

Bewegungsförderung in der Arztpraxis



Projekt update: Ende November 2006
Erste vorläufige Resultate: Austestung der Materialien in der Romandie 2006

Hintergrund

Ende Dezember 2004 wurde mit dem Kollegium für Hausarztmedizin beschlossen, im Rahmen des Präventivkonzepts des Kollegiums das Teilprojekt *Bewegungsförderung in der Arztpraxis* weiter zu entwickeln. Die bereits zur Verfügung stehenden Materialien können auf folgender Webseite besichtig werden: www.hepa.ch/gf/hepa/khm

Erste Vorstellung und Austestung der Materialien und Abläufe in der Romandie

Am 23. Februar 2006 wurden im Rahmen der Weiterbildung *Jeudi de la Vaudoise* der *Société Vaudoise de Médecine* die erarbeiteten Materialien für die Bewegungsberatung in der Arztpraxis vorgestellt. Das Echo war sehr erfreulich. Anbei eine Auswahl der Evaluationsergebnisse:

JEUDI DE LA VAUDOISE DU 23 FEVRIER 2006

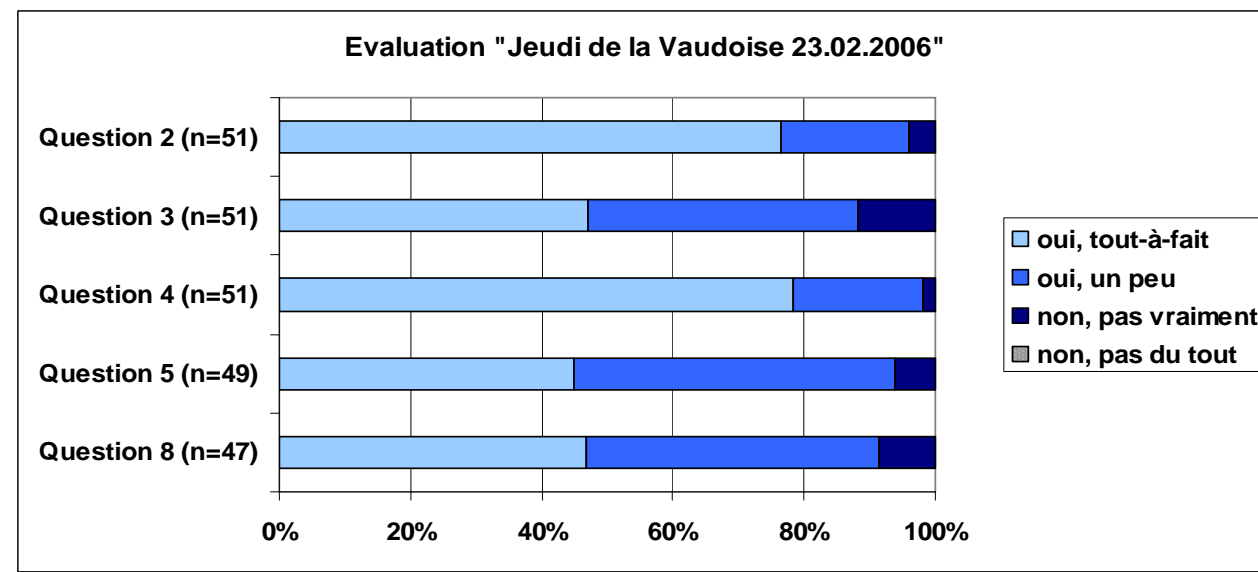
Promotion de l'activité physique au cabinet médical - Evaluation

Questions remis à tous les participants (n=185)

Nombre de questionnaires remplis et reçus: n= 52

Question:

- 2) Cette demi-journée de formation continue vous a-t-elle motivé à intégrer le conseil en activité physique de manière régulière dans votre pratique médicale ?
- 3) Avez-vous le sentiment que cette demi-journée de formation vous a donné des pistes pour intégrer le conseil en activité physique de manière régulière dans votre pratique médicale?
- 4) Avez-vous le sentiment que le concept global de promotion de l'activité physique qui vous a été présenté est pertinent (adresse-t-il un problème clinique important)?
- 5) Avez-vous le sentiment que le concept global de promotion de l'activité physique qui vous a été présenté est applicable dans votre pratique?
- 8) Il est prévu que ces brochures soient remises en main propre aux patients lors de la consultation. Pensez-vous qu'elles puissent vous être utiles pour encourager vos patients à être physiquement plus actifs?



