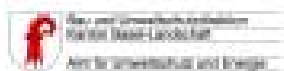


Meilensteinbericht 15. Dezember 2004 zu Händen der Projektträger

Der nachfolgende Bericht zeigt Aktivitäten, Resultate sowie den aktuellen Stand des Bewegungsförderungsprojekts „Gesund bewegt“ der Ärztinnen und Ärzte für Umweltschutz, Sektion beider Basel, auf.

1	Rekrutierung & Ausbildung	2
11	Rekrutierung	2
12	Ausbildung	3
2	Befragungen & Beratungen	4
21	Befragungszyklen	4
22	Beratungen	4
3	Evaluation	4
31	Erste Ergebnisse	4
32	Erfahrungen / Prozessevaluation	5
4	Kommunikation	6
5	Projektorganisation	7
51	Begleitgremium.....	7
52	Zeitplanung	7
53	Finanzierung	7



1 Rekrutierung & Ausbildung

11 Rekrutierung

Inzwischen haben sich 43 ÄrztInnen (davon 35 als Delegierende) und 17 PhysiotherapeutInnen für das Projekt „Gesund bewegt“ angemeldet. Diese erhöhte Anzahl TeilnehmerInnen ist darauf zurückzuführen, dass das Projekt bei PhysiotherapeutInnen erfreulicherweise auf grosses Interesse gestossen ist. Für die teilnehmenden PhysiotherapeutInnen mussten genügend zuweisende ÄrztInnen gefunden werden, damit eine gewisse Auslastung garantiert werden konnte. Inzwischen ist eine gute Verteilung zwischen zuweisenden ÄrztInnen und beratenden PhysiotherapeutInnen erreicht, sowohl zahlenmässig (zwei ÄrztInnen pro BeraterIn) als auch geographisch. Allerdings konnten noch nicht alle delegierenden ÄrztInnen ins Projekt eingeführt werden, d.h. sie konnten auch noch keine Patientenbefragungen durchführen.

Stand der ProjektteilnehmerInnen (7.12.2004):

	<i>Angemeldet</i>	<i>Bereits ausgebildet / eingeführt</i>	<i>Noch auszubilden / einzuführen</i>
<i>PhysiotherapeutInnen</i>	17	14	3
<i>Zuweisende ÄrztInnen</i>	35	24	11
<i>Beratende HausärztInnen</i>	8	6	2
Total	60	44	16

111 PhysiotherapeutInnen

- **Keine aktive Rekrutierung seit letztem Meilensteinbericht:** Da die angestrebte Anzahl teilnehmende PhysiotherapeutInnen erreicht wurde, es sich jedoch als recht schwierig und aufwändig erwiesen hat, genügend zuweisende ÄrztInnen für die BeraterInnen zu gewinnen, wurde insbesondere deren Rekrutierung intensiviert, während PhysiotherapeutInnen nicht mehr aktiv angesprochen wurden.
- **Neuanmeldungen/Abmeldungen:** Auch ohne aktive Rekrutierung kam es zu einigen Neuanmeldungen (Kontakt über teilnehmende ÄrztInnen und PhysiotherapeutInnen), aber auch zu einigen Ausstiegen aus dem Projekt (Gründe: Ausbildung ist zu aufwändig oder entspricht nicht den Bedürfnissen; keine Möglichkeit für die Ausbildung am Computer).

112 Zuweisende ÄrztInnen

Um die Auslastung der teilnehmenden PhysiotherapeutInnen zu verbessern, wurden die Anstrengungen erhöht, zusätzliche delegierende ÄrztInnen zu rekrutieren. Dies war umso wichtiger, als die Anzahl Beratungsgespräche etwas geringer ausfiel als erwartet. Folgende Strategien wurden verfolgt:

- **Mailing:** Die von den teilnehmenden PhysiotherapeutInnen empfohlenen ÄrztInnen, mit denen sie selbst bereits zusammenarbeiteten, wurden angeschrieben und eingeladen, am Projekt teilzunehmen. So wurden ca. 70 Briefe mit Informationsmaterial verschickt. Zusätzlich wurde bei allen ÄrztInnen telefonisch nachgefragt, ob Sie an einer Teilnahme interessiert sind. Aufgrund dieses Mailings haben sich 12 ÄrztInnen neu für das Projekt angemeldet.
- **Persönliche Kontakte:** Am erfolgreichsten hat sich die Rekrutierung über persönliche Kontakte des Begleitgremiums erwiesen (von ÄrztIn zu ÄrztIn).

