

Virtuelles Gesundheitscoaching www.hausmed.de

Unterstützt Hausärzte bei der Prävention

BAD ORB – Patienten mehr Bewegung, gesünderes Essen oder den Abschied vom Glimmstängel zu verordnen, dafür gibt es kein Rezept. Und für die Motivation bleibt kaum Zeit im hausärztlichen Alltag. Um Hausärzte bei dieser Aufgabe zu unterstützen und Patienten bei ihren guten Vorsätzen zu begleiten, wurde www.hausmed.de ins Leben gerufen.

Unter www.hausmed.de, das auf Initiative des Deutschen Hausärzterverbandes vor gut einem Jahr aktiviert wurde, finden Interessierte Module wie „Leichter leben“, Raucherentwöhnung und Stressreduzierung. Neu hinzugekommen sind Programme für Diabetes, Bluthochdruck und Depression. Alle Programme sind auf zwölf Wochen angelegt und sollen Patienten helfen, ihr Leben positiv umzugestalten, abzunehmen, gesünder zu essen, sich mehr zu bewegen, mit dem Rauchen aufzuhören usw.

Leicht verdauliche Tipps für Patienten

Die Programme wurden für die Belange der hausärztlichen Praxis entwickelt und sind für den Arzt kostenlos. Die meisten Module zielen darauf ab, dass der Hausarzt seine Patienten bei den Programmen „begleitet“. Der Patient holt sich über das Programm bei HausMed Woche für Woche Tipps ab und kann seine gefühlten Erfolge eintragen. Zudem hat er jede Woche neue, einfache Aufgaben zu erledigen, die ihm die Lebensumstellung erleichtern sollen. Dazu ein Beispiel: In einer Woche geht es im Abnehmprogramm „Leichter leben“ um das Thema „Trinken“. Zunächst gibt es leicht verdauliche Informationen und fünf Tipps – drei davon sollen im Alltag umgesetzt werden. So heißt beispielsweise eine Aufgabe: Stelle drei Gläser Wasser auf den Tisch, die bis zum Abend ausgetrunken sein sollen. Hat der Patient seine Aufgabe für die Woche erledigt, darf er ein grünes Häkchen machen.

Arzt erhält einen persönlichen Code

Um überhaupt in das Programm zu kommen, ist der Hausarzt der erste Ansprechpartner. Und das geht vereinfacht folgendermaßen: Der Arzt macht z. B. übergewichtige Patienten in die Praxis auf das Programm im Internet aufmerksam. Zuvor hat er sich bei www.hausmed.de registriert bzw. einen Vordruck ausgefüllt und an HausMed gefaxt. HausMed gibt dieses Fax an den Hausärzterverband weiter, der dem Arzt einen Benutzernamen und ein Passwort jeweils separat per Post zuschickt. Damit verfügt der Arzt über einen Code, den er dem jeweiligen Patienten bei Interesse für ein Programm mitgeben kann. Zudem versorgt HausMed den Arzt mit einem

ebenfalls kostenlosen Starterpaket (Flyer, Plakate, Aufsteller etc.), um Informationen ausgeben zu können. Die medizinischen Fachangestellten erhalten ein 15-seitiges Handbuch, in der die Abläufe schnell nachzulesen sind.

Team ruft Patienten drei Mal in zwölf Wochen an

Interessiert sich der Patient nach dem Hausarztbesuch für ein Programm, kann er sich mit dem Code des Arztes für dieses registrieren. Manche Programme können ohne Begleitung des Arztes absolviert werden, die meisten aber nur mit. Der Patient bezahlt das Modul aus eigener Tasche. Das Modul „Leichter leben“ z.B. kostet ohne Begleitung des Arztes 49 Euro, mit Begleitung 79 Euro, ebenso das Raucherentwöhnungsprogramm. Die Programme Diabetes, Hochdruck, Depression können nur mit Begleitung des Hausarztes gebucht werden und kosten zwischen 99 und 129 Euro.

Der Arzt erhält nach der Anmeldung des Patienten eine Benachrichtigung per E-Mail. Die Aufgabe der Arztpraxis ist dann, drei Mal in den zwölf Wochen bei dem Patienten anzurufen und ihn zu loben oder nachzufragen, wo es hakt. Diese Anrufe, so TONY MEYER, Ärzteberater bei HausMed auf der Practica, können die MFA erledigen.

Für den Aufwand erhält die Praxis eine Pauschale – bei „Leichter leben“ von rund 25 Euro. Bei Depression ist es etwa doppelt so viel. Weiterhin erhält der Arzt regelmäßig eine Übersicht, ob der Patient seine Aufgaben erfüllt hat, ob er sich besser oder schlechter fühlt und ob er noch motiviert ist. Am Ende einer Woche schätzt der Patient nämlich anhand einer Skala von 1 bis 10 sein Befinden und seine Motivation ein.

Module auch für ältere Herrschaften geeignet

Die Module sind einfach gehalten und auch für ältere Herrschaften geeignet. Aber natürlich ist es wichtig, dass der Hausarzt abschätzt, ob ein Patient überhaupt dafür infrage kommt oder nicht. Für über 70-Jäh-



Foto: A. Thomas

Praxen werden von HausMed mit kostenlosen Flyern ausgestattet.

rige ist das Internet oft keine Option. Die Programme sind evidenzbasiert und leitliniengerecht und wurden zusammen mit dem Deutschen Hausärzterverband entwickelt. Weitere Programme sind in Planung: Rücken, Burn-out und Schlaf. Noch steckt HausMed in den Anfängen:

Bisher haben sich gut 400 Ärzte registriert, bis Ende des Jahres sollen es 500 werden. Etwa 1200 Personen haben bislang an Programmen teilgenommen – viele als Testpatienten, um zu sehen, wie das Ganze ankommt und wo Verbesserungspotenziale stecken.

