?“

„Ask me 3“-Ansatz
zur Vorbereitung des
Arztbesuchs

Empfehlungen an den Patienten

Der aus den USA stammende Ansatz „Ask me 3“ empfiehlt den Patienten eine strukturierte Vorbereitung des Arztbesuchs. Dies kann die Adhärenz verbessern. Mithilfe von Postern und Leitfäden können Hausärzte „Ask me 3“-Struktur bekannter machen. Sie besteht aus drei Fragen und vier Empfehlungen.

■ Drei Fragen des Patienten an den Arzt

1. Was ist mein Hauptproblem?
2. Was sollte ich tun?
3. Warum ist es wichtig für mich, dass ich das tue?

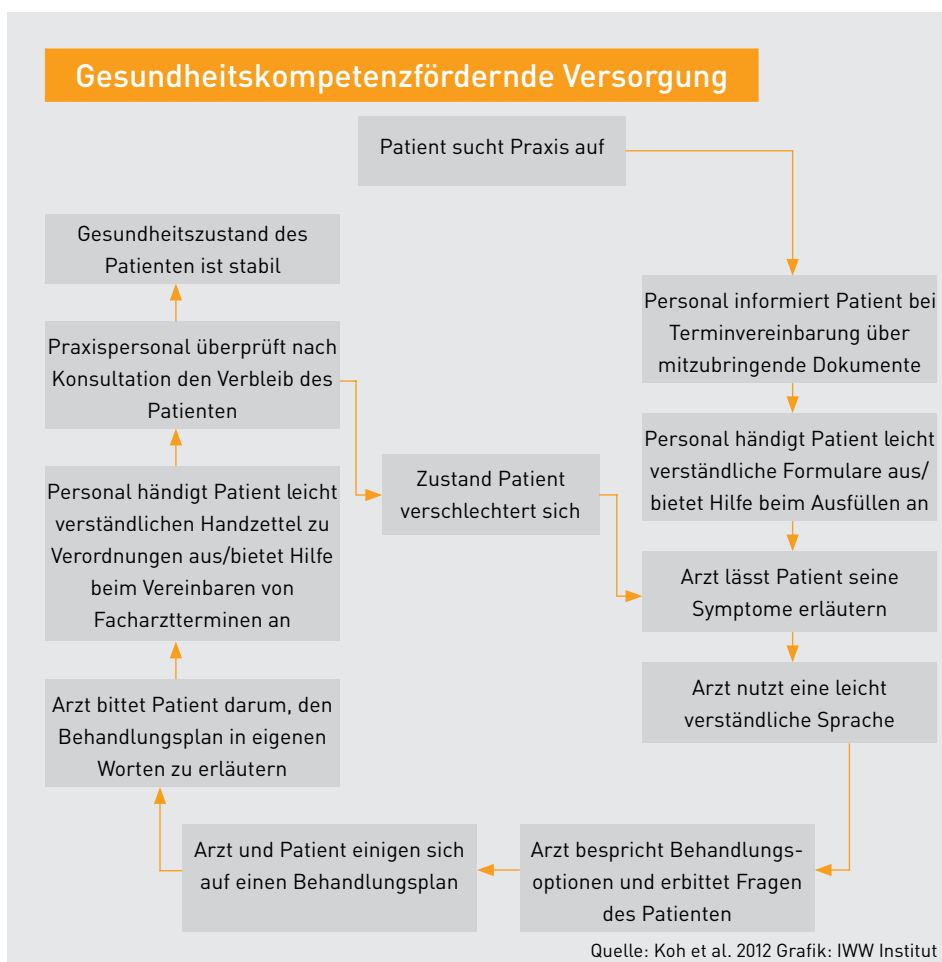
■ Vorbereitung des Arztbesuchs: Vier Tipps für Patienten

1. Bringen Sie einen Freund/Familienangehörigen zum Arztgespräch mit.
2. Legen Sie eine Liste mit allen physischen und psychischen Symptomen an, die Sie gerne mit dem Arzt besprechen würden.
3. Legen Sie eine Liste mit all Ihren Medikamenten an, die Sie mit Ihrem Arzt gern besprechen würden.
4. Stellen Sie bei Verständnisproblemen aktiv Fragen.

Vorteile für die Praxis

Die vorgestellten Maßnahmen können die GK der Patienten stärken. Patienten mit ausreichender GK sind mit der hausärztlichen Versorgung zufriedener als Patienten mit geringer GK. Vor allem chronisch kranke Patienten können stärker das Selbstmanagement zur Krankheitsversorgung übernehmen und Hausärzte und Praxisteams entlasten.

Erhöhte GK entlastet Ärzte und MFA



➤ WEITERFÜHRENDER HINWEIS

- Eine Visualisierung des „Ask me 3“-Ansatzes in englischer Sprache finden Sie online unter <http://tinyurl.com/zssjw2u>. Sie eignet sich auch als Handzettel für Patienten mit Migrationshintergrund, die besser Englisch als Deutsch können.



IHR PLUS IM NETZ
Information für
Patienten online