Die vollständigen diesbezüglichen Resultate sowie die Handouts zur Weiterbildung sind unter www.hepa.ch/gf/hepa/khm/journee dokumentiert.

An dieser Weiterbildung haben sich erfreulicherweise insgesamt 19 Ärztinnen und Ärzte gemeldet, um die entwickelten Materialien (Ärztmanual und Patientenbroschüren) und den vorgeschlagenen Ablauf auf ihre Praxistauglichkeit hin zu testen. In der Romandie wurde diese Testphase im Frühling 2006 mit den ersten 6 Praxen gestartet. Seit Herbst läuft nun mit den restlichen 13 Ärztinnen / Ärzten eine zweite Testphase, welche voraussichtlich bis Ende 2006 dauern wird. Dafür werden zusätzlich spezifische Hilfsmittel (Bewegungsrezept, erweiterte Interpretationshilfe für den Fragebogen zur Erfassung des Bewegungsverhaltens sowie eine Liste mit lokalen Bewegungsangeboten) entwickelt und ausgetestet.

Im Folgenden sind diesbezüglich weiterführende Informationen sowie eine Auswahl der ersten vorläufigen Resultate dokumentiert.

TESTPHASE ROMANDIE

Globales Ziel

Untersuchung der Akzeptanz der erarbeiteten Materialien sowie der vorgeschlagenen Abläufe auf ihre Praxistauglichkeit.

Einführung

Teilnehmende Ärztinnen und Ärzte werden während 45 bis 60 Minuten (zusammen mit den Praxisassistentinnen) in ihrer Praxis – anhand eines *Leitfadens für die Praxis* - bezüglich Abläufen und Verwendung der Materialien instruiert.

Austestung der Materialien

Während 3 Wochen verwenden die Ärztinnen und Ärzte die zur Verfügung gestellten Materialien:

- ❖ Ärztemanual
- ❖ Broschüren für Patientinnen und Patienten
- ❖ Bewegungsrezept

Zusätzlich zur Verfügung gestellte Materialien:

- ❖ Fragebogen zur Erfassung des Bewegungsverhaltens
- ❖ Erweiterte Interpretationshilfe zum Bewegungsfragebogen
- ❖ Liste mit lokalen Bewegungsangeboten

Evaluation der Testphase in der Romandie

Wenige Tage nach Beenden der Testphase werden die Ärztinnen und Ärzte während ca. 45 Minuten zum Einsatz der Materialien und der Umsetzbarkeit in der Praxis befragt (telefonische Befragung anhand eines semi-strukturierten Interviews, auf Wunsch auch Praxisbesuch).

Die Feedback-Befragung soll primär Antworten auf die folgenden Kernfragen geben:

- Merkmale der teilnehmenden Ärztinnen und Ärzte
- War die Einführung in der Praxis adäquat?
- Waren die zur Verfügung gestellten Materialien* nützlich, unterstützend, erwünscht und notwendig für die Durchführung einer Kurzintervention Bewegungsförderung in der Arztpraxis? (*Ärzte-Manual; Patientenbroschüren; Bewegungsfragebogen; Erweiterte Interpretationshilfe zum Fragebogen; Bewegungsrezept; Liste mit lokalen Bewegungsangeboten; „Webseite“)
- Sind die vorgeschlagenen Abläufe wie im Schema des Manuals auf Seite 13 beschrieben praxistauglich (sinnvoll, durchführbar, relevant)?
- Welche Massnahmen sind nötig, um das erarbeitete Konzept für die Bewegungsförderung in der Arztpraxis in einem grösseren Rahmen einsetzen zu können?

Auswahl der ersten vorläufigen Resultate

(CAVE: Diese Resultate beziehen sich ausschliesslich auf die Feedbacks der ersten 6 Praxen)

Alle 6 Ärzte / Ärztinnen waren sehr am Projekt interessiert und äusserst motiviert, an der Testphase teilzunehmen.

Die Zusammenarbeit mit Herrn Fabio Peduzzi und Frau Alice Barthe von *les ligues de la santé & Allez- Hop*, Lausanne, ist sehr konstruktiv. Dies bestätigt die Wichtigkeit der Kooperation mit lokalen Partnern.

