



FB 2: Steigerung der Gesundheitskompetenz in der Praxis

Christine Loder, Peter Nowak, Nicole Posch, Anne Rauch, Kristina
Walter

Workshopablauf

- » Begrüßung und Vorstellung der Personen
- » Einstiegsinput (Grundlagen Gesundheitskompetenz)
- » Mit welchen Maßnahmen zur Steigerung der Gesundheitskompetenz haben Sie schon Erfahrung?
- » Die 3 wesentlichen Ansatzpunkte:
 - » Schriftliche Gesundheitsinformationen
 - » Gute Gesprächsqualität
 - » Organisationale Gesundheitskompetenz
- » Plenare Diskussion (Wo liegt der Bedarf in der Praxis?)



Grundlagen Gesundheitskompetenz

Peter Nowak

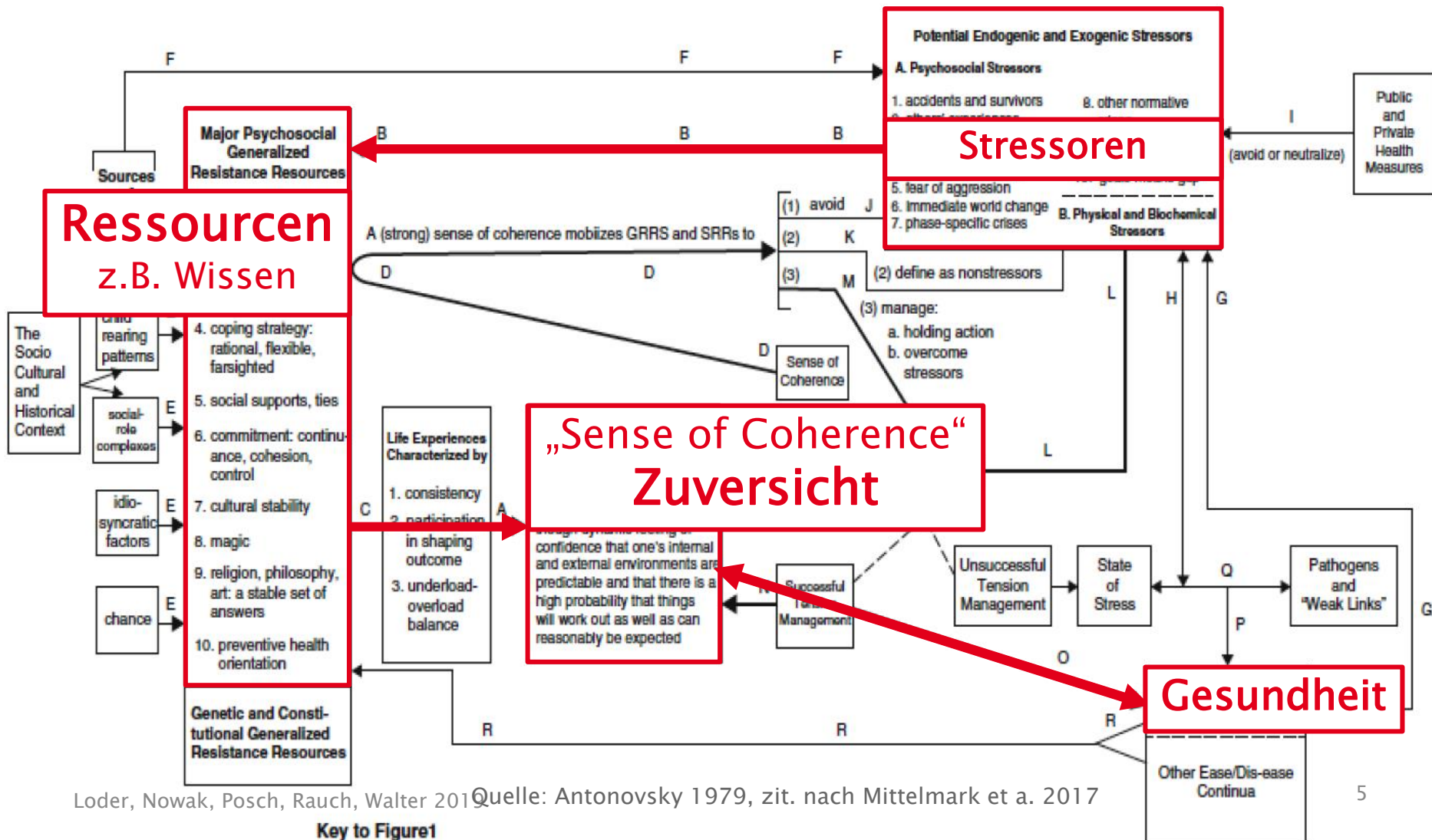
4. April 2019, Österreichischer Primärversorgungskongress 2019
“Qualität der Primärversorgung”, Fortbildung 2: Steigerung der
Gesundheitskompetenz in der Praxis, Graz

„Positive“ Gesundheit (Huber et al. 2011, 2016)

‘Health as the ability to adapt and to self manage, in the face of social, physical and emotional challenges’

„Gesundheit als Fähigkeit zur **Anpassung** und zum **Selbstmanagement** angesichts sozialer, körperlicher und emotionaler Herausforderungen“

Salutogenese: Gesundheit und Selbstbestimmung braucht Ressourcen und Zuversicht (Sense of Coherence)



Gesundheit und Gesundheitskompetenz

Was brauchen Menschen, um gesund leben bzw. gesunden zu können? („Salutogenese“ Antonovsky, 1987, 1996)

- » **Verstehbarkeit** → die eigene Gesundheit/Versorgung verstehen
- » **Handhabbarkeit** → Gesundheit/Versorgung selbstbestimmt handhaben
- » **Bedeutsamkeit** → Gesundheit/Versorgung als sinnvoll im eigenen Leben erfahren

→ Gesundheitskompetenz ist eine zentrale Grundlage für Gesundheit und Gesundung

Gesundheitskompetenz ist der zentrale Ansatzpunkt für Entwicklung von Zuversicht und Gesundheit

Gesundheitskompetenz gründet auf allgemeiner Bildung und umfasst

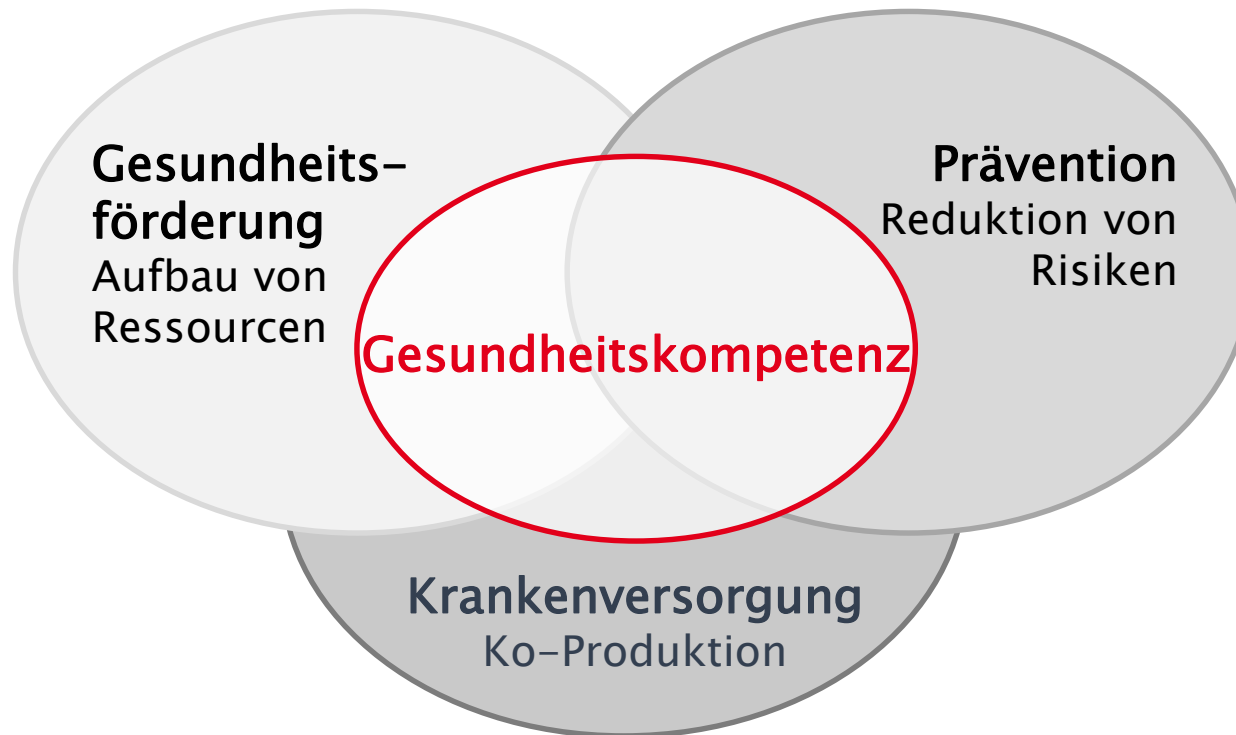
- das Wissen, → **Verstehbarkeit**
- die Motivation und → **Bedeutsamkeit**
- die Fähigkeiten von Menschen, → **Handhabbarkeit**

relevante Gesundheitsinformationen

- zu finden,
- zu verstehen,
- zu beurteilen und
- anzuwenden.

Wo wirkt Gesundheitskompetenz?

Dabei geht es darum, im Alltag ...



... **Entscheidungen treffen** zu können, die zur Erhaltung oder Verbesserung der Lebensqualität und Gesundheit ...

Wen betrifft Gesundheitskompetenz?



Warum ist Gesundheitskompetenz wichtig?