12 Ausbildung

121 Projekteinführungen

- **Einführungsveranstaltungen:** Insgesamt wurden drei Projekteinführungen durchgeführt; am 15. April 2004 (14 TeilnehmerInnen), am 10. Juni 2004 (11 TeilnehmerInnen) sowie am 18. August 2004 (6 TeilnehmerInnen). Die Einführungen wurden für ÄrztInnen und PhysiotherapeutInnen gemeinsam durchgeführt; sie fanden jeweils abends statt und dauerten zwei Stunden.
- **Individuelle Einführungen:** Zusätzlich zu den Einführungsveranstaltungen in Basel wurden persönliche Einführungen für einzelne ÄrztInnen oder in kleinen Gruppen durch Dr. med. Max Handschin und Prof. Dr. Charlotte Braun durchgeführt, die jeweils in der Arztpraxis eines Teilnehmers statt fanden. Diese Einführungen wurden von den ÄrztInnen sehr geschätzt, insbesondere aufgrund der individuellen Terminabsprache und des geringeren Zeitaufwandes. Solche persönlichen Einführungen haben zudem den Vorteil, dass die Informationen gezielter und konzentrierter vermittelt werden können (zugeschnitten auf delegierende ÄrztInnen). Auch konnten sich die ÄrztInnen mit dem im Voraus zugestellten und an ihre Bedürfnisse angepassten Dossier individuell vorbereiten. Schliesslich können auch die Praxisassistentinnen mit einbezogen werden (bisherige Erfahrungen haben gezeigt, dass einige ÄrztInnen ihre MPAs nicht angemessen einführen, was sich unmittelbar auf die Realisierbarkeit und Qualität der Patientenbefragungen auswirkt). Aufgrund der positiven Erfahrungen mit persönlichen Einführungen werden alle noch nicht eingeführten ÄrztInnen individuell durch Dr. med. Max Handschin, Prof. Dr. Charlotte Braun oder Dr. med. Michael Nüscherer eingeführt werden.
- **Einführungsdossiers:** Den noch nicht eingeführten PhysiotherapeutInnen wurde das Einführungsdossier übergeben, mit dem sie sich selbständig über den Hintergrund, den Ablauf und die Ziele des Projekts informieren konnten. Die für die PhysiotherapeutInnen zentralen Inhalte über die Beratungstätigkeit im Rahmen von „Gesund bewegt“ wurden in den Ausbildungsworkshops vermittelt.

122 Ausbildung der BewegungsberaterInnen

- **Beratende ÄrztInnen:** Um die Hürde für eine Projektteilnahme möglichst tief zu halten, ist für ÄrztInnen, die im Rahmen des Projekts „Gesund bewegt“ Beratungen durchführen möchten, die Teilnahme am Ausbildungsworkshop fakultativ. Bedingung für die Beratungstätigkeit ist, dass sie das Ausbildungstool RatZurTat absolvieren und den Selbsttest bestehen. Es wird jedoch allen ÄrztInnen empfohlen, die Ausbildung vollständig zu durchlaufen. 6 der 8 als BeraterInnen teilnehmenden ÄrztInnen haben den Workshop freiwillig absolviert und sich zertifizieren lassen. Der Workshop wurde von allen ÄrztInnen positiv beurteilt.
- **Ausbildungsworkshops:** Nachdem am 29. April der erste Ausbildungsworkshop für BewegungsberaterInnen erfolgreich durchgeführt werden konnte, mussten die für den 17. Juni und den 19. August geplanten Workshops aufgrund mangelnder Teilnehmerzahlen abgesagt werden. Gründe dafür waren Termenschwierigkeiten sowie Absagen von TeilnehmerInnen. Aufgrund dieser Erfahrungen wurde der Termin vom folgenden Workshop in persönlicher Absprache mit allen TeilnehmerInnen festgesetzt. Zudem kam das Bundesamt für Sport den besonderen Bedingungen von „Gesund bewegt“ insofern entgegen, als die Mindestteilnehmerzahl auf 6 gesenkt wurde. Der 2. Baspo-Ausbildungsworkshop konnte schliesslich am 21. Oktober 2004 mit 4 Physiotherapeutinnen und 3 Ärzten durchgeführt werden. Alle TeilnehmerInnen haben den Kurs erfolgreich mit dem Baspo-Zertifikat für BewegungsberaterInnen abgeschlossen. Am Workshop vom 24. September 2004 in Magglingen nahmen zwei TeilnehmerInnen von „Gesund bewegt“ teil und erhielten das Zertifikat. Die drei noch nicht ausgebildeten PhysiotherapeutInnen werden nach Möglichkeit an einem Workshop in Magglingen teilnehmen.

