

Projekt «Gesundheitskompetenz dank selbsthilfefreundlicher Spitäler» Kurzbeschreibung

Worum geht es?

Was in Deutschland und Österreich bereits etabliert ist, wird seit 2017 auch in der Schweiz umgesetzt: die Kooperation von Selbsthilfezentren, Betroffenen- und Angehörigenselbsthilfegruppen sowie Spitälern und Kliniken zur Förderung selbsthilfefreundlicher Gesundheitsinstitutionen. Auf Augenhöhe erarbeiten und beschliessen die Kooperationspartner Massnahmen, die zu mehr Selbsthilfefreundlichkeit in der Gesundheitsinstitution führen sollen. Auf diese Weise werden im Rahmen der Kooperationen Patientinnen und Patienten sowie deren Angehörige gezielt auf die Möglichkeit, sich einer Selbsthilfegruppe anzuschliessen, aufmerksam gemacht. Die Selbsthilfeförderung, direkt in den Gesundheitsinstitutionen und nahe bei den Patientinnen und Patienten sowie deren Angehörigen, ermöglicht einen niederschweligen Zugang zu Selbsthilfegruppen und damit die maximale Entfaltung von deren Wirkung.

Seit 2017 arbeiten Selbsthilfe Schweiz und mehrere Selbsthilfezentren, darunter auch Selbsthilfe Zürich, an einem systematischen Aufbau von Kooperationen und stossen dabei auf reges Interesse der Gesundheitsinstitutionen. Nach der erfolgreichen Umsetzung eines nationalen Vorprojekts (2017-2020) wurde dieses ab 2020/2021 in ein kantonales respektive nationales Projekt mit entsprechender Finanzierung und wissenschaftlicher Begleitforschung überführt.

Nationale und kantonale Rahmenbedingungen

Im Kontext der Zunahme von chronischen Krankheiten, der weiten Verbreitung von Suchtproblemen und den stark steigenden Gesundheitskosten, nimmt der Bedarf nach neuen Versorgungsmodellen zu. Eine Massnahme im Rahmen der «Nationalen Strategie zur Prävention nichtübertragbarer Krankheiten 2017 - 2024» hat zum Ziel, das Selbstmanagement von chronisch kranken Personen und ihren Angehörigen zu stärken. Die gemeinschaftliche Selbsthilfe wurde dabei vom Bundesamt für Gesundheit in den Referenzrahmen zur Förderung des Selbstmanagements aufgenommen. Studien belegen, dass über 50% der Schweizer Bevölkerung über eine problematische bis unzureichende Gesundheitskompetenz verfügen. Es fehlt die Fähigkeit, im täglichen Leben Entscheidungen zu treffen, welche sich positiv auf die Gesundheit auswirken. Die gemeinschaftliche Selbsthilfe – der Austausch von Erfahrungswissen unter Gleichbetroffenen – trägt zu einer verbesserten Gesundheits- und Selbstmanagementkompetenz bei. Das aktuelle kantonalzürcherische Programm «Gesundheitskompetenz Zürich» will mit Praxisprojekten und Kampagnen die Gesundheitskompetenz der Zürcher Bevölkerung und der Gesundheitsversorger stärken. Gesundheitskompetente Institutionen und Fachpersonen unterstützen ihre Patientinnen und Patienten dabei, sich im Gesundheitssystem zu-rechtzufinden und sich zu informieren und stärken selbstbestimmtes Handeln. Das Projekt «Gesundheitskompetenz dank selbsthilfefreundlicher Spitäler» reiht sich in die Bestrebungen von Bund und Kanton ein, kann Gesundheitsinstitutionen beim Erreichen ihrer Ziele unterstützen sowie die Gesundheitskompetenz von Betroffenen stärken.

Nutzen für Patientinnen und Patienten sowie deren Angehörige

- Stärkung der Gesundheitskompetenz durch den Erfahrungsaustausch mit Gleichbetroffenen
- Aufarbeitung der psychosozialen Dimension einer Erkrankung in der Selbsthilfegruppe und damit Reduktion der krankheitsbedingten Belastungen
- Aufbau unterstützender sozialer Netzwerke
- Entlastung von Angehörigen, Minimierung der Risikofaktoren für eine eigene Erkrankung und somit Stärkung des privaten Hilfsystems
- Angebotsvielfalt, welche den Bedürfnissen entsprechend während und nach dem Spital- bzw. Klinikaufenthalt in Anspruch genommen werden kann