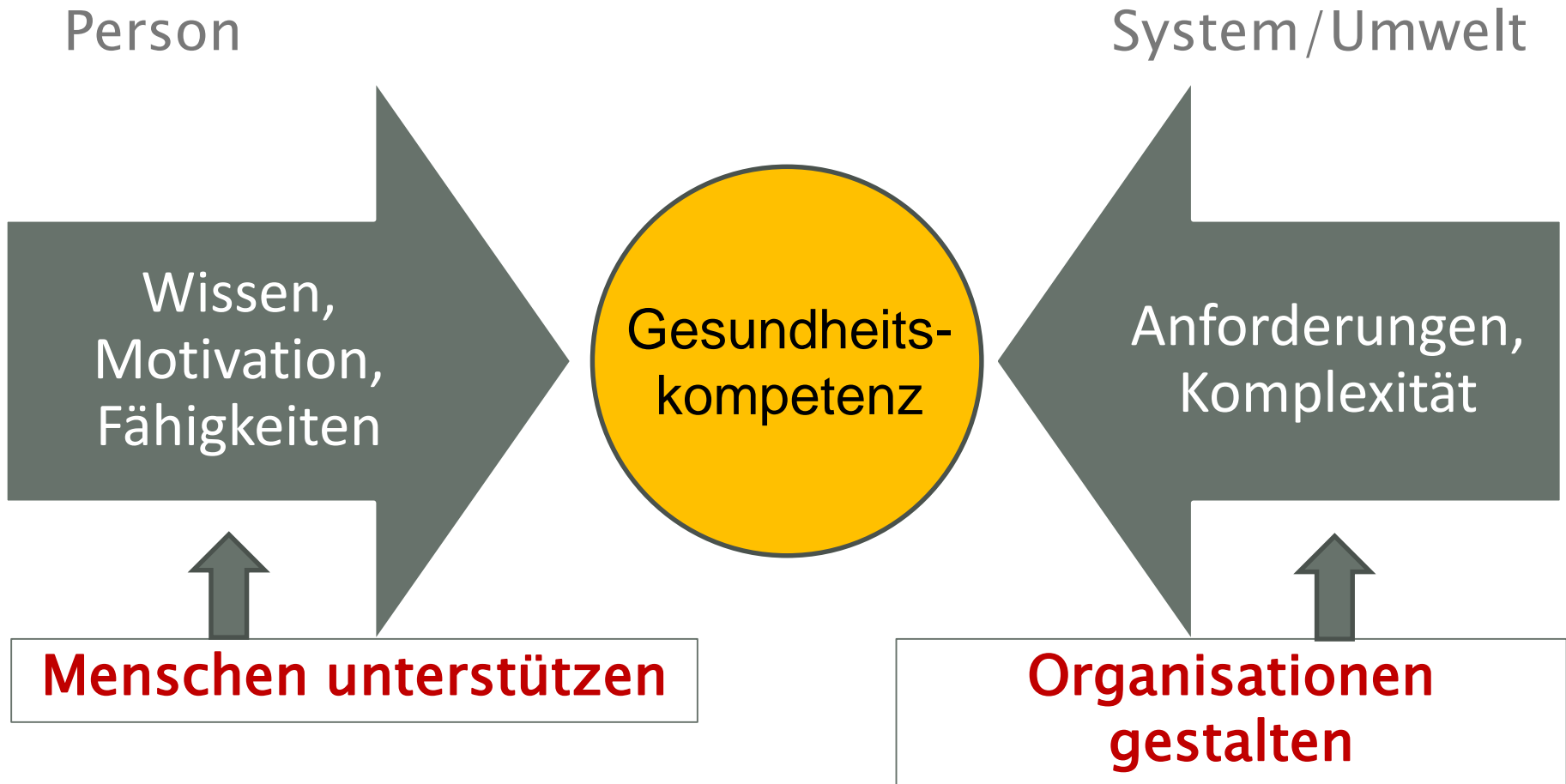
Menschen mit **geringer Gesundheitskompetenz**

- ⊗ tun sich schwer, Gesundheitsinformationen und Behandlungsoptionen zu verstehen
- ⊗ haben größere Schwierigkeiten, sich im Gesundheitssystem zu orientieren
- ⊗ neigen zu gesundheitsschädlicherem Verhalten
- ⊗ gehen schlechter mit chronischen Erkrankungen um
- ⊗ nehmen Angebote der Gesundheitsförderung und Prävention seltener in Anspruch

Warum ist Gesundheitskompetenz wichtig?

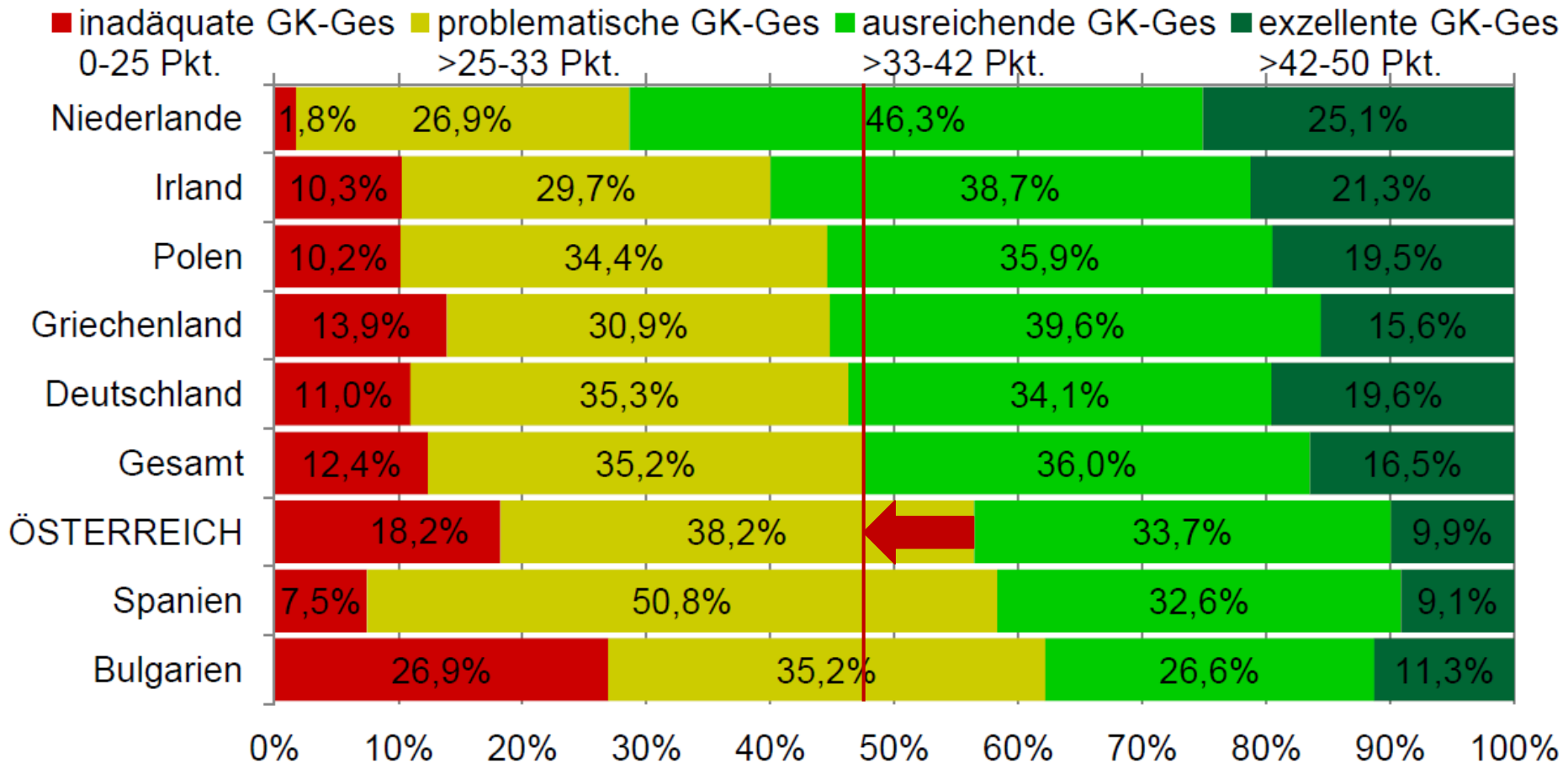
- » **Gesundheitskompetenz ist ungleich verteilt:** niedriger sozioökonomischer Status, Alter, Geschlecht
- » Gesundheitskompetenz ist eine Gesundheitsdeterminante, die beeinflusst werden kann.
- » Gesundheitskompetenz ist leichter veränderbar als andere soziale Einflussfaktoren auf Gesundheit.

Gesundheitskompetenz als Verhältnis zwischen Person und Umwelt

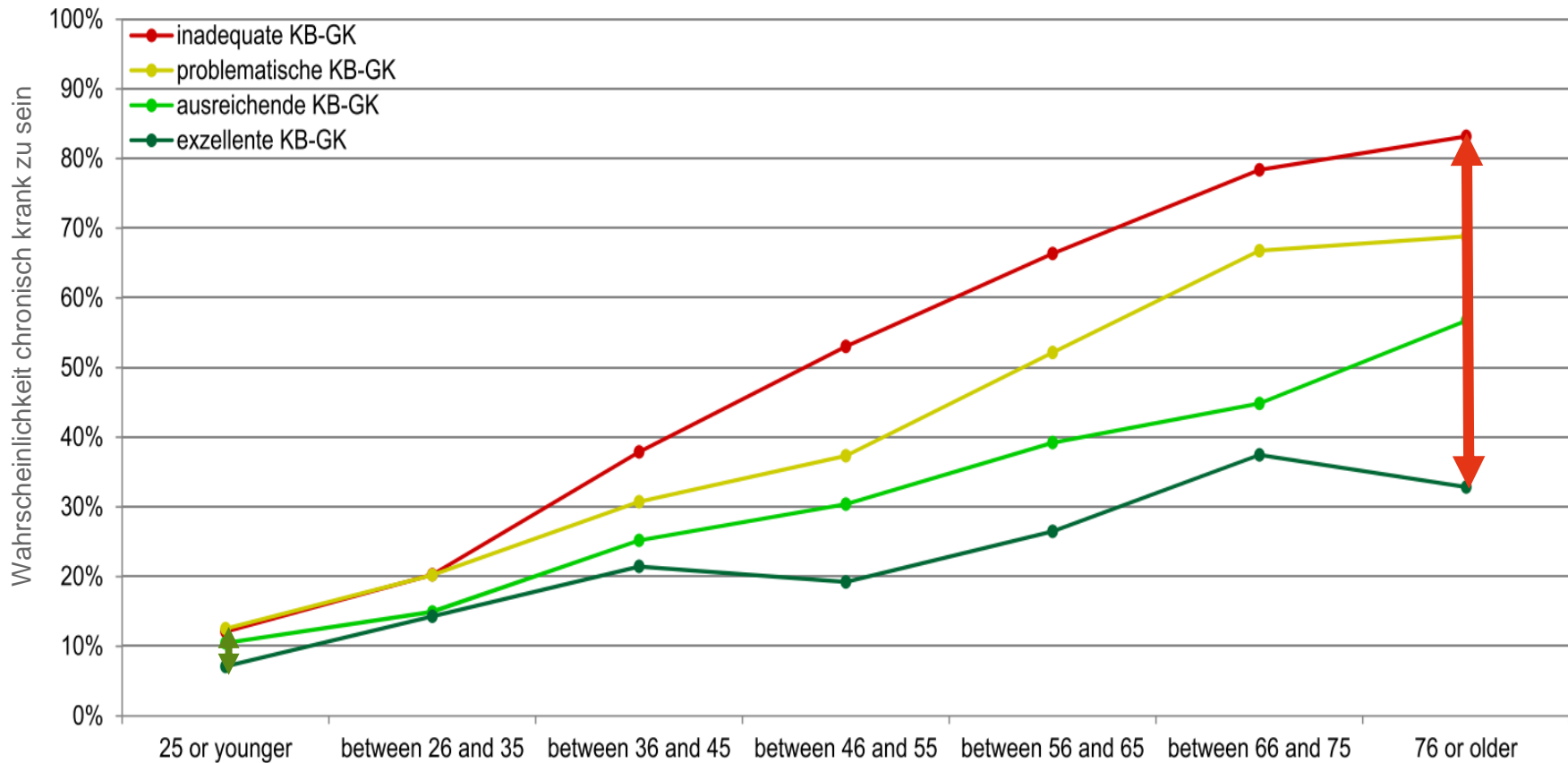




Gesundheitskompetenz in Österreich ist im internationalen Vergleich schlecht



Ältere Menschen haben eine höhere Wahrscheinlichkeit einer chronische Erkrankung, wenn sie über weniger Gesundheitskompetenz verfügen