2 Befragungen & Beratungen

21 Befragungszyklen

- **Durchgeführte Befragungszyklen:** Bisher wurden während der Pilot-Befragung und vier Befragungszyklen insgesamt 2089 Fragebogen ausgefüllt.
Pilot-Befragungen zwischen 26. Januar und 7. Februar 2004 durch 4 HausärztInnen: 173 Fragebogen.
I. Zyklus zwischen 3. und 29. Mai 2004 durch 7 HausärztInnen: 481 Fragebogen
II. Zyklus zwischen 14. und 26. Juni 2004 durch 4 HausärztInnen: 90 Fragebogen.
III. Zyklus zwischen 16. August und 11. September 2004 durch 9 HausärztInnen: 380 Fragebogen.
IV. Zyklus zwischen 18. Oktober und 12. November 2004 durch 23 HausärztInnen: 965 Fragebogen.
- **Terminabsprache:** Es hat sich gezeigt, dass es notwendig ist, mit jeder Praxis den Termin für die zwei Befragungswochen individuell abzuklären und festzulegen, um den spezifischen und veränderlichen Bedingungen einer Praxis (z.B. temporärer Personalmangel, arbeitsintensive Wochen vor und nach Ferien) entgegenzukommen.

22 Beratungen

- **Durchgeführte Beratungen:** Bisher konnten insgesamt 21 Bewegungsberatungen durchgeführt werden, davon 16 Erst- und 6 Zweitberatungen. Diese relativ geringe Anzahl Beratungen ist auf die Verzögerungen der Befragungen durch die zeitintensive Rekrutierung von delegierenden ÄrztInnen zurückzuführen. Mit 23 befragenden ÄrztInnen konnten im IV. Zyklus Befragungen im angestrebten Umfang durchgeführt werden. Allein im letzten Zyklus wurden dementsprechend 42 Gutscheine für eine Bewegungsberatung angenommen. Aufgrund dieser Erfahrungen kann davon ausgegangen werden, dass die anvisierte Anzahl Befragungen und Beratungen erreicht werden kann.

3 Evaluation

- **Datenbank:** Eine Datenbank zur Erfassung, zur regelmässiger Auswertung bestimmter Fragestellungen sowie zur Abrechnung erbrachter Leistungen (Befragungen, Beratungen) ist aufgebaut. Die Daten (Praxiskontrollblätter, Fragebogen, Gutscheine/Beratungsdokumentationen) werden regelmässig erfasst.