Nutzen für die Gesundheitsinstitution

- Hinweise auf eine bedarfsgerechte Patientenversorgung durch die Zusammenarbeit mit Selbsthilfegruppen
- Patientenorientierung und Patientensicherheit durch Einbezug von Betroffenenwissen in Behandlungsplanung und -prozesse
- Kompetenzzuwachs durch die Ergänzung des Expertenwissens mit dem Erfahrungswissen von Betroffenen
- Integrierte Versorgung durch Einbindung der Selbsthilfe

- Entlastung der Fachpersonen durch die Möglichkeit der Patientinnen und Patienten, die psychosoziale Dimension einer Erkrankung in der Selbsthilfegruppe aufzuarbeiten
- Gezielte Nutzung der professionellen Versorgung durch die Patientinnen und Patienten
- Austrittsplanung durch Kenntnis des Angebots an Selbsthilfegruppen und durch die Vermittlung in Selbsthilfegruppen durch Selbsthilfe Zürich
- Reduktion der Risikofaktoren für Rehospitalisierungen durch ein ergänzendes Unterstützungsangebot im Nachsorgebereich
- Auszeichnung als selbsthilfefreundliche Gesundheitsinstitution als vertrauensbildende Massnahme und Qualitätsnachweis

Qualitätskriterien für Selbsthilfefreundlichkeit

Die Selbsthilfefreundlichkeit einer Gesundheitsinstitution orientiert sich an sechs Qualitätskriterien. Diese wurden von Betroffenen und Selbsthilfezentren erarbeitet, in Österreich und Deutschland erprobt und garantieren einen nationalen, anerkannten Qualitätsstandard: 1) Die Selbstdarstellung der Selbsthilfe wird ermöglicht. 2) Über die mögliche Teilnahme an einer Selbsthilfegruppe wird zum geeigneten Zeitpunkt informiert. 3) Über die Zusammenarbeit zwischen Selbsthilfe und der Gesundheitsinstitutionen wird informiert. 4) Es existiert eine Ansprechperson für die Selbsthilfe. 5) Der Informations- und Erfahrungsaustausch zwischen den Selbsthilfegruppen und der Gesundheitsinstitution ist gewährleistet. 6) Die Partizipation der Selbsthilfegruppen wird ermöglicht.

Massnahmen zur Selbsthilfefreundlichkeit

Abgestimmt auf die sechs Qualitätskriterien werden in der Gesundheitsinstitution verschiedene Massnahmen zur Erreichung der Selbsthilfefreundlichkeit umgesetzt. Diese Massnahmen werden – anders als bei anderen Auszeichnungen – nicht fix vorgegeben, sondern auf die Möglichkeiten jeder einzelnen Gesundheitsinstitution angepasst. Sie werden gemeinsam mit Vertreterinnen und Vertretern aus Selbsthilfegruppen erarbeitet. Die Gesundheitsinstitutionen werden durch Selbsthilfe Zürich bei der Umsetzung der Massnahmen wie folgt unterstützt:

- Beratung und Unterstützung bei der Durchführung von Massnahmen sowie bei der regelmässigen Evaluation und allfälligen Anpassungen
- Koordination der involvierten Selbsthilfegruppen
- Zur Verfügung stellen von Informationsmaterial für Mitarbeitende und Patientinnen/Patienten
- Schulung und Information der Mitarbeitenden zum Thema gemeinschaftliche Selbsthilfe/Selbsthilfegruppen
- Gemeinsame Veranstaltungen mit Selbsthilfe Zürich und thematisch passenden Selbsthilfegruppen
- Unterstützung im Auszeichnungsprozess

Auszeichnung

Die Gesundheitsinstitutionen können nach erfolgreicher Umsetzung der Massnahmen die nationale Auszeichnung «selbsthilfefreundlich» erlangen. Die Auszeichnung erfolgt durch Selbsthilfe Schweiz. Der standardisierte Auszeichnungsprozess ermöglicht eine einheitliche Evaluation, eine Qualitätssicherung und eine Sichtbarkeit des Engagements.

Projektleitung Stadt Zürich und Regionen

Nadia Maurer, stv. Geschäftsleiterin Selbsthilfe Zürich, Projektleitung «Gesundheitskompetenz dank selbsthilfefreundlicher Spitäler», 043 288 88 88, nadia.maurer@selbsthilfezuerich.ch

Bereits kooperierende Gesundheitsinstitutionen: <https://www.selbsthilfezuerich.ch/shzh/de/aktuell/projekte.html>

Mehr erfahren über Selbsthilfe Zürich: www.selbsthilfezuerich.ch

Das Projekt wird unterstützt durch

- Stadt Zürich Sozialdepartement
- Stadt Zürich Gesundheits- und Umweltdepartement
- Lotteriefonds Kanton Zürich
- Prävention- und Gesundheitsförderung Kanton Zürich
- Gesundheitsförderung Schweiz