Erweiterte Österreichstichprobe (N=1800)

Quelle: Pelikan 2013

Grundlagen und Methoden zum Weiterlesen



→ oepgk.at/_wissenscenter/die-fakten-gesundheitskompetenz/



→ www.uni-bielefeld.de/gesundhw/ag6/downloads/Material-_und_Methodensammlung.pdf



→ www.hauptverband.at/cdscontent/load?contentid=10008.630846&version=1463641136



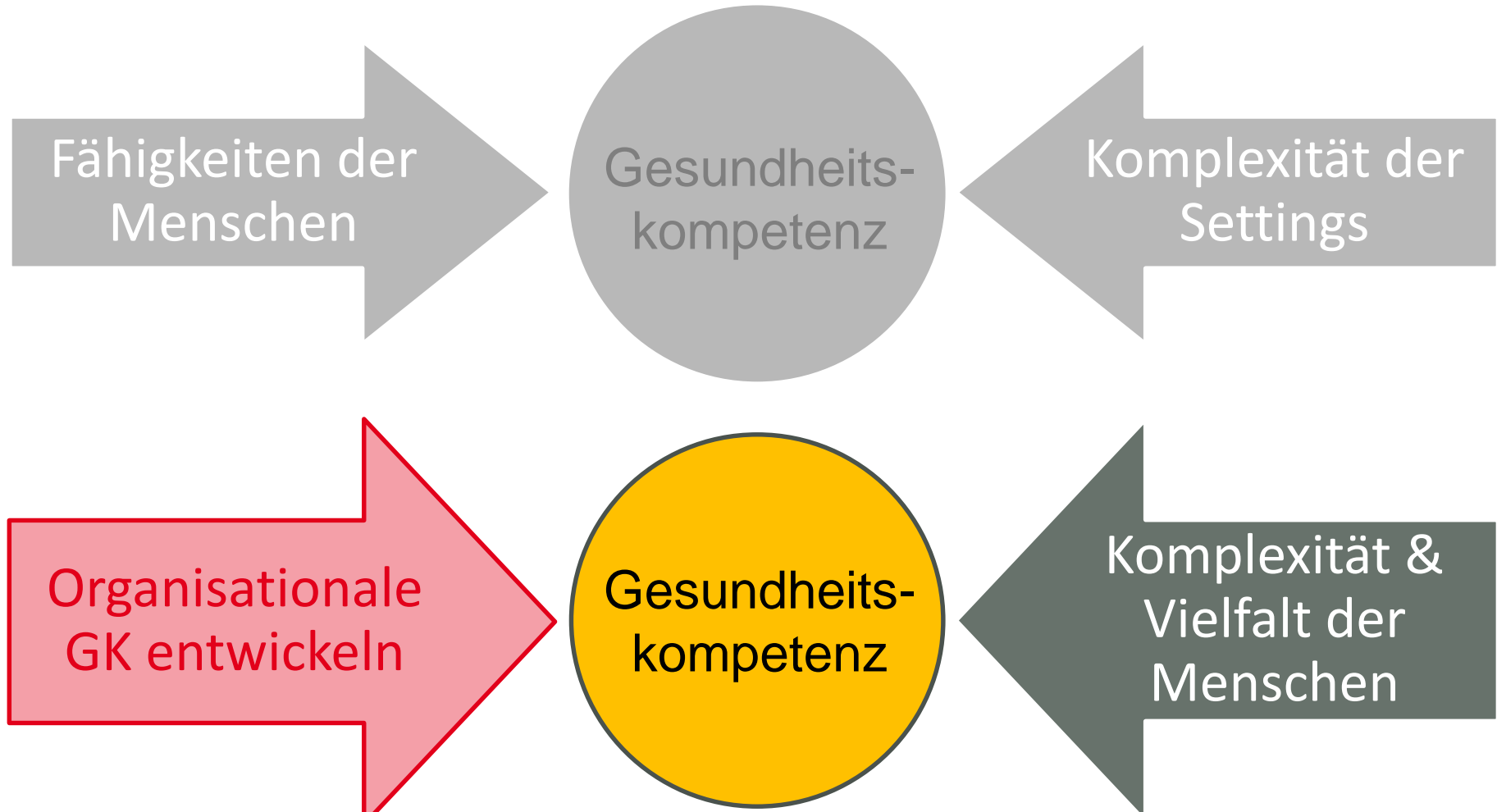
österreichische
plattform
gesundheits
kompetenz



**ÖSTERREICHISCHE PLATTFORM
GESUNDHEITSKOMPETENZ (ÖPGK)**

→ <http://oepgk.at/>

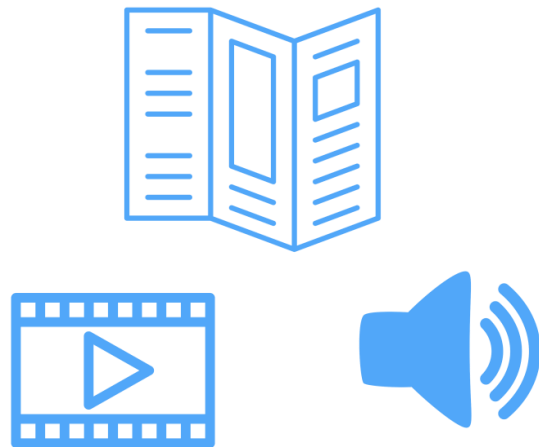
Den Blick wenden: Organisationen und Settings orientieren sich an der Komplexität der Menschen



Welche Gesundheitsinformationen brauchen Menschen?

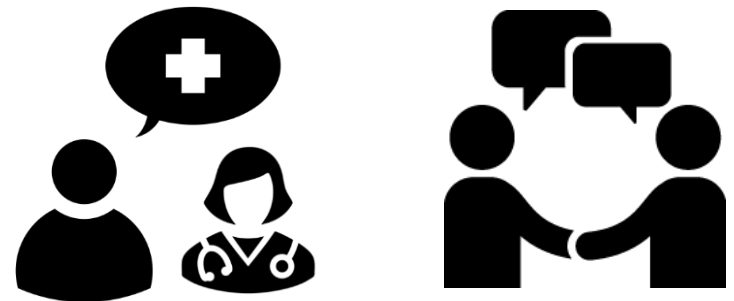
Medial vermittelte Gesundheitsinformationen

- » Broschüren, Videos, Websites, Apps ...



Gute Gespräche

- » Individuelle Profi-PatientInnengespräche,
- » Beratungsgespräche



→ Unterstützt und umgesetzt in „gesundheitskompetenten Organisationen“



Mit welchen Maßnahmen zur Steigerung der Gesundheitskompetenz haben Sie schon Erfahrung?

Schriftliche Gesundheitskompetenz

Christine Loder, Nicole Posch

Österreichischer Primärversorgungskongress 2019 “Qualität der Primärversorgung”: Steigerung der Gesundheitskompetenz in der Praxis

Schriftliche Gesundheitsinformationen

> dienen als Grundlage für informierte
Entscheidungen –
und können damit die eigene Gesundheit verbessern

Schriftliche Gesundheitsinformationen

> sollten evidenzbasiert, verlässlich, unabhängig, neutral und leicht verständlich sein

> 387 medizinische Informationsbroschüren in allgemeinmedizinischen Praxen:

- 327 keine Angabe zu verwendeten Quellen
- 224 davon von Pharma- und Medizinprodukteunternehmen

> 990 Online-/Printmedienartikel:

- rund 60% berichten stark übertrieben oder nicht zutreffend
- nur 11% berichten korrekt

Kriterienkatalog: „**Gute Gesundheitsinformation Österreich**“ seit März 2017

- > beschreibt 15 Qualitätskriterien, um leicht verständliche und wissenschaftlich abgesicherte Gesundheitsinformationen zu verfassen.
- > Personen und Organisationen, die Informationen zu Gesundheit und Krankheiten herausgeben, finanzieren, verfassen und verbreiten.
- > dient zur Erstellung von Broschüren, Videos und Webseiten mit Gesundheitsinformation
- > als Grundlage dafür ist die „Gute Praxis Gesundheitsinformation“ des deutschen Netzwerks für evidenzbasierte Medizin (2016)

- > <https://oepgk.at/wp-content/uploads/2018/11/15-qualitaetskriterien-der-guten-gesundheitsinformation-oesterreich.pdf>

Hilfreiche Kriterien zur kritischen Beurteilung von Gesundheitsinformationen

Formale Kriterien	😊	😐	😞
Angaben über den Herausgeber der Gesundheitsinformation	🟢	🟡	🔴
Aktualität der Gesundheitsinformation	🟡	🟡	🔴
Angabe von verwendeten Literaturquellen	🟢	🟡	🔴
Inhaltliche Kriterien	😊	😐	😞
Ziel und Zielgruppe der Gesundheitsinformation	🟢	🟡	🔴
Beschreibung des natürlichen Verlaufs einer Erkrankung	🟢	🟡	🔴
Beschreibung von verschiedenen Behandlungsmöglichkeiten, wie sie wirken, ihr Nutzen und ihre Risiken	🟢	🟡	🔴
Beschreibung was passiert, wenn die Erkrankung unbehandelt bleibt	🟡	🟡	🔴
Beschreibung der Auswirkungen der Behandlung auf das alltägliche Leben	🟢	🟡	🔴
Beschreibung von Unsicherheiten	🟡	🟡	🔴
Neutrale Sprache	🟢	🟡	🔴



EVI

WWW.EVI.AT

EVI-Pilotprojekt: Evidenzbasierte Informationen zur Unterstützung gesundheitskompetenter Entscheidungen

- > Workshop und EVI- Box (Workshop 7, Start 14:50 Uhr)
- > Plakat
- > Film
- > Homepage: www.evi.at

Beispielhafte Internetadressen für evidenzbasierte Gesundheitsinformationen

www.gesundheitsinformation.de

The screenshot shows a web browser window with the address bar containing "gesundheitsinformation.de/". The browser's address bar includes a search field with the text "Suchen...". Below the address bar, there are several tabs open, including "Vorgeschlagene Sites", "Web Slice-Katalog", "Yr - Weather forecast for...", and "XComply (2)". The browser's toolbar shows various icons for home, search, and printing. The website's header features the logo "gi gesundheitsinformation.de" with the tagline "verstehen | abwägen | entscheiden". To the right of the logo is a search bar with the text "Was suchen Sie?" and a "Suchen" button. Below the search bar is a navigation menu with four items: a home icon, "Themengebiete", "Themen von A bis Z", and "Über uns".