31 Erste Ergebnisse

- **Ausgefüllte Fragebogen:** Bis Ende November wurden gemäss ausgewerteter Praxiskontrollblätter bei insgesamt 7243 Konsultationen 2039 Fragebogen ausgefüllt, was einem Anteil vom 28% entspricht. (Die Differenz von 50 zu den erfassten Fragebogen resultiert daraus, dass eine der Praxen während eines Befragungszyklus keine Praxiskontrollblätter zur Kontrolle der Gründe für das Nicht-Ausfüllen der Fragebogen verwendet hat.)
- **Nicht ausgefüllte Fragebogen:** Von den insgesamt 5204 Personen, die keinen Fragebogen ausfüllten, gehörten 49% nicht der altersmässigen Zielgruppe an. Weitere wichtige Gründe für das Nicht-Ausfüllen des Fragebogens waren: Fragebogen bereits ausgefüllt (15%), keine eigentliche Konsultation (11%) und nicht ausreichendes Deutsch des Patienten/der Patientin (10%). Eine relativ geringe Rolle spielten prozessbedingte Gründe: Zeitmangel oder Weigerung PatientIn (7%), Zeitmangel Arzt/MPA (6%) sowie Vergessen der Abgabe des Fragebogens (2%).
- **Aktive/Inaktive:** Von den 2089 erfassten Fragebogen wurden 1986 (95%) durch den Arzt/die Ärztin ausgewertet. Von diesen 1986 PatientInnen wurden 472 (24%) als inaktiv beurteilt. Der im Vergleich zur Schweizerischen Gesundheitsbefragung relativ geringe Anteil Inaktiver ist auf die unterschiedlichen Definitionen von Inaktivität zurückzuführen. Die bei der Gesundheitsbefragung angelegten Kriterien sind leicht strenger als diejenigen, die dem Fragebogen von „Gesund bewegt“

zugrunde liegen. Die Kriterien von „Gesund bewegt“ beruhen auf einer der möglichen Definitionen von Aktivität/Inaktivität, die vom Bundesamt für Sport anerkannt sind. Im Rahmen des Projekts „Gesund bewegt“ kann davon ausgegangen werden, dass die „wirklich“ Inaktiven erfasst werden können.

- **Risiken:** Obwohl die PatientInnen häufig eines oder mehrere Gesundheitsrisiken angeben, werden 431 von 472 beurteilten PatientInnen (91%) als unbedenklich eingestuft, d.h. sie können sich ohne ärztliche Kontrolle oder zusätzliche medizinische Abklärungen mehr bewegen. Dieses Resultat ist ein Hinweis darauf, dass die Ersterfassung durch den Arzt/die Ärztin sinnvoll ist, da das Risiko aufgrund der Kenntnisse der Krankengeschichte schnell beurteilt werden kann.
- **Handlung:** Von den 431 PatientInnen ohne Gesundheitsrisiko erhielten 344 (80%) das Angebot einer Broschüre (Broschürewoche) bzw. einer Broschüre und eines Gutscheins (Gutscheinwoche). Das Angebot einer Broschüre während der Broschürewochen haben 165 von 191 PatientInnen (86%) angenommen. Während der Gutscheinwochen wurde das Angebot einer Broschüre und eines Gutscheins von 83 von 140 PatientInnen (54%) angenommen, 34 (22%) haben nur die Broschüre, 16 (10%) nur den Gutschein angenommen; 31 (20%) haben das Angebot ganz abgelehnt.
- **Beratungen:** Von den 83 abgegebenen Gutscheinen wurden bisher 16 (19%) Erstberatungen eingelöst, 6 Personen (38%) lösten zudem den Gutschein für die Zweitberatung ein. Dabei ist zu berücksichtigen, dass von diesen 83 Gutscheinen 42 erst während des IV. Befragungszyklus zwischen dem 18. Oktober und dem 12. November an PatientInnen abgegeben wurden. Davon wurden bis Anfang Dezember 3 eingelöst.

311 Energetische Ziele und Wirkungen

Das Projekt „Gesund bewegt“ impliziert die Förderung des gesundheitsförderlichen Langsamverkehrs. Die Wirksamkeit des Interventionsmodells hinsichtlich des Ziels einer umweltfreundlicheren Mobilität durch Umsteigen auf Langsamverkehr ist eine zentrale Frage des Projekts. Die Rohdaten bezüglich der Mobilität von aktiven und inaktiven Personen belegen das Potenzial des Ansatzes des Projekts „Gesund bewegt“ – die Förderung der Bewegung im Alltag. Aussagen über die Wirksamkeit dieses Ansatzes können jedoch zu diesem Zeitpunkt noch nicht gemacht werden. Die dafür notwendigen Daten werden im Rahmen der schriftlichen Nachbefragungen (jeweils ein Jahr nach der ersten Befragung) und der telefonischen Nachbefragungen erhoben. Die ersten Daten dazu werden also im Januar/Februar 2005 vorliegen, wenn die in der Pilotstudie befragten PatientInnen nachbefragt werden. Die Auswertung der Wirksamkeit in Bezug auf das Mobilitätsverhalten wird dementsprechend ein zentraler Bestandteil des nächsten Meilensteinberichts sein.