Viele Krankenkassen übernehmen die Kosten

Auch Krankenkassen sind an den Programmen interessiert. Viele BKKen und IKKs übernehmen z.B. die Kosten für ihre Versicherten, wenn diese bestimmte Programme absolviert haben. Und auch wenn 25 Euro Aufwandsentschädigung für die Praxis nicht nach viel klingt: Hat das Team hier Routine entwickelt, dürfte der Aufwand – drei Anrufe in zwölf Wochen – überschaubar und wirtschaftlich interessant sein. Zudem bedeuten die Programme Service für die Patienten, die damit hoffentlich zu einer gesünderen Lebensweise angespornt werden. Dafür fehlt Ärzten und Praxisteams in der Regel doch die Zeit. *Anke Thomas*

Nur mit dem tetravalenten Impfstoff GARDASIL® gegen die HPV-Typen 6, 11, 16 und 18 impfen

GARDASIL® – zur Prävention von

- Gebärmutterhalskrebs
- präkanzerösen Läsionen der Zervix (CIN 2/3)
- präkanzerösen Läsionen der Vulva (VIN 2/3)
- präkanzerösen Läsionen der Vagina (VaIN 2/3)

verursacht durch die HPV-Typen 16 und 18'

- Genitalwarzen

verursacht durch die HPV-Typen 6 und 11'

¹ Fachinformation GARDASIL® 08/11
GARDASIL® Wirkstoff: Humaner Papillomvirus-Impfstoff [Typen 6, 11, 16, 18] (rekombinant, adsorbiert) Verschreibungspflichtig **Zusammensetzung:** 1 Dosis (0,5 ml) enthält ca.: 20 µg HPV-Typ 6 L1-Protein, 40 µg HPV-Typ 11 L1-Protein, 40 µg HPV-Typ 16 L1-Protein, 20 µg HPV-Typ 18 L1-Protein, adsorbiert an amorphes Aluminiumhydroxyphosphatsulfat-Adjuvans (225 µg Al); HPV = Humanes Papillomvirus; L1-Proteine in Form von virusähnlichen Partikeln, hergestellt in Hefezellen (*Saccharomyces cerevisiae* CANAD 3C-5 (Stamm 1895)) mittels rekombinanter DNA-Technologie; sonstige Bestandteile: Natriumchlorid, L-Histidin, Polysorbit 80, Natriumborborat, Wasser für Injektionszwecke. **Anwendungsgebiete:** GARDASIL® ist ein Impfstoff zur Anwendung ab einem Alter von 9 Jahren zur Prävention von Vorstufen maligner Läsionen im Genitalbereich (Zervix, Vulva und Vagina) und Zervixkarzinomen, die durch bestimmte onkogene Typen des humanen Papillomvirus (HPV) verursacht werden, und Genitalwarzen (Condylomata acuminata), die durch spezifische HPV-Typen verursacht werden. **Gegenanzeigen:** Überempfindlichkeit gegen die Wirkstoffe oder gegen einen der sonstigen Bestandteile, Überempfindlichkeitsreaktion auf eine frühere Gabe einer Dosis GARDASIL®; akute, schwere, fieberhafte Erkrankung. **Nebenwirkungen:** Daten aus klinischen Studien: Sehr häufig: Schmerzen, Schwellung, Erythem an der Einstichstelle, Fieber, Kopfschmerzen; häufig: Übelkeit, Hautrötung, Pruritus an der Einstichstelle, Schmerzen in der Extremität; selten: Urtikaria; sehr selten: Bronchospasmus. Zusätzliche Daten aus der Post-Marketing-Beobachtung: Idiopathische thrombozytopenische Purpura, Lymphadenopathie, Überempfindlichkeitsreaktionen einschließlich anaphylaktische/anaphylaktoide Reaktionen, Guillain-Barré-Syndrom, Schwindel, Synkopen, manchmal begleitet von tonisch-klonischen Bewegungen, Erbrechen, Arthralgien, Myalgien, Abgeschlagenheit, Schüttelfrost, Müdigkeit, Unwohlsein. Weitere Einzelheiten enthält die Fachinformation, deren aufmerksamere Durchsicht wir empfehlen. Sanofi Pasteur MSD GmbH, Paul-Ehrlich-Str. 1, 69181 Leimen Stand: 08/2011 IM 52/00000-13

Termine MEDICA 2011

Freitag, 18.11.2011
 14:30–17:30 Uhr
 Praxisabgabe und ärztliche Niederlassung unter Gesundheitsreformbedingungen
 Prof. h.c. (BG) Dr. K. Goder, Münster
 CCD Süd, Raum 5

Samstag, 19.11.2011
 10:00–13:00 Uhr
 Notfallmedizinisches Praxismanagement für Ärzte und Praxispersonal
 Dr. M. Iberer, Bruckmühl
 CCD Süd, Raum 3

10:00–13:00 Uhr
 Varianten der Kooperationsformen: Kassenarztrechtliche und betriebswirtschaftliche Aspekte
 M. Graf, Stuttgart
 B. Bedei, Stuttgart
 CCD Süd, Raum 7a

10:00–17:30 Uhr
 Ärztin 2020 – Perspektiven für die Ärztinnen von morgen
 Dr. R. Rapp-Engels, Berlin
 Dr. K. Borchers, Berlin
 CCD Süd, Raum 8

10:00–13:00 Uhr
 Praxismanagement
 W. M. Lamers, Billerbeck
 CCD Pavillon, Raum 16

10:00–13:00 Uhr
 Arzthelferinnen-Forum: Kommunikationstraining – zufriedene Patienten, zufriedenes Praxisteam
 J. Mosig-Frey, Flörsheim
 CCD Pavillon, Raum 19