Aktuelles Thema

Eierstockzysten (Ovarialzysten)

Eierstockzysten sind mit Flüssigkeit oder Gewebe

www.gesundheitsinformation.de

www.gesundheitsinformation.de/depression.2125.de.html

Suchen...

ht Favoriten Extras ?

andorte obstweb Vorgeschlagene Sites Web Slice-Katalog Yr - Weather forecast for ... XComply (2)



Themengebiete

Themen von A bis Z

Über un

Thema

Depression

Teilen

PDF

Druck

Überblick

Mehr Wissen

Was Studien sagen

Erfahrungsberichte

Extras

Einleitung

Einleitung

Symptome

Ursachen und Risikofaktoren



Jeder Mensch ist ab und an unglücklich und lustlos. Und jeder Mensch war wohl auch schon einmal niedergeschl oder sogar verzweifelt. Solche Phasen gehören zum Let

www.gesundheit.gv.at

[Home](#) [Gesund leben](#) [Krankheiten](#) [Diagnose & Labor](#) [Gesundheitsleistungen](#) [Services](#)

Professional

ELGA



[Home](#) > [Krankheiten](#) > [Stoffwechsel & Hormone](#) > [Diabetes](#)

Diabetes



Diabetes mellitus – die Zuckerkrankheit – ist eine chronische Stoffwechselstörung, die eine lebenslange medizinische Betreuung erfordert. Dank moderner Therapien und umfassender Behandlungsprogramme können die Betroffenen heute ihre Erkrankung gut in den Griff bekommen. Hier erhalten Sie Antworten auf folgende Fragen: Wie entsteht Diabetes, und welche Formen gibt es? Welche Therapien stehen zur Verfügung, und wo finden die Betroffenen Beratung und Hilfe?

Inhalte

- [Diabetes: Was ist das?](#)
- [Diabetes: Symptome](#)
- [Diabetes: Vorbeugung](#)
- [Diabetes: Diagnose](#)
- [Diabetes: Therapie im Überblick](#)

[Alle Inhalte](#)

Top Inhalte

[Alle Inhalte](#)

[Beratung, Downloads & Tools](#)



www.gesundheit.gv.at

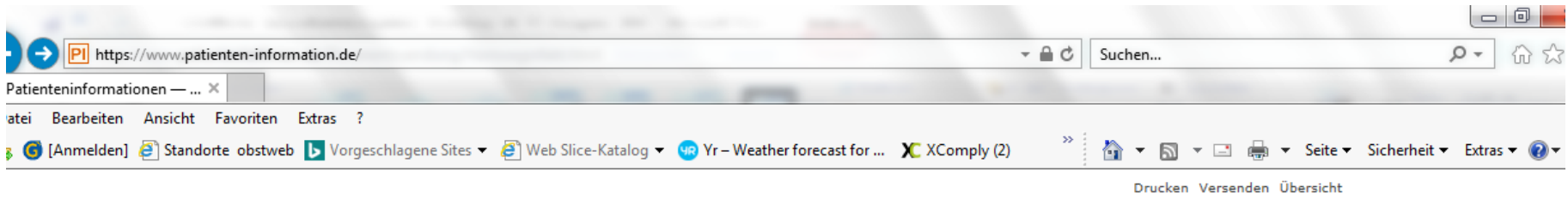
The screenshot displays the website www.gesundheit.gv.at with a browser window overlay. The website content includes:

- Inhaltsverzeichnis**
 - Beratung & Hilfe
 - Downloads & Broschüren
 - Tools & Quizzes
- Beratung & Hilfe**
 - [Diabetes: Beratung & Hilfe](#)
- Downloads & Broschüren**
 - [Diabetes: Broschüren & Formulare](#)
 - [Österreichische Diabetes-Strategie](#)
- Tools & Quizzes**
 - [Diabetes: Tests, Rechner & Co](#)

The browser window overlay shows the page title "Diabetes Beratung - Hilfe u..." and the URL <https://www.gesundheit.gv.at/servi>. The page content includes:

- Text: "Hier finden Sie ausgewählte Service- und Beratungsangebote zu Diabetes: Adressen, Versorgung mit Heilbehelfen und Infos zu finanziellen Unterstützungen."
- Three main sections with orange plus icons:
 - Adressen**
 - Heilbehelfe**
 - Finanzielle Unterstützung**
- Text: "zuletzt aktualisiert 24.09.2018" and "Freigegeben durch Redaktion Gesundheitsportal"
- Button: [Zum Expertenpool →](#)
- Footer: Print, RSS, and Share icons, and a **Feedback** button.

www.patienten-information.de



PATIENTEN-INFORMATION.DE
EIN SERVICE DER BUNDESÄRZTEKAMMER UND DER
KASSENÄRZTLICHEN BUNDESVEREINIGUNG



Gut informiert entscheiden

Patienteninformationen des ÄZQ
verlässlich, verständlich, transparent

[Kurzinformationen](#)

[Patientenleitlinien](#)

[Checklisten](#)

[Wörterbücher](#)

Website durchsuchen



Kurzinformationen für Patienten: kompakt und verlässlich!

Auf einem doppelseitigen A4-Blatt finden Sie auf einen Blick alles
Wissenswerte zu ausgewählten Krankheitsbildern oder Gesundheitsthemen.
Zudem werden Hinweise zu Anlaufstellen und Beratungsmöglichkeiten
vermittelt.

Aktualisierte Kurzinformationen für Patienten zum Thema
"Darmkrebs"

Darmkrebs ist in Deutschland eine der häufigsten Krebserkrankungen bei
Männern und Frauen. Um diesen Krebs zu erkennen, ist eine
Darmspiegelung die zuverlässigste Methode. Man unterscheidet Krebs im



Über uns

Wir entwickeln verlässliche
und verständliche
Informationen für Patienten
und Interessierte. Alle
Informationen werden auf
Grundlage von aktuellen
wissenschaftlich fundierten
Erkenntnissen sowie den
Erfahrungen und Wünschen
Betroffener entwickelt.

- Über unser
Patientenportal
- Wie wir arbeiten

www.patienten-information.de

[Kurzinformationen](#)

[Patientenleitlinien](#)

[Checklisten](#)

[Wörterbücher](#)

Website durchsuchen



Themen

- Allgemeine Gesundheitsthemen
- Arzneimittel, Hormone und Impfungen
- Diabetes
- Früherkennung
- Gynäkologische Erkrankungen
- Haut
- Herz und Gefäße
- Krebs
- Lunge
- Muskeln, Bänder und Gelenke
- Nerven und Gehirn
- Nieren und Harnwege
- Psychische Erkrankungen
- Rücken
- Seltene Erkrankungen
- Sprache und Stimme
- Verdauungsorgane

KURZINFORMATIONEN FÜR PATIENTEN (KIP)

Auf zwei Seiten informieren die KIP einfach und verständlich über Erkrankungen oder andere wichtige Gesundheitsthemen. Alle Informationen beruhen auf dem besten derzeit verfügbaren Wissen. Sie erscheinen als doppelseitiges PDF-Dokument zum kostenlosen Downloaden und Ausdrucken.

- [Zu den Kurzinformationen](#)
- [Zur Methodik der Kurzinformationen](#)
- [Zum Flyer der Kurzinformationen](#)



Übersetzungen

Ausgewählte Informationen sind auch auf Arabisch, Englisch, Französisch, Russisch, Spanisch und Türkisch verfügbar.

- [Zu den Übersetzungen](#)
- [Hintergrund und Methodik](#)

Über uns

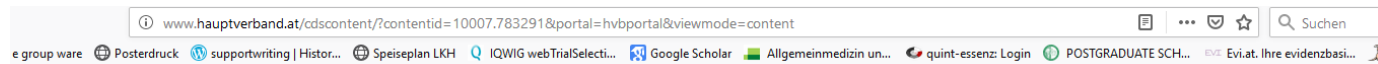
Wir entwickeln verlässliche und verständliche Informationen für Patienten und Interessierte. Alle Informationen werden auf Grundlage von aktuellen wissenschaftlich fundierten Erkenntnissen sowie den Erfahrungen und Wünschen Betroffener entwickelt.

- Über unser Patientenportal
- Wie wir arbeiten
- Kooperationen

Newsletter abonnieren

Anmeldung zum Newsletter Patienteninformation

www.hauptverband.at/faktenbox



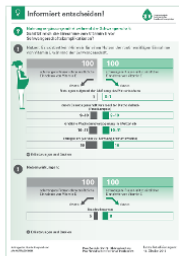
Risikokompetenz und sind in verständlicher Sprache verfasst. Eine unabhängige und vertrauenswürdige Entscheidungsgrundlage für Gesundheitsfragen.



Mit der Faktenbox informiert entscheiden.

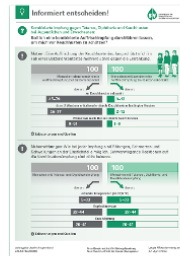
Nahrungsergänzungsmittel während der Schwangerschaft:

Schützt mich die Einnahme von Vitamin E vor Schwangerschaftskomplikationen?



Kombinierte Impfung gegen Tetanus, Diphtherie und Keuchhusten:

Soll ich eine kombinierte Auffrischimpfung durchführen lassen, um mich vor Keuchhusten zu schützen?



Gesundheitskompetenz

Gesundheitskompetenz ist die Fähigkeit, Informationen in Bezug auf Krankenbehandlung, Prävention oder Gesundheitsförderung zu *finden*, zu *verstehen*, zu *beurteilen* und *anzuwenden*.

Dazu bietet die SV einen Leitfadens, Erklärvideos sowie eine Methodenbox:



„Kompetent als Patientin und Patient“
Broschüre mit vielen Orientierungshilfen, um selbstbestimmt entscheiden zu können.



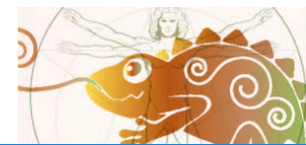
Influenza: Impfung gegen Grippe für Menschen ab 60 Jahren

Soll ich mich jährlich gegen Grippe impfen lassen?

Nahrungsergänzungsmittel:

Schützt mich die tägliche Einnahme von Vitamin C vor einer Erkältung?

„Gesund werden. Gesund bleiben“
Fachbuchreihe, die fundiertes Wissen über Krankheiten vermittelt. Für Betroffene und Angehörige.



www.hauptverband.at/faktenbox



Faktenbox: Informiert entscheiden!



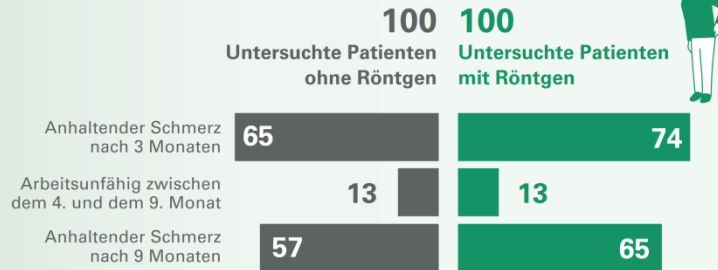
Hauptverband der
Steirerischen
Sozialversicherungsträger



Röntgen bei allgemeinen Rückenbeschwerden:
Sollte ich meinen Rücken bei Schmerzen röntgen lassen?



Kein Nutzen: Ein Röntgenbild hat keinen positiven Einfluss auf den Verlauf der Behandlung. Es gibt Ausnahmen: So kann das Röntgen bei Rückenschmerzen durch Unfälle oder Verletzungen nötig sein.