32 Erfahrungen / Prozessevaluation

321 Telefonische Befragung

Zur Erfassung von Erfahrungen, Problemen und Hindernissen des Projekts werden Praxisassistentinnen, ÄrztInnen und BeraterInnen regelmässig telefonisch durch das Projektmanagement kontaktiert und befragt. Anfang 2005 sind zudem ausführliche Interviews mit den TeilnehmerInnen geplant.

322 Netzwerktreffen

Am 27. Oktober wurde das erste von insgesamt vier geplanten Netzwerktreffen durchgeführt. Ziel dieser Treffen ist der Erfahrungsaustausch der ProjektteilnehmerInnen. Von den 45 eingeladenen ProjektteilnehmerInnen haben sich 10 Personen angemeldet (1 delegierender Arzt, 2 beratende Ärzte, 7 PhysiotherapeutInnen). Aufgrund der geringen Anzahl TeilnehmerInnen stellt sich die Frage, ob auf Seiten der ÄrztInnen überhaupt der Bedarf nach Erfahrungsaustausch besteht oder ob die direkte Befragungen eine sinnvollere Strategie darstellt. Hingegen scheint bei den PhysiotherapeutInnen ein Bedürfnis nach einem solchen Treffen zu bestehen.

Grundlage für das Gespräch waren einerseits die ersten Resultate der Auswertung der gesammelten Daten und andererseits die Erfahrungen der TeilnehmerInnen. Im Folgenden werden die wichtigsten Resultate der Diskussion zusammengefasst:

- **Patientenbefragungen**

Motivation Inaktiver: Ist es notwendig, von ärztlicher Seite mit mehr Nachdruck auf das Thema hinzuweisen und keine Ausreden zuzulassen, wenn es um die Annahme des Gutscheins geht? → Im Rahmen vom Projekt „Gesund bewegt“ wird der Ansatz verfolgt, dass schon Motivierten ein Anstoss zur Veränderung gegeben wird. → Diese Diskussion um die wirkungsvolle Motivation inaktiver Personen verweist auf die Frage: Welche Art der Intervention bringt Inaktive dazu, sich mehr zu bewegen? „Gesund bewegt“ will den Effekt der Beratung im Vergleich zum einfachen Ansprechen testen. Die Frage, ob die Gutscheine, die der Grossteil der Personen annimmt, auch eingelöst werden, kann im Moment noch nicht beantwortet werden.

Ausfüllen und Auswerten des Fragebogens: Es wird das Problem geäußert, dass der Fragebogen für viele PatientInnen zu kompliziert ist, sodass der Arzt häufig zusätzliche Erklärungen liefern muss, was den Zeitaufwand erhöht. → Der Fragebogen muss nicht im Detail auf seine Richtigkeit und Vollständigkeit geprüft werden. Die entscheidenden Fragen müssen beantwortet sein, damit der Arzt (1.) die Aktivität beurteilen und (2.) das Risiko abklären kann. Nur bei auffälligen Widersprüchen oder Fehlern ist es notwendig, nachzufragen. → Der Fragebogen sollte von den PatientInnen möglichst spontan ausgefüllt werden (ohne Hilfestellung z.B. durch die Praxisassistentinnen).

- **Bewegungsberatungen**

Intervall zwischen Erst- und Zweitberatung: Das Intervall von zwei Monaten zwischen der Erst- und Zweitberatung ist nur eine Empfehlung. Das Ziel ist die zusätzliche Motivation der PatientInnen durch die Ausrichtung auf die Zweitberatung. Der zeitliche Abstand muss den Bedürfnissen angepasst werden, u.U. kann der Abstand von zwei Monaten zu kurz sein, um die Bewegungsziele umzusetzen.

Motivation in der Bewegungsberatung: Die ersten Erfahrungen zeigen, dass die Motivation der Inaktiven, sich mehr zu bewegen, sehr schwierig sein kann. Es gibt oft starke Widerstände gegen mehr Bewegung. → Im Rahmen von „Gesund bewegt“ werden Personen angesprochen, die sich oft überhaupt nicht bewegen und auch kein entsprechendes Bedürfnis haben. Möglicherweise kann das Ziel der Mindestanforderungen für gesundheitswirksame Bewegung nicht erfüllt werden, doch stellt jede zusätzliche Bewegung einen Schritt in die richtige Richtung dar.

- **Rekrutierung von Inaktiven durch PhysiotherapeutInnen**

Aufgrund der zeitaufwändigen Rekrutierung von delegierenden ÄrztInnen konnten bisher erst wenige PhysiotherapeutInnen Bewegungsberatungen durchführen. Neu können PhysiotherapeutInnen selbst einzelne PatientInnen für die Beratungen rekrutieren. Die BeraterInnen haben damit die Möglichkeit, die Beratungstätigkeit einzuüben, um die notwendige Routine zu entwickeln, unabhängig davon, ob in ihrer Nähe bereits ein delegierender Arzt Befragungen durchgeführt hat. Zudem wird damit sicher gestellt, dass sie für die Rezertifizierung als BewegungsberaterInnen notwendige Anzahl Beratungen durchführen können. Die so erhobenen Daten werden in der Auswertung gesondert behandelt (da es sich dabei um eine Selektion durch den Physiotherapeuten/die Physiotherapeutin handelt).

4 Kommunikation

Seit letztem Bericht konnte das Projekt „Gesund bewegt“ mit je einem Artikel einem medizinischen Fachpublikum sowie den PhysiotherapeutInnen der Region Basel präsentiert werden:

- Die Zeitschrift **Sozial- und Präventivmedizin** publizierte in der dem Thema Kommunikation zwischen Arzt und Patient gewidmeten Ausgabe Nr. 6 Vol. 49 unter der Rubrik „Standpunkt“ einen Artikel von Dr. med. Max Handschin über den Stand des Projekts „Gesund bewegt“ sowie insbesondere über die mögliche Rolle des Arztes als Gesundheitsberater.

- Im September 2004 veröffentlichte Dr. Max Handschin einen Artikel zum Stand des Projekts in der Zeitschrift **FISIO-INFO** (Verbandszeitschrift des Schweizer Physiotherapie Verbandes, Kantonalverbandes beider Basel, Nr. 35). Begleitet wurde der Artikel von einem Erfahrungsbericht von Michael Martig, der als Physiotherapeut und Bewegungsberater am Projekt teilnimmt.

5 Projektorganisation

51 Begleitgremium

Das Begleitgremium hatte im zweiten Halbjahr 2004 insbesondere in Bezug auf die aufwändige Rekrutierung der ÄrztInnen und die individuellen Projekteinführungen von delegierenden ÄrztInnen arbeitsaufwändige Aufgaben zu übernehmen. Mit dem Abschluss der Rekrutierungs- und Ausbildungsphase sollte das Begleitgremium entlastet werden können.

52 Zeitplanung

- **Verzögerung:** Die Umsetzungsphase des Projekts konnte mit einer minimalen Verspätung von einem Monat im Mai 2004 gestartet werden. Aufgrund der zeitaufwändigeren Rekrutierungs- und Ausbildungsphase konnte jedoch erst der IV. Befragungszyklus vom Oktober/November 2004 mit genügenden delegierenden ÄrztInnen durchgeführt werden. Die nächsten Schritte des Projekts – insbesondere die schriftliche und telefonische Nachbefragungen der PatientInnen – werden dadurch jedoch nicht verzögert.
- **Nächster Meilenstein** im Dezember 2005 zum Stand der Auswertung der Befragungen und Beratungen.

53 Finanzierung

Die Finanzierung des Projekts ist zu 75% gesichert. Zusätzliche Unterstützung hat „Gesund bewegt“ durch die Schweizerische Akademie der Medizinischen Wissenschaften erhalten. Die Suche nach finanziellen Mitteln Sicherstellung der Finanzierung des gesamten Projekts wird weiter vorangetrieben.

15. Dezember 2004, Meltem Kutlar Joss & Angela Hauser, ecos