Anbei eine Auswahl der vorläufigen ersten Resultate:

Merkmale der ersten 6 teilnehmenden Ärzte / Ärztinnen

- 3 Frauen & 3 Männer (4 aus der Region Lausanne / 2 aus der Region Orbe)
- Ärzte / Ärztinnen für :

Allgemeinmedizin	3
Allgemeinmedizin & <i>Esthetique</i>	1
Internistische Medizin	1
Gastroenterologie	1
- Praxis Form:

Gemeinschaftspraxis	4
Einzelpraxis	2
- Berufserfahrung in eigener Praxis: 3.5 bis 10 Jahre

Allgemeine Bemerkungen

- Alle Ärzte / Ärztinnen haben bereits vor der Testphase Bewegungsberatungen durchgeführt, respektive die Patienten / Patientinnen auf ihr Bewegungsverhalten angesprochen.
- Durchgeführte Kurzinterventionen während den drei Wochen der Testphase:
Mehrheitlich zwischen 50 und 200 Beratungen
- Durchschnittliche Dauer der Einführung in der Praxis:
1 Stunde (25 Minuten bis 1 Std. 15 Minuten)
- Durchschnittlich benutzte Zeit pro Patient für eine Kurzintervention Bewegungsförderung:
10 Minuten (5 bis 30 Minuten)

Feedbacks zum Manual

- Alle Ärzte / Ärztinnen fanden das Manual gut, sehr komplett und voluminös.
- Die Mehrheit der Ärzte / Ärztinnen (5 von 6) bezeichneten das Manual als *nützlich*.
- Alle Ärzte / Ärztinnen würden jedoch mehr Zeit benötigen, um das Manual ausführlicher testen zu können.

Feedback zu den Patientenbroschüren

- Die Broschüren haben grossen Anklang gefunden.
- Die Aufmachung könnte jedoch noch etwas *lebhafter* ausfallen sowie eventuell dem Manual besser angepasst werden.

Feedback zur Liste mit den Lokalen Bewegungsangeboten

- Diese konkreten Listen waren zwar äusserst zeitaufwändig in der Erstellung – wurden jedoch sehr geschätzt und als äusserst hilfreich beschrieben.

Feedbacks zum Fragebogen

- Der Fragebogen wurde von allen als nützlicher *Pfeiler* für die Beratung bezeichnet.
- Für viele Patienten und Patientinnen war es jedoch schwierig, die Antworten zu den ersten beiden Hauptfragen (ins Schwitzen / ausser Atem kommen) zu differenzieren.
- Vielfältige Vorschläge zur Verbesserung (vor allem Umformulierungen und Integration der Erfassung der Alltagsaktivitäten) liegen vor.

Anhand der ersten Ergebnisse konnte die zweite Testphase in der Romandie angepasst werden (Einführung in der Praxis, Dauer der Testphase und Evaluation).

Alle weiteren erhaltenen Feedbacks sowie die Resultate der fortlaufenden Testphase werden mittels Gesamt-Evaluationsbericht im Frühling 07 kommuniziert.

Dank

Bei allen beteiligten Ärztinnen und Ärzten sowie bei deren Praxispersonal möchten wir uns von Herzen für das grosse Engagement bedanken. Ihre Rückmeldungen machen es uns möglich, das Projekt in eine erfolgreiche Richtung weiter zu entwickeln!

Ebenso einen herzlichen Dank an unsere Projektpartner Fabio Peduzzi und Alice Barthe (*les ligues de la santé* und *Allez-Hop*, Lausanne), welche wesentlich zum Gelingen dieser Projektphase beisteuern.

Weiteres Vorgehen

Die Austestung in der Deutschschweiz ist in der Planungsphase (Ziel: Auswertung bis Ende Jahr 2007).

Die Ergebnisse der Testphasen in der Romandie sowie in der Deutschschweiz werden als Grundlage zur breiteren Umsetzung des Konzeptes dienen. Die angepassten Materialien werden voraussichtlich im Jahr 2008 zur breiteren Streuung bereit sein.

Zurzeit wird der Bewegungsansatz weiterhin als selbständiges Projekt vorangetrieben, wobei es mit dem *Gesundheitscoaching*-Ansatz des Kollegiums für Hausarztmedizin kompatibel gehalten wird. Später wird die Bewegungsberatung ins Projekt *Gesundheitscoaching* integriert werden.

Für weitere Fragen stehen wir gerne zur Verfügung.

Magglingen, Ende November 2006

Für das Projekt-Team:

Rebekka Surbeck
Bewegung und Gesundheit
Eidgenössische Hochschule für Sport Magglingen
Bundesamt für Sport

rebekka.surbeck@baspo.admin.ch