→ Erläuterungen und Quellen



Schaden: Röntgenbilder befördern oft Auffälligkeiten zutage, die aber für die Schmerzen und den Verlauf bedeutungslos sind. Das verunsichert die Patienten. Zusätzlich belasten Röntgenstrahlen den Körper.

	mit Röntgen
Untersuchte Patienten	je 1.000
Unnötige Strahlenbelastung	999–1.000

→ Erläuterungen und Quellen

www.gemeinsam-gut-entscheiden.at

← → ↻ 🏠

🔒 <https://www.gemeinsam-gut-entscheiden.at> 🔍 Suchen

Meistbesucht e group ware Posterdruck supportwriting | Histor... Speiseplan LKH IQWiG webTrialSelect... Google Scholar Allgemeinmedizin un... quint-essenz: Login POSTGRADUATE SCH... Evi.at. Ihre evidenzbasi... Gesundheitsfonds Stei...

PROJEKT TOP-5-LISTEN INFOS VIDEO TEAM KONTAKT



gemeinsam
gut entscheiden

CHOOSING WISELY AUSTRIA

MEHR ERFAHREN AM LAUFENDEN BLEIBEN

PROJEKT

**Gemeinsam gut entscheiden – eine Initiative von
ÄrztInnen für ÄrztInnen und PatientInnen**

www.gemeinsam-gut-entscheiden.at

Die TOP 5 der Allgemeinmedizin

Auf einen Blick



Hier finden Sie die fünf wichtigsten Behandlungen und Untersuchungen in der Allgemeinmedizin, die wenig Nutzen und viele Nachteile haben. Gemeinsam mit der Österreichischen Gesellschaft für Allgemeinmedizin (ÖGAM) haben wir sie sorgfältig ausgewählt, mit Hilfe aktuellster wissenschaftlicher Erkenntnisse überprüft und in kompakter Form für Sie zusammengefasst.

Unser Ziel: Eine bessere und sicherere medizinische Versorgung in der Hausarztpraxis.

1. Antibiotika sind zur Behandlung von viralen Infektionen der oberen Atemwege nicht geeignet. Schnupfen, Rachenentzündung und Nasennebenhöhlenentzündung sind in den meisten Fällen **viral verursacht** und **Antibiotika wirkungslos**. Es besteht jedoch eine hohe Gefahr für **Nebenwirkungen** und die Entwicklung von **Resistenzen**.
2. Bei unter sechs Wochen andauernden Rückenschmerzen sollte **gezielt und nur bei Verdacht auf schwerwiegende Ursachen** eine Bildgebung erfolgen. In den meisten Fällen verschwinden die Beschwerden nach einigen Wochen von selbst.
3. Kinder mit **leichter Mittelohrentzündung** brauchen **nicht zwangsläufig Antibiotika**. Es empfiehlt sich, vorerst abzuwarten, da viele Infektionen von selbst heilen. Ausnahmen bilden Kinder unter zwei Jahren, beidseitige und eitrig Infektionen.
4. **Bakterien im Harn** erfordern **keine Antibiotikatherapie**, solange keine Beschwerden bestehen. Nur wer Symptome hat, braucht eine Behandlung, ebenso Schwangere und Personen, die am Urogenitaltrakt operiert werden müssen.
5. Vor **Früherkennungsuntersuchungen der Prostata** sollten Männer über ihr individuelles **Risiko und möglichen Schaden** aufgeklärt werden. **Überdiagnosen** und das **Risiko falscher Ergebnisse** überwiegen mit hoher Wahrscheinlichkeit den möglichen Nutzen.

www.igel-monitor.de

 **IGeL**Monitor



Wir stellen individuelle Gesundheitsleistungen auf den Prüfstand.

Welche IGeL suchen Sie?

IGeL finden



IGeL A - Z

Wie wir arbeiten ▾

Tipps ▾

Über IGeL ▾

Presse ▾

Gut informiert entscheiden

Es gibt medizinische Leistungen, die Sie in der Arztpraxis selbst bezahlen müssen. Diese Leistungen heißen Individuelle Gesundheitsleistungen oder kurz IGeL. Der IGeL-Monitor bewertet Nutzen und Schaden der IGeL – damit Sie gut informiert entscheiden können. Außerdem bieten wir Ihnen neben den IGeL-Bewertungen noch viele hilfreiche Informationen rund um das IGeL-Geschehen.

Hinter diesem Angebot steht der Medizinische Dienst des Spitzenverbandes Bund der Krankenkassen e.V. (MDS). Der

www.igel-monitor.de

https://www.igel-monitor.de/igel-a-z.html

Suchen

Posterdruck supportwriting | Histor... Speiseplan LKH IQWiG webTrialSelecti... Google Scholar Allgemeinmedizin un... quint-essenz: Login POSTGRADUATE SCH... Evi.at. Ihre evidenzbasi... Gesundheitsfonds Stei...



IGeLMonitor



IGeL A - Z

Wie wir arbeiten ▾

Tipps ▾

Über IGeL ▾

Presse ▾

Sie sind hier: [Home](#) » [IGeL A - Z](#)

Alle bewerteten IGeL

Auf dieser Seite finden Sie alle bisher vom IGeL-Monitor beschriebenen und bewerteten IGeL. Sie können nach einer IGeL suchen, indem Sie ein Schlagwort in das Suchfeld eingeben. Außerdem bieten wir Ihnen die Möglichkeit, IGeL nach körperlichen Bereichen, Arztgruppen oder Bewertungen zu filtern.

Suche

A - Z

Bereiche

Arztgruppe

Bewertung

Welche IGeL suchen Sie?

IGeL finden

Ansicht



Akupunktur in der Schwangerschaft

Kann Akupunktur Schwangerschaftsbeschwerden lindern und bei der Geburtsvorbereitung unterstützen?

Unsere Bewertung: **unklar**

Akupunktur zur Migräneprophylaxe

Ist Akupunktur besser geeignet als Medikamente, Migräne-Anfälle zu verhindern oder Schmerzen zu lindern?

Unsere Bewertung: **tendenziell positiv**

Akupunktur zur Spannungskopfschmerz-Prophylaxe

Kann Akupunktur Spannungskopfschmerzen verhindern oder lindern?

Unsere Bewertung: **unklar**

www.igel-monitor.de

Nach welcher Arztgruppe suchen Sie ?

Auswahl zurücksetzen

- Allgemeinmedizin
- Arbeitsmedizin
- Augenheilkunde
- Chirurgie/Gefäßchirurgie
- Chirurgie/Orthopädie
- Frauenheilkunde und Geburtshilfe
- Hals-Nasen-Ohrenheilkunde
- Haut- und Geschlechtskrankheiten
- Innere Medizin
- Neurologie
- Psychiatrie und Psychotherapie
- Radiologie
- Urologie
- Zahn-/ Mund- und Kieferheilkunde
- diverse Fachgebiete

Ansicht  

Akupunktur zur Migräneprophylaxe

Ist Akupunktur besser geeignet als Medikamente, Migräne-Anfälle zu verhindern oder Schmerzen zu lindern?

Unsere Bewertung: **tendenziell positiv**



Akupunktur zur Spannungskopfschmerz-Prophylaxe

Kann Akupunktur Spannungskopfschmerzen verhindern oder lindern?

Unsere Bewertung: **unklar**



Atteste und Gutachten

Nur wenn Atteste und Gutachten von Krankenkassen angefordert werden oder dem Krankheitsnachweis beim Arbeitgeber dienen, tragen die gesetzlichen Krankenkassen die Kosten.

Unsere Bewertung: **ohne Bewertung**

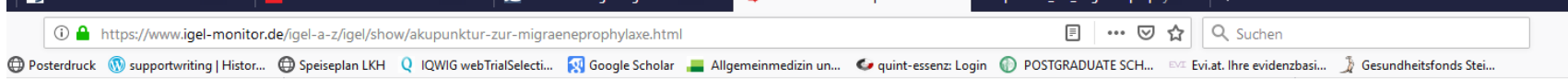


Bach-Blütentherapie

Biofeedback-Therapie bei Migräne

Blutegeltherapie bei Kniearthrose

www.igel-monitor.de



IGeLMonitor



IGeL A - Z

Wie wir arbeiten

Tipps

Über IGeL

Presse

IGeL-Steckbrief

Arztgruppen	Allgemeinmedizin, Neurologie, Innere Medizin
Bereich	Kopf und Gehirn

+ Mehr anzeigen

Wir bewerten die Akupunktur zur Migräneprophylaxe als „tendenziell positiv“.

Die Akupunktur ist eine Therapieform der traditionellen chinesischen Medizin (TCM). Feine Nadeln, die an bestimmten Punkten des Körpers gesetzt werden, sollen zum Beispiel Migränepatienten vor weiteren Anfällen bewahren oder dann zumindest ihre Schmerzen lindern. Die Behandlung der Migräne mit Medikamenten und anderen Verfahren wird von den gesetzlichen Krankenkassen bezahlt. Auch die Nadel-Akupunktur ohne Elektrostimulation kann in zwei Fällen Kassenleistung sein. Bei Migräne ist Akupunktur dagegen immer eine IGeL.

Etliche Studien haben die Effekte der Akupunktur untersucht. Auch wenn keine Rolle zu spielen scheint, an welcher Stelle die Nadeln gesetzt werden, ergeben Studien, dass die Akupunktur Migräneschmerzen ebenso gut lindert wie Medikamente, deren Nutzen nachgewiesen ist. Außerdem hat die Behandlung mit Akupunktur weniger Nebenwirkungen als mit Medikamenten und gleich viele wie mit einer Scheinakupunktur.

[IGeL-Info ausführlich lesen](#)



Gütesiegel im Internet

Gütesiegel für Qualität und Vertrauenswürdigkeit von medizinischen und gesundheitsrelevanten Informationen im Internet

z.B. HONcode, AfGIS





Audiovisuelles, evidenzbasiertes Informationsmaterial

Beispielhafte Links für verlässliches, audiovisuelles Informationsmaterial

www.stiftunggesundheitswissen.de

www.helsana.ch

<https://www.youtube.com/watch?v=qDAcaGYQ2AU&feature=youtu.be>



Erklärfilm

> **Arthrose Prävention**



Expertensicht

> **Kniegelenkersatz**



**Antibiotika gegen Husten mit
Schleim? Das sind die
Fakten**

Helfen Antibiotika bei Husten mit



Gesund und krank in Österreich
Kurzvideos



-الصحة والمرضى في النمسا
الأشرطة الفيديو القصيرة

Literaturverzeichnis

Sänger 2006: Sänger S, Lang B, Klemperer D, Thomeczek C, Dierks M. Manual Patienteninformation. Empfehlungen zur Erstellung evidenzbasierter Patienteninformationen. Berlin: 2006. (äzq Schriftenreihe).

Horvath 2017: Qualität medizinischer Informationsbroschüren in den Hausarztpraxen der Steiermark: (MEDIB-Hausarzt), 2017, https://allgemeinmedizin.medunigraz.at/fileadmin/institute-oes/allgemeinmedizin/Publikationen/Berichte/2017/IAMEV_MEDIB_final.pdf; Zugriff am 15.01.2019

Kerschner 2015: Kerschner, Bernd; Wipplinger, Jörg et al. (2015): Wie evidenzbasiert berichten Print- und Online-Medien in Österreich? Eine quantitative Analyse Zeitschrift für Evidenz, Fortbildung und Qualität im Gesundheitswesen, 109, 4-5, 341-349.
<http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1865921715001087>

ÖPGK: <https://oepgk.at/gute-gesundheitsinformation-oesterreich/>

DNEbM 2016: <https://www.ebm-netzwerk.de/pdf/publikationen/gpgi2.pdf>

Kraus-Füreder 2017: Kraus-Füreder, H. & Soffried, J. (2017): Methodenbox – Die gesundheitskompetente Sozialversicherung. Hauptverband der österreichischen Sozialversicherungsträger.

<http://www.hauptverband.at/cdscontent/?portal=hvbportal&contentid=10007.784576>; Zugriff am 11.3.2019

Gute Gesprächsqualität – interaktive Gesundheitskompetenz stärken

Peter Nowak

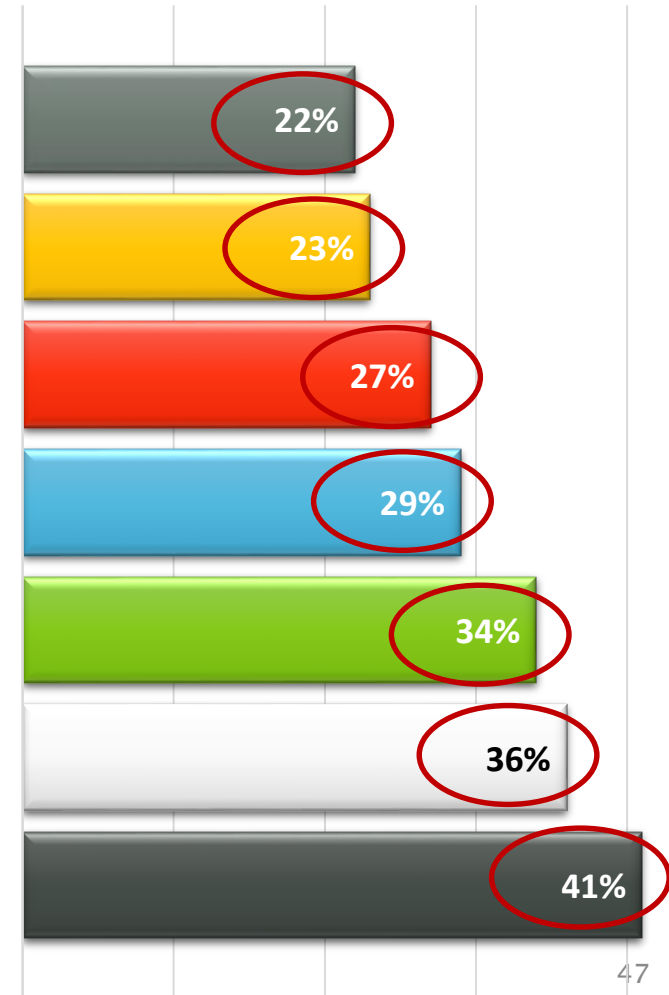
4. April 2019, Österreichischer Primärversorgungskongress 2019
“Qualität der Primärversorgung”, Fortbildung 2: Steigerung der
Gesundheitskompetenz in der Praxis, Graz

Generelle Kommunikationsdefizite in der Arzt–Patient–Kommunikation (Picker Report 2016, DE)

N = 38.800

0% 10% 20% 30% 40%

- Unverständliche Antworten von Ärzten auf wichtige Fragen
- Unverständliche Erklärungen der Ergebnisse des Eingriffs
- voraussichtlichen postoperativen Zustand nicht besprochen
- Unverständliche Erklärungen von Untersuchungsergebnissen
- Keine ausreichende Einbindung in Entscheidungsprozesse
- Ärzte sind nicht für Ängste, Sorgen verfügbar
- Angehörige hatten nicht ausreichend Gelegenheit zum Gespräch mit Ärzten



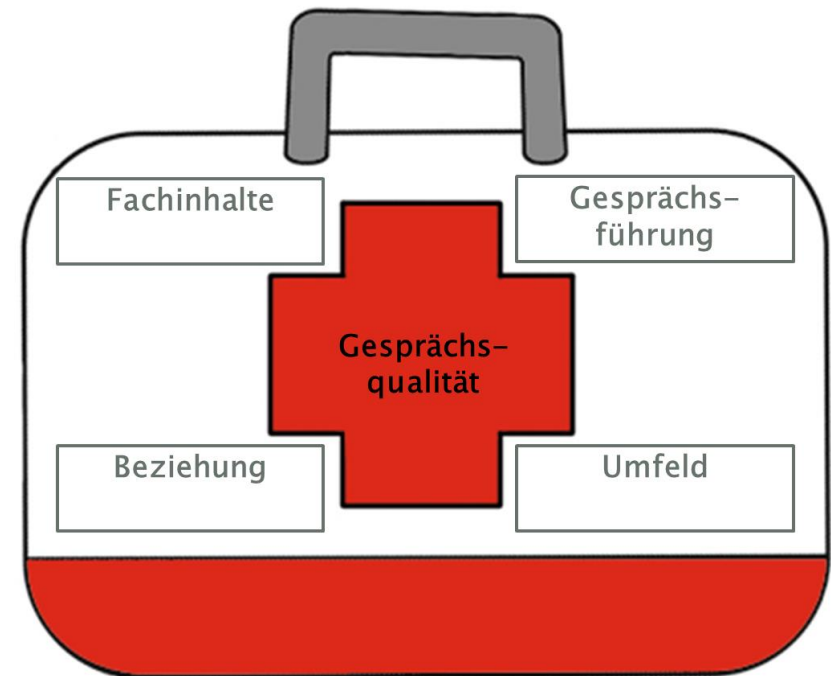
Einige kommunikative Herausforderungen **mit PatientInnen** (und Angehörigen)

- » **Tragfähige Beziehung** / Kontakt / Vertrauen herstellen
- » **Beschwerdeschilderung zulassen**, zuhören und verstehen; nicht unterbrechen
- » **Gemeinsame Entscheidungen** finden
- » **Verständlich erklären** und anleiten; „Teach back“
- » **Fragen zulassen**, unterstützen
- » erhöhte **Kommunikationsanforderungen**, z.B.:
 - » Kommunizieren der Option, keine medizinische Intervention zu setzen („nichts zu tun“), wenn Nichtstun die bessere Wahl ist
 - » Kommunizieren von alternativen Behandlungs- und Management-Optionen „Choosing wisely“
 - » verständliche Risikokommunikation
 - » Breaking bad news

Was ist gute Gesprächsqualität?

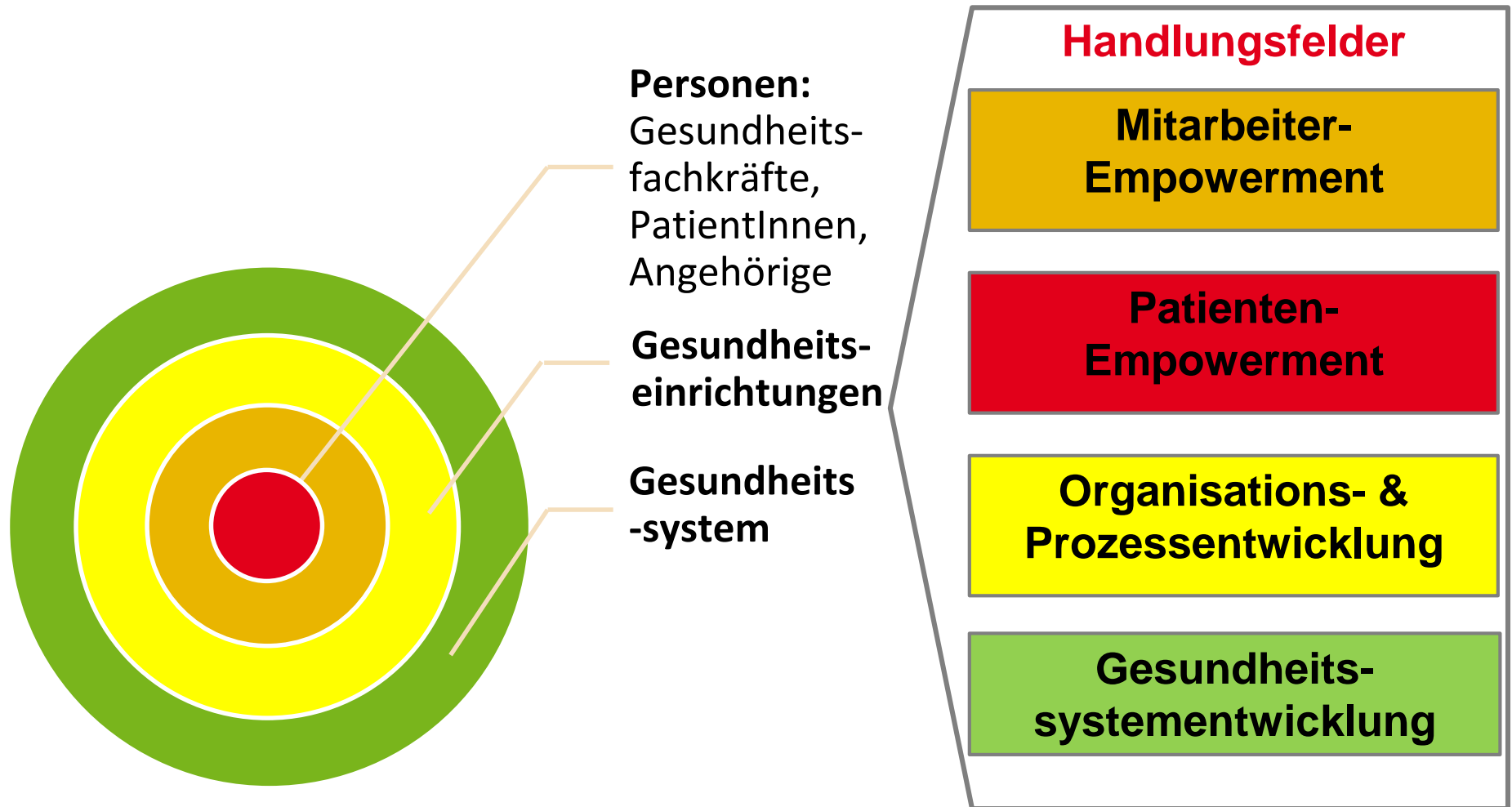
Wissen, Fähigkeiten/ Fertigkeiten und Haltungen auf

- » sprachlich-interaktiver Ebene („**gute Gesprächsführung**“)
- » inhaltlicher Ebene („**gute Fachinhalte**“),
- » psychosozialer Ebene („**gute Beziehung**“),
- » auf der Ebene des Gesprächssettings („**gutes Umfeld**“).



(Sator et al. 2015)

Ebenen und Handlungsfelder zur Verbesserung der Gesprächsqualität im Gesundheitssystem



Train the Trainer–Programm und Trainernetzwerk

Kurse (11 Tage):

- Was & Wie Trainieren
- Trainingsentwicklung
- Refresher
- Train the Trainer

Praxisprojekt:

Entwicklung und
Durchführung eines
Kommunikationstrainings

Feedback und Mentoring:

- zum Curriculum
- zum eigenen
Lehrauftritt

Zertifikat



Trainernetzwerk:

2 Treffen pro Jahr

Übernahme von Kommunikationstrainings (bundesweit)

Re-Zertifizierung

Kommunikationstraining für MitarbeiterInnen – nach ÖPGK–tEACH–Standard

- » **evidenzbasiertes Kommunikationsmodell**, das unmittelbar an die kommunikativen Herausforderungen des klinischen Alltags anschließt
- » evidenzbasierte **erfahrungsbasierte Didaktik**
- » auf die **Zielgruppe** zugeschnittenes **longitudinales** Trainingsdesign
- » **zertifizierte Trainerinnen** und Trainer, qualifiziert nach Qualitätsstandards der International Association for Communication in Healthcare (EACH)

Wie aktivieren wir Patienten?

OUTPATIENTS



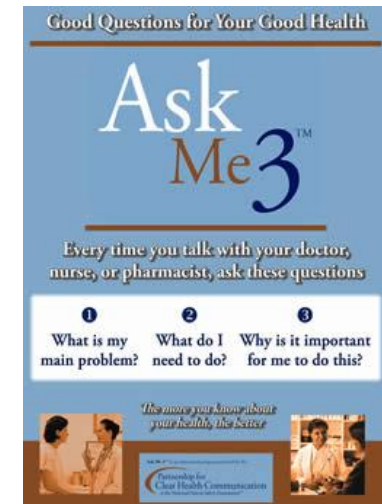
2 Hauptprobleme:

- » Gesundheitsfachkräfte **hören zu wenig zu**
- » PatientInnen stellen **zu wenig Fragen**

**„Mir ist es in letzter Zeit so schlecht gegangen,
dass ich nicht einmal darüber reden wollte“**

3 Fragen für meine Gesundheit – Hintergrund

- 👤 Beitrag zur **Förderung der gesundheitskompetenten Kommunikation** in der Krankenversorgung und anderen Settings
- 👤 Ansatz zur **Stärkung und Befähigung von Patientinnen/Patienten**, sich aktiv in Gespräche mit Gesundheitsfachkräften einzubringen und alle für sie wichtigen Fragen zu stellen.
- 👤 Angelehnt an das international bewährte Konzept zur Aktivierung von Patientinnen/Patienten „**Ask me 3**“ der National Patient Safety Foundation (USA)



3 Fragen für meine Gesundheit ...

... ermutigt Patientinnen und Patienten, in Gesprächen mit Gesundheitsfachkräften aktiv zu werden und alle für sie wichtigen Informationen einzuholen.

... unterstützt Gesundheitsfachkräfte, Fragen anzuregen und verständliche Antworten zu geben.

<https://oepgk.at/drei-fragen-fuer-meine-gesundheit>



3 FRAGEN FÜR MEINE GESUNDHEIT

■ WAS HABE ICH?

■ WAS KANN ICH TUN?

■ WARUM SOLL ICH DAS TUN?

Was braucht es, um relevante Gespräche zur Gesundheit zu führen?

- » Kommunikativ geschulte MitarbeiterInnen
- » Explizite Aufforderung an die Nutzer/innen eigene Fragen und Anliegen zu formulieren
- » Unterstützende Organisation (Führung): Priorität auf Gesundheit in die Organisationskultur, –struktur u. –prozesse aufnehmen
- » Unterstützendes (politisches) Umfeld: Anreize, Anerkennung, Ressourcen für Gesundheitskompetenz

ICCH 2020

University of Vienna
September 8–11, 2020

hosted by



in partnership with



FB 10: Schnupper-Workshop: Effektive Gespräche mit PatientInnen in der Primärversorgung

WER:

Eva Pilz, Qualitätsmanagement und Patientensicherheit,
Gesundheit Österreich GmbH

Marlene Sator, Gesundheit und Gesellschaft, Gesundheit
Österreich GmbH

WAS:

- » praktische Übungen zur Kommunikation mit PatientInnen
- » Einblick in die Arbeit des ÖPGK-Trainernetzwerks

WO:

Donnerstag, 04.04.2019, 16:40–18:10

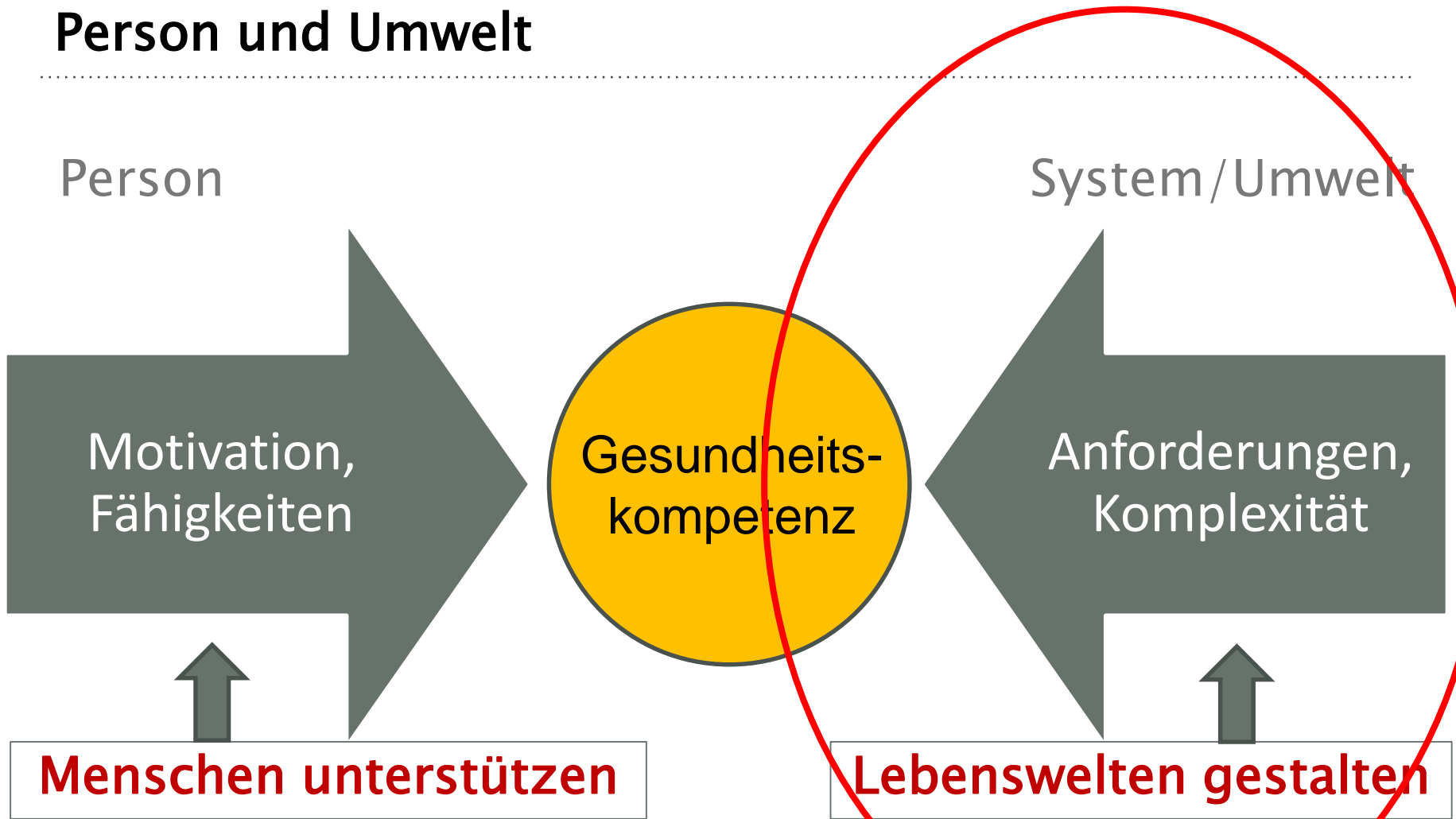
1. Stock, Seminarraum MC 04

Gesundheitskompetente Organisation

Österreichischer
Primärversorgungskongress 2019
Fortbildung 2: Steigerung der
Gesundheitskompetenz in der Praxis

4.4.2019

Gesundheitskompetenz als Verhältnis zwischen Person und Umwelt



Was ist eine gesundheitskompetente Organisation?

Eine Gesundheitskompetente Organisation erleichtert es den Menschen, Informationen und Dienste zu navigieren, zu verstehen und zu benutzen, um auf ihre Gesundheit zu achten.

→ **Auch kleine Maßnahmen unterstützen das große Ziel!**

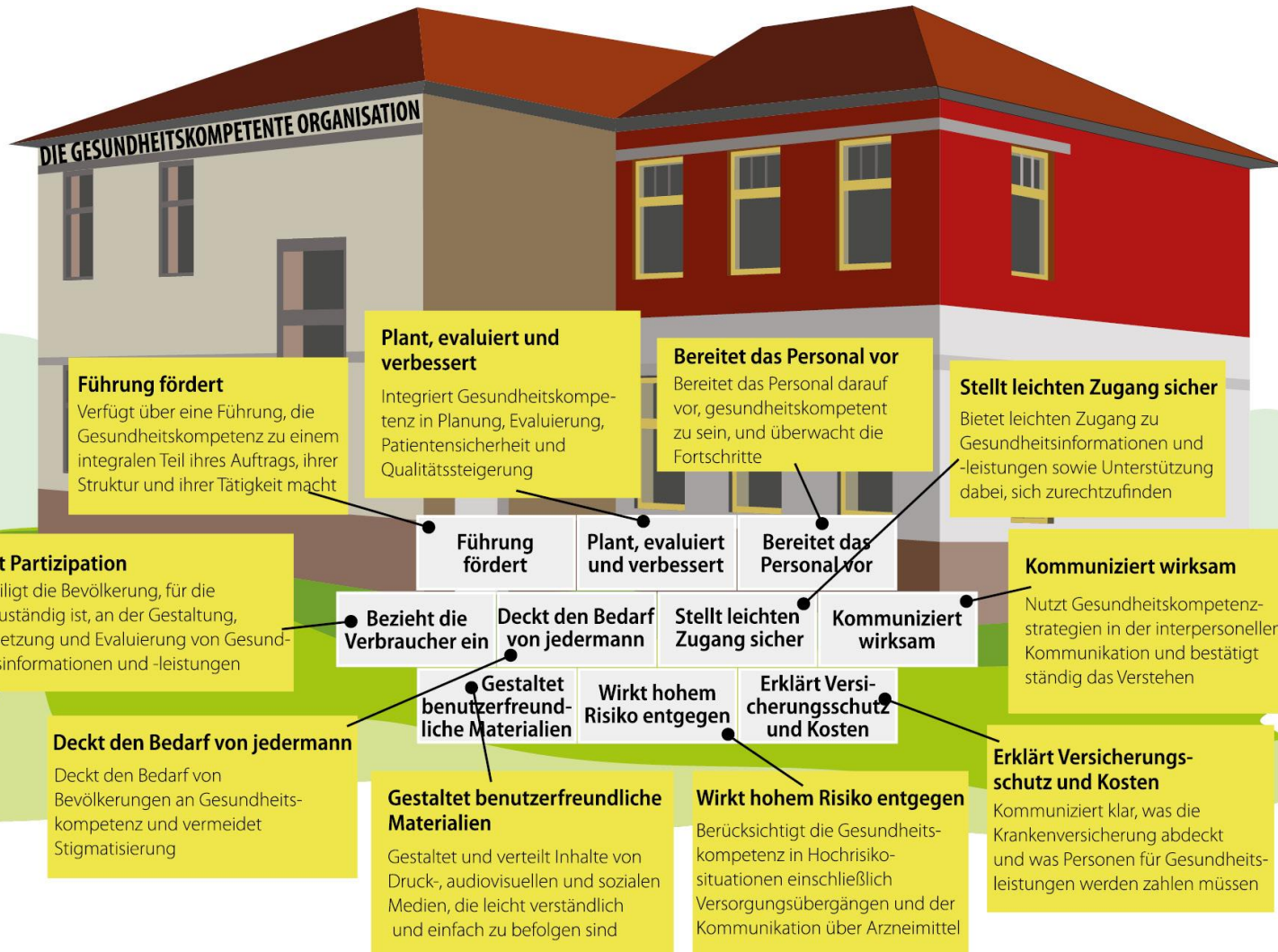


Warum Gesundheitskompetente Arztpraxis (Nutzen)?

