

Nutzung einer Schlüsselrolle

Wie fördern Grundversorger die psychische Gesundheit



**1. TAGUNG NETZWERK PSYCHISCHE
GESUNDHEIT SCHWEIZ VOM
20.6.2012**

**DR. MED. ALEXANDER MINZER, ROTHRIST
HAUSARZT**

**PRÄSIDENT DER SCHWEIZERISCHEN
AKADEMIE FÜR PSYCHOSOMATISCHE UND
PSYCHOSOZIALE MEDIZIN**

Nutzung einer Schlüsselrolle



Drei anschauliche Beispiele....

....aus der Hausarztpraxis

Nutzung einer Schlüsselrolle



1. Beispiel



Nutzung einer Schlüsselrolle



Vorgeschichte:

- 78j. Patientin, Mutter von 5 Kindern
- In Rothrist aufgewachsen
- Nach dem Tod des Ehemanns 2002 bis 2004 im Berner Oberland
- 2004 endlich wieder zuhause in Rothrist
- Seither zunehmend Herzbeschwerden
- Deswegen mehrfach wöchentliche Notfallkonsultationen in meiner Praxis

Nutzung einer Schlüsselrolle



Medizinische Anamnese

- Übergewicht
- Diabetes mellitus
- Bluthochdruck
- Medikamentenunverträglichkeit
- Medikamente: Blutdruckmittel, OAD, Cholesterinsenker, Benzodiazepin (als Schlafmittel)

Nutzung einer Schlüsselrolle



Symptome:

- Druck auf der Brust
- Atemnot
- Schlafstörungen

Untersuchungen:

- Cardiologische, diabetologische und pneumonologische Abklärung ohne neue Anhaltspunkte

Nutzung einer Schlüsselrolle



Vertiefte Anamneseerhebung ergab:

Immer wieder kehrende, mehrfach täglich auftretende Angstattacken mit Druck auf der Brust, die zu notfallmässigen Hausarztconsultationen führten.

Im Gespräch Diagnose und Aufklärung über Problematik einer Angststörung....

Nutzung einer Schlüsselrolle



...aber ich muss doch deswegen
nicht zum Psychologen! Ich bin
doch nicht psychisch krank...

Nutzung einer Schlüsselrolle



2. Beispiel



Nutzung einer Schlüsselrolle



Reihenuntersuchung der Oberstufenschüler

(14 bis 16jährige, als Schularzt)

- Auffällig im angegebenen Fragebogen taucht vermehrter Cannabiskonsum (7/15) unter den Schülern in einer Klasse auf
- In einer anderen Klasse hat sich unter den Jugendlichen der Sport des wochenendlichen «Koma-Saufens» etabliert...

Nutzung einer Schlüsselrolle



3. Beispiel



Nutzung einer Schlüsselrolle



Vorgeschichte:

- 52j. Patientin, ansonsten gesund. Exzesse von wochenlangem Alkoholmissbrauch
- Am Telefon der Freund: Patientin brauche Stilnox (Schlafmittel), um einen Alkoholentzug zuhause machen zu können. Ob er das Rezept haben könne? Wenn seine Freundin den körperlichen Entzug überstanden hat, meldet sie sich in der Praxis...
- 10 Tage später steht die Patientin in meiner Praxis, körperlich entzogen... und wohlauf!

Nutzung einer Schlüsselrolle

Inhalt:

1. Aufgaben eines Hausarztes
2. Diagnostische Möglichkeiten
3. Therapeutische Möglichkeiten
4. Prävention
5. FA Psychosomatische Medizin
6. Zusammenfassung



Nutzung einer Schlüsselrolle



1. Aufgaben des Hausarztes

Der Hausarzt ist oft erste Anlaufstelle bei medizinischen Problemen jeder Art!

Bei Patienten mit dem Hausarztversicherungsmodell sogar zwingend erste Anlaufstelle.

Der Hausarzt ist dafür ausgebildet, aus unspezifischen Symptomen eine oder mehrere Diagnosen zu erarbeiten.

Er ist dazu befähigt, 80%! der anfallenden Diagnosen selbst zu behandeln!

Nutzung einer Schlüsselrolle



1. Aufgaben des Hausarztes

Durchschnittliche Anzahl
medizinische Probleme pro
Konsultation?



Nutzung einer Schlüsselrolle



1. Aufgaben des Hausarztes

Durchschnittliche Anzahl medizinische Probleme pro
Konsultation :

2.6!

Nutzung einer Schlüsselrolle



RÜCKEN-SCHMERZEN

KOPF-SCHMERZEN

TRAURIG

MÜDE

ANTRIEBSLOS

BAUCHSCHMERZEN

HERZBESCHWERDEN

FIEBER

NACKENBESCHWERDEN

DEPRESSIV

?
?
?



● Patient

Nutzung einer Schlüsselrolle



- Mit so einem Komplex von Symptomen sieht sich der Hausarzt häufig konfrontiert...
- Und was macht er damit?
- Er versucht Ordnung reinzubringen....

Nutzung einer Schlüsselrolle



DEPRESSIV
TRAURIG

KOPFSCHMERZEN

MÜDE

RÜCKENSCHMERZEN

HERZBESCHWERDEN

ANTRIEBSLOS

BAUCHSCHMERZEN

FIEBER

NACKENBESCHWERDEN

?
?
?



