

# "Dank persönlicher Beratung leben Menschen gesundheitsbewusster und länger selbständig"

Autor(en): **Pfister, Thomas**

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **Schauplatz Spitex : Zeitschrift der kantonalen Spitex Verbände Zürich, Aargau, Glarus, Graubünden, Luzern, Schaffhausen, St. Gallen, Thurgau**

Band (Jahr): - **(2006)**

Heft 3

PDF erstellt am: **12.07.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-822508>

## **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

## **Haftungsausschluss**

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

# Kanton Zug: Mit präventiven Hausbesuchen Pflegekosten sparen

**Vor drei Jahren startete die Gemeinde Walchwil mit Unterstützung der Gesundheitsdirektion des Kantons Zug das Projekt Gesund Altern in Walchwil (GAW). Es umfasst präventive Hausbesuche und Veranstaltungen zu Gesundheitsthemen. Kathrin Spring hat die Gesundheitsberaterin Rita Schmid bei einem Besuch begleitet.**

Ein kleiner Büroraum im Alterswohnheim Mütschi dient der Gesundheitsberaterin Rita Schmid als Stützpunkt für das Projekt Gesund Altern in Walchwil (GAW). Von hier aus macht sie die Hausbesuche bei den rund 160 Personen, die am Projekt teilnehmen, und hier empfängt sie auch jene, die es vorziehen, für diese Gespräche zu ihr ins Büro zu kommen. Rita Schmid, diplomierte

Pflegefachfrau, ist als Gesundheitsberaterin im Stundenlohn angestellt. «Hauptberuflich» leitet sie zusammen mit einer Kollegin die Spitex Walchwil. Die beiden Engagements ergänzen sich inhaltlich in idealer Weise, sind aber organisatorisch und finanziell vollständig getrennt.

Das Projekt Gesund Altern in Walchwil sieht für Menschen ab 65 Jahren drei präventive Hausbesuche vor. Zum ersten Besuch, der rund eine Stunde dauert, gehören gegenseitiges Vorstellen sowie Informationen über den Projektverlauf, den Datenschutz und das Berufsgheimnis. Besprochen werden anschliessend vor allem Wunschthemen der Teilnehmenden und Fragen, die sich aus dem persönlichen Gesundheitsbericht ergeben, den die Teilnehmenden aufgrund eines Fragebogens erhalten haben (siehe «Ablauf des Projektes», Seite 13). Wenn nötig werden Ziele vereinbart. Zum Beispiel: sich fünf Mal in der Woche eine halbe Stunde so körperlich bewegen, dass man ins Schraufen kommt.



Gesundheitsberaterin Rita Schmid (rechts) im Gespräch mit einer Teilnehmerin am Projekt «Gesund Altern in Walchwil».

Anlässlich des zweiten Besuches werden Themen vertieft und Erfahrungen mit Zielvereinbarungen besprochen. Bei diesem Besuch werden wenn nötig auch heikle Sachen wie Alkoholkonsum, Rauchen und Ernährung angesprochen. Wie empfindlich hier manche Menschen sind, bekommt Rita Schmid oft bereits bei der ersten Kontaktaufnahme zu hören. «Aber kommen Sie mir dann nicht mit dem Rat, ich solle weniger essen.» Beim dritten, kürzeren Besuch werden die behandelten Themen zusammengefasst, abschliessende Fragen beantwortet.

Geplant ist an diesem Freitag im April der dritte und letzte Besuch bei Fritz Streiff. Rita Schmid packt die nötigen Unterlagen ein und fährt mit dem kleinen Kastenwagen auf schmalen, kurvigen Strassen den Walchwil Berg hoch. Sie parkiert vor einem Chalet mit traumhafter Aussicht auf Zugeresse und Berge. Fritz Streiff führt freundlich ins Haus. Er ist offen, kommunikationsfreudig und seine 67 Jahre sind ihm nicht anzusehen. Er pflegt den Garten, ar-

beitet im Rebberg, hütet Grosskinder. Bis zur Pensionierung arbeitete er für BP (Schweiz) als Berater für die Tankstellen dieser Firma in der Zentralschweiz. Vor ein paar Tagen erst sind er und seine Frau von einer Reise nach Vietnam zurückgekehrt.

Was in aller Welt, fragt sich die Journalistin, soll dieser Hausbesuch? Sie wird rasch eines Besseren belehrt. Denn Fritz Streiff erklärt gleich zu Beginn sehr klar und bestimmt, warum er beim Projekt mitgemacht und sowohl die Hausbesuche der Pflegefachfrau wie auch die Veranstaltungen zu Gesundheitsthemen als sehr nützlich und lehrreich erlebt hat: «Es ist einfach wichtig zu wissen, was uns im Alter an Beschwerden möglicherweise erwartet und was wir zur Vorbeugung tun können. Und es braucht halt, gerade wenn es einem noch verhältnismässig gut geht, diese persönlichen Denkanstösse. Oder kennen Sie Leute, die ihre Gewohnheiten ohne einen direkten Auslöser ändern?»

Rita Schmid geht mit Fritz Streiff nochmals kurz jene Themen

**Weitere Projekte und Kosten**

Nach dem Projekt «Gesund Altern in Walchwil» wurde 2005 ein gleiches Projekt kantonsübergreifend in Risch (ZG) und Meierskappel (LU) gestartet. Geplant sind weitere Projekte in der Stadt Zug und in Cham. Finanziert werden die Projekte von den beteiligten Gemeinden und vom Kanton. Die Kosten für das Projekt Risch/Meierskappel betragen rund 120 000 Franken. Basis der Projekte in Zug/Luzern bildet das Modell «Präventive Hausbesuche bei älteren Menschen», das im Rahmen des Projektes EGER (Nationales Forschungsprogramm zur Thema Alter) entwickelt und im Kanton Bern erprobt wurde. Im Kanton Solothurn wurde das Modell im Rahmen des Projektes SOPRA (Solothurn Prävention im Alter) weiter entwickelt.

Fortsetzung Seite 14

## «Dank persönlicher Beratung leben Menschen gesundheitsbewusster und länger selbständig»

**Interview mit Thomas Pfister, Beauftragter für Gesundheitsförderung des Kantons Zug und Leiter/Berater der Projekte «Präventive Hausbesuche» in Walchwil und Risch/Meierskappel.**

Warum hat sich der Kanton Zug entschlossen, solche Projekte durchzuführen?

Ausschlaggebend war einerseits das revidierte Gesundheitsgesetz, das festlegt, dass sich der Kanton für gute Bedingungen einsetzt, die der Förderung der Gesundheit dienen. Andererseits zeigte uns die Gesundheitsbefragung aus

dem Jahr 2002 auf, wo Handlungsbedarf ist. Zum Beispiel bei der Tatsache, dass grosse Teile der Bevölkerung zu wenig Bewegung haben.

Welches sind die Zielgruppen für die beiden Projekte?

Die Projekte richten sich an Seniorinnen und Senioren ab 65 Jahren, die bei guter Gesundheit sind und im eigenen Haushalt leben. Eine weitere Bedingung ist, dass diese Menschen eine Hausärztin oder einen Hausarzt haben.

Warum diese Bedingung?

Weil es sehr wichtig ist, die Ärzteschaft in solche Projekte einzubeziehen. Das gute Zusammenspiel des Dreiecks «Senior/Seniorin – Gesundheitsberaterin – Hausarzt/



Projektleiter Thomas Pfister: «Gesundheitliche Risikofaktoren bei älteren Menschen frühzeitig zu erkennen, lohnt sich.»

Würden die Gesundheitsberaterinnen für die präventiven Hausbesuche speziell geschult?

Ja, sie erhielten im Rahmen des Projektes eine achtstägige Schulung. Für die beteiligten Ärztinnen und Ärzte fand – zusammen mit den Gesundheitsberaterinnen – eine Einführung in das Projekt statt.

Wie viele Personen wurden zur Teilnahme am Projekt in Walchwil eingeladen und wie viele haben sich entschlossen teilzunehmen?

Rund 340 Personen wurden zur Teilnahme eingeladen, davon meldeten sich 220 an. 160 Personen wünschten schliesslich präventive Hausbesuche.

Können Sie bereits etwas sagen zur Wirkung solcher Projekte?

Studien zeigen, dass Menschen, die in der Prävention persönlich beraten und unterstützt werden, gesundheitsbewusster und länger selbständig leben. Sie werden später oder nie pflegebedürftig. Gesundheitliche Risikofaktoren bei älteren Menschen frühzeitig zu erkennen, lohnt sich in jedem Fall. Das Paradebeispiel ist die Sturzprophylaxe: Kann ein einziger schwerer Sturz verhindert werden, haben sich die Kosten eines solchen Projektes in einer Gemeinde bereits gelohnt. Es geht aber nicht nur um die Vermeidung von Kosten, sondern auch um einen Beitrag zur Lebensqualität von älteren Menschen.

Gab es bei den Projekten im Kanton Zug auch Schwierigkeiten?

Trotz der positiven Ergebnisse früherer Projekte mussten die Politikerinnen und Politiker in den Gemeinden zuerst überzeugt werden, die nötigen Kredite zu sprechen. Eine andere Schwierigkeit war, «jüngere» Seniorinnen und Senioren zu erreichen, weil sie sehr mobil und oft abwesend sind. Gleichzeitig ist es aber wichtig, die Menschen möglichst früh in solche Projekte einzubeziehen. Das ursprüngliche Projekt im Kanton Bern richtete sich an 75-jährige und ältere Menschen. Doch man realisierte, dass es dann für eine wirksame Prävention oft schon zu spät ist. □

Mit der Beantwortung eines Kurzfragebogens, zugestellt vom Hausarzt oder von der Hausärztin, erklären sich die Seniorinnen und Senioren einverstanden, am Projekt teilzunehmen.

Anschliessend füllen sie einen ausführlichen Fragebogen zu ihrer Gesundheit aus.

Aufgrund der Antworten wird per Computer von einer spezialisierten Firma für jede Person ein umfangreicher, persönlicher Gesundheitsbericht erstellt.

Die Gesundheitsberaterin überbringt diesen Gesundheitsbericht den Teilnehmenden persönlich. Ein zusammenfassender

Bericht geht an den Hausarzt oder an die Hausärztin.

Beim Überbringen des Gesundheitsberichtes klärt die Gesundheitsberaterin nochmals ab, ob präventive Hausbesuche erwünscht sind.

Bei Zustimmung erfolgen im Abstand von ca. einem halben Jahr drei Hausbesuche durch die Gesundheitsberaterin (auf Wunsch auch nur ein oder zwei Besuche).

Etwas zwei bis drei Mal im Jahr werden die Teilnehmenden zu Veranstaltungen im Bereich Prävention und Gesundheit eingeladen. □

## Ablauf des Projektes