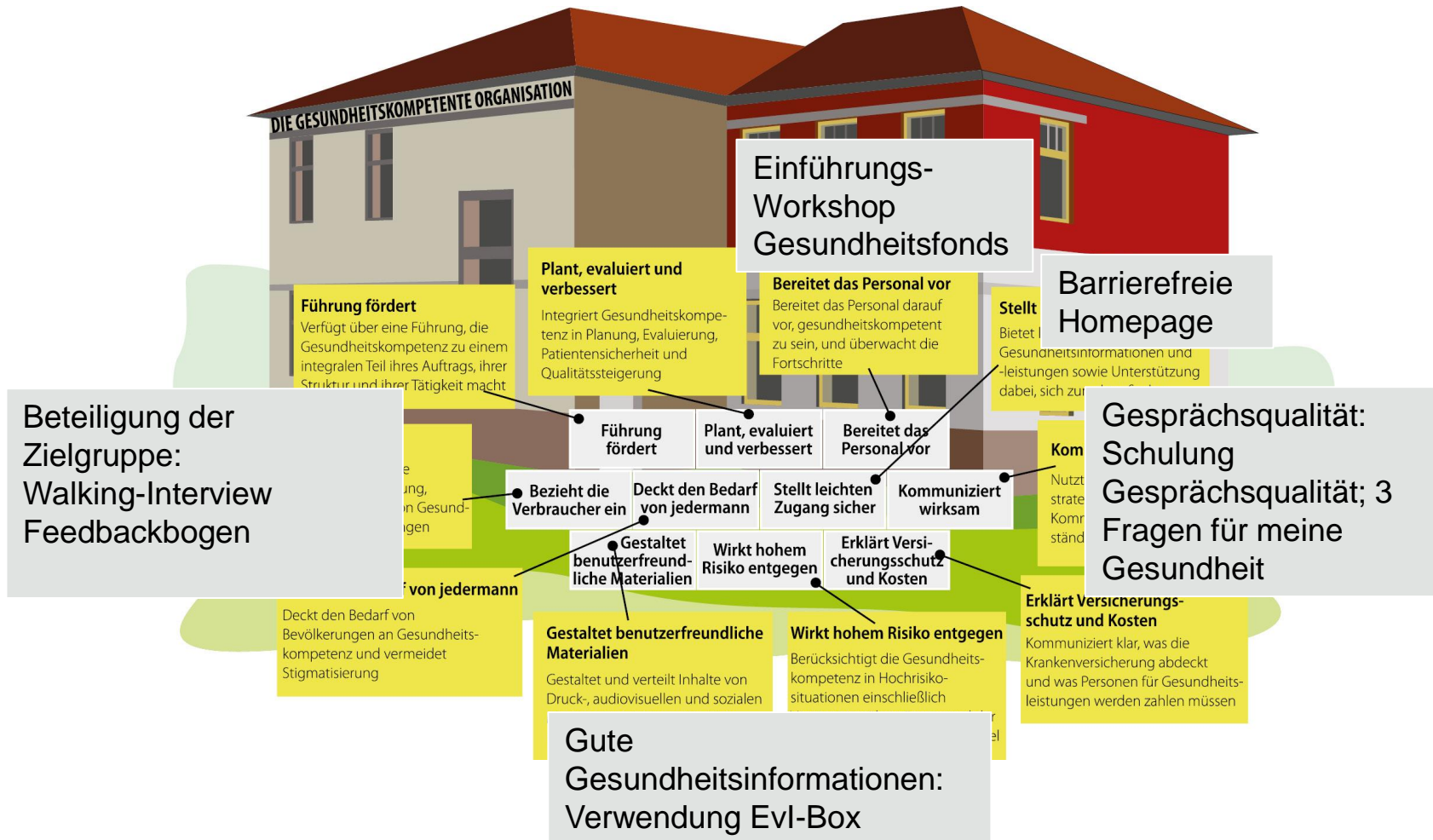
- » Verschreibungen werden schlechter eingehalten
- » Ungenaue Diagnosen
- » Präventive Leistungen werden weniger in Anspruch genommen
- » Weniger wirksame Behandlungsentscheidungen
- » Höheres Risiko einer Krankhauseinweisung
- » Schlechteres Gesamtergebnis

→ Gesundheitskompetenz führt zu mehr Qualität in der Arztpraxis!

Gesundheitskompetente Organisation

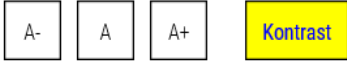


Gesundheitskompetente Organisation – Beispiele



Barrierefreie Homepage

Factsheet zum
Mitnehmen liegt
bereit

- » Werden Sie sich bewusst wer Ihre Website nützen soll?
- » Gestalten Sie Inhalte für unterschiedliche Zielgruppen leicht verständlich und zugänglich! 
- » Gestalten Sie (Sub-)Seiten übersichtlich. Bereits auf der Startseite muss klar ersichtlich sein, welche Informationen auf Ihrer Internetseite bereitgestellt werden.
- » Strukturieren Sie die Seite logisch und erleichtern Sie die Navigation!
- » Aktivieren Sie Nutzerinnen und Nutzer durch interaktive Inhalte!
- » Evaluieren und überarbeiten Sie die Seite regelmäßig und binden Sie (potenzielle) Nutzerinnen und Nutzer ein.



Gesprächsqualität

- » Zertifiziertes Kommunikationstraining in Gesundheitseinrichtungen nach ÖPGK–tEACH–Standard

- » 3 Fragen für meine Gesundheit
 - ✓ Was habe ich?
 - ✓ Was kann ich tun?
 - ✓ Warum soll ich das tun?



WAS HAT DER ARZT GEMEINT?

GESUND INFORMIERT, BEWUSST ENTSCHIEDEN.

Tipps und Infos zum
ARZTGESPRÄCH:
• www.gesund-informiert.at



Gute Gesundheitsinformation

Infoblatt zum
Mitnehmen liegt
bereit

» Bsp. Verwendung Evi-Box: Anmeldung zum Workshop unter: www.evi.at



Gute Gesundheitsinformation

Factsheet zum
Mitnehmen liegt
bereit

Gute Websites:

Helfen Sie Ihren Patientinnen und Patienten Gute Gesundheitsinformationen zu finden:

- Welche Kriterien sollten beachtet werden?
- Welche Websites sind empfehlenswert?



Beteiligung der Zielgruppe

- » Bsp. Walking-Interview
- » Bsp. Feedbackbogen
- » Bsp. Kurse Meine Gesundheit – Meine Entscheidung

- » Hilfreiches Dokument: Methodenbox S.93–104 (Hauptverband)
[http://www.hauptverband.at/cdscontent/load?contentid=10008.644606
&version=1505478385](http://www.hauptverband.at/cdscontent/load?contentid=10008.644606&version=1505478385)



Beteiligung der Zielgruppe

Factsheet zum
Mitnehmen liegt
bereit

Walking-Interview:

- » gibt Aufschluss über die Orientierung
- » Dialog/Interview während einer Begehung
- » 2 Beteiligte: Durchführende Person und Person aus der Zielgruppe
- » Unterschiedliche Aspekte: Eingangsbereich/ein bestimmtes Ziel finden/Hinweisschilder und Leitsysteme beurteilen

Beteiligung der Zielgruppe

Factsheet zum
Mitnehmen liegt
bereit

Feedbackbogen:

- » Ergänzen Sie Befragungsinstrumente mit Fragen zur Gesundheitskompetenz wie z.B.
 - ♦ Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Praxis haben mich dazu ermutigt, alle Fragen und Sorgen anzusprechen, die meine Gesundheit betreffen.
 - ♦ Die Informationen und Anleitungen der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Praxis waren für mich einfach zu verstehen.

Trifft zu <input type="checkbox"/>	Trifft eher zu <input type="checkbox"/>	Trifft eher nicht zu <input type="checkbox"/>	Trifft nicht zu <input type="checkbox"/>
--	---	---	--

Beteiligung der Zielgruppe

Infoblatt zum
Mitnehmen liegt
bereit

Meine Gesundheit – Meine Entscheidung:

- » 3-teiliges geschlechterspezifisches Gesundheitskompetenz-Training für Frauen und/oder Männer 60+
- » Themen:
 - » Meine Gesundheit – Einflüsse, Chancen & Risiken
 - » Gespräch mit der Ärztin, mit dem Arzt
 - » Gut informiert entscheiden
- » 3 Termine á 2 Stunden; 12–20 TeilnehmerInnen

Kontakt:

Peter Holler, BEd, BSc, MA

peter.holler@ifgp.at

+43 (0) 50 23 50 37934

Einführungs-Workshop

- » Schulung der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in der Arztpraxis über den Gesundheitsfonds Stmk

Inhalte:

- » Was ist Gesundheitskompetenz?
- » Was ist eine Gesundheitskompetente Organisation?
- » Wie kann die Gesundheitskompetenz der Bevölkerung gestärkt werden?

Kontakt:

Anne Rauch

Anne.rauch@stmk.gv.at oder
(0316) 877 5598

Kristina Walter

Kristina.walter@stmk.gv.at oder
(0316) 877 5416

Weiterführende Literatur

- www.gesund-informiert.at (Kampagne Gesund informiert)
- www.evi.at (Evl)
- <https://oepgk.at/wp-content/uploads/2019/01/selbsteinschaetzungsinstrument-fuer-gesundheitskompetenz-in-gesundheitseinrichtungen.pdf>
(Selbsteinschätzungsinstrument für Gesundheitskompetenz in Gesundheitseinrichtungen)
- <http://www.hauptverband.at/cdscontent/load?contentid=10008.644606&version=1505478385> (Methodenbox)

Wo liegt der praktische Bedarf aus Ihrer Sicht?

Für welche Maßnahmen wünschen Sie sich Unterstützung?