

Bewegungsförderung über die hausärztliche Praxis

Einladung zur Zusammenarbeit an Kollegium Hausarztmedizin

Dr. med. Brian Martin, MPH
Gesundheitsförderung, Sportwissenschaftliches Institut,
Bundesamt für Sport Magglingen

Zusammenfassung

Der Bewegungsmangel hat auch in der Schweiz ein besorgniserregendes Ausmass. Als ein Mittel zu dessen Bekämpfung wird die Bewegungsförderung über die ärztliche Grundversorgerpraxis im Sinne der Primärprävention seit etwas mehr als zehn Jahren international wissenschaftlich untersucht. Auch in der Schweiz sind bereits drei verschiedene Ansätze zur Bewegungsförderung über die medizinische Grundversorgung entwickelt worden: „Vom Rat zur Tat“, das Unterprojekt Bewegung von SO!PRA (Solothurn Prävention im Alter) und „Leben in Bewegung“. Diese Projekte wurden in Zusammenarbeit mit medizinischen Grundversorgern entwickelt, ihre Akzeptanz war generell gut. In einer randomisiert kontrollierten Studie wurde das grosse Potential der Bewegungsförderung über die Arztpraxis auch für die Schweiz aufgezeigt. Trotzdem hat keiner dieser Ansätze bisher eine grössere Verbreitung in der Praxis gefunden.

Deshalb hat sich auch in der Schweiz der Schwerpunkt auf die Entwicklung von Ansätzen zur breiten Umsetzung und auf den Transfer von der Wissenschaft zur Praxis verschoben. Eine ganze Reihe von Entwicklungsprojekten sind zur Zeit im Gang, wobei drei Ziele im Vordergrund stehen:

- Die Erforschung und Integration der Bedürfnisse und Einstellungen der medizinischen Grundversorger in praxistaugliche Modelle.
- Die Entwicklung von Kommunikationsmaterial, das professionellen Ansprüchen gerecht wird.
- Die Entwicklung eines Curriculums für professionelle Bewegungsfachberaterinnen.

Für die Zukunft bieten sich vor allem drei Herausforderungen:

- Entwicklung eines konsistenten und gut kommunizierbaren Ansatzes, der sich in ihre übrigen Ansätze zur Prävention und Gesundheitsförderung einfügt.
- Suche nach weiteren Finanzierungs- und Umsetzungspartnern für die Produktion und Distribution der Kommunikationsmaterialien sowie für die weitere Verbreitung des Ansatzes.
- Klärung von Finanzierungsfragen (finanzielle Abgeltung der Beratungselemente) und Anerkennungsfragen Weiter- und Fortbildung.

Das Kollegium Hausarztmedizin wird eingeladen zu prüfen, wie weit die bereits bestehenden Ansätze zur Bewegungsförderung über die ärztliche Praxis in das in Entwicklung bestehende Präventionskonzept integriert werden können. Gefragt ist nicht primär ein finanzielles Engagement des Kollegiums, sondern ein ideelles und ein personelles. Die Rollen der verschiedenen beteiligten Partner sollen im Detail abgeklärt werden.