• Patient

Nutzung einer Schlüsselrolle



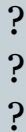
DEPRESSIV TRAURIG ANTRIEBSLOS

MÜDE

KOPFSCHMERZEN
NACKENBESCHWERDEN
RÜCKENSCHMERZEN

BAUCHSCHMERZEN
HERZBESCHWERDEN

FIEBER



- Patient

Nutzung einer Schlüsselrolle



DEPRESSIV TRAURIG ANTRIEBSLOS

DEPRESSION

MÜDE

EISENMANGEL

KOPFSCHMERZEN
NACKENBESCHWERDEN
RÜCKENSCHMERZEN

BANDSCHEIBENLEIDEN

BAUCHSCHMERZEN
HERZBESCHWERDEN

GASTRITIS
FUNKTIONELL, WEGEN
RÜCKENLEIDEN

FIEBER

ERKÄLTUNG



!
!
!

- Patient

Nutzung einer Schlüsselrolle



- Das sieht doch gerade etwas strukturierter aus.
- Dahinter hätte durchaus auch ein Burnout-Syndrom versteckt sein können...

Nutzung einer Schlüsselrolle



Fazit:

- Die Symptome lassen sich besser zuordnen
- Und können somit gezielter behandelt werden
- Durch den Hausarzt oder den *richtigen* Spezialisten, mit dem er gut vernetzt ist!
- Und zu dem er niederschwellig einen Zugang hat!

Nutzung einer Schlüsselrolle



Wie sieht es mit den
«psychischen Leiden»
aus?



Nutzung einer Schlüsselrolle



Schlüsselrolle:

- In der Regel ist der Hausarzt Anlaufstelle für jedes medizinische Problem. Und da sind selbstredend die psychischen Probleme miteingeschlossen!
- Der Hausarzt ist immer niederschwellig erreichbar!

Nutzung einer Schlüsselrolle



Schlüsselrolle:

- Der Hausarzt kennt das soziale Umfeld des Patienten!
- Der Hausarzt ist für Notfälle aller Art geschult!
- Der Hausarzt ist sozial gut integriert!

Nutzung einer Schlüsselrolle



Schlüsselrolle:

- Der Hausarzt ist breit ausgebildet und verfügt über Kompetenz in der Differenzierung zwischen körperlichen und seelischen Leiden.
- Der Hausarzt verfügt über ein eingespieltes medizinisches Netzwerk, worin psychiatrische Institutionen miteingeschlossen sind.

Nutzung einer Schlüsselrolle



Schlüsselrolle:

- Der Hausarzt verfügt über Kenntnisse in krisen-interventionellen Sofort-Massnahmen.
- Der Hausarzt kann akute psychiatrische Notfälle bis zu einer geeigneten Weiterbehandlung durch den Spezialisten medizinisch und infrastrukturell überbrücken.

Nutzung einer Schlüsselrolle



2. Diagnostische Möglichkeiten

- Hausärzte verfügen (noch) über ein Praxis-Labor!



Nutzung einer Schlüsselrolle



2. Diagnostische Möglichkeiten

- Dort können wichtige, zur Differenzierung zwischen psychischen und körperlichen Leiden benötigte Parameter bestimmt werden
- Der Hausarzt verfügt über Anamnese-Tools für Früherkennung von psychischen Leiden (Prime-MD u.a.)

Nutzung einer Schlüsselrolle



3. Therapeutische Möglichkeiten

- Behandlung von körperlichen Beschwerden
- Krisen-interventionelle Massnahmen
- Niederschwellige Anlaufstelle im Notfall
- Einstellen von psychopharmakologischer Medikation (auch in Absprache mit Psychiatrie)
- Hausärztliche Gesprächstherapie
- Suizidprävention!
- Entstigmatisierung von psychischen Leiden

Nutzung einer Schlüsselrolle



4. Prävention

- Der Hausarzt hat eine «Schlüsselrolle» bei der Prävention von psychischen Leiden, weil er im zeitlichen Ablauf der Entwicklung von psychischen Leiden sehr früh Interventionsmöglichkeiten hat!

Nutzung einer Schlüsselrolle



4. Prävention

- Der Hausarzt ist beinahe immer erste Anlaufstelle von Patienten mit körperlichen Symptomen bedingt durch psychisches Leiden!

Nutzung einer Schlüsselrolle



4. Prävention

Beispiele:

- Schüleruntersuch

Nutzung einer Schlüsselrolle



4. Prävention

Beispiele:

- Er gilt als Vertrauensperson im Dorf/Quartier

Nutzung einer Schlüsselrolle



4. Prävention

Beispiele:

- Burnout!



Nutzung einer Schlüsselrolle



4. Prävention

Beispiele:

- Aufgrund von regelmässigen Konsultationen können psychische Leiden/Sucht früh erfasst und es kann frühzeitig interveniert werden!

Nutzung einer Schlüsselrolle

4. Prävention



Nutzung einer Schlüsselrolle



5. FA Psychosomatische Medizin

- Somatisch tätige (Haus-)Ärzte, die sich vertiefter mit der psychischen Gesundheit und mit Erkrankungen in der Grauzone zwischen Psyche und Körper auseinandersetzen wollen, oder vermehrte Kompetenz in Behandlung von chronischen Schmerzen bekommen möchten, haben die Möglichkeit sich zusätzlich zu ihrer Grundausbildung noch in Psychosomatischer und Psychosozialer Medizin zu spezialisieren und berufsbegleitend den *Fähigkeitsausweis (FA) in psychosomatischer und psychosozialer Medizin* zu erwerben.

Nutzung einer Schlüsselrolle



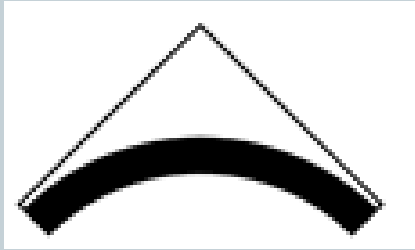
5. FA Psychosomatische Medizin

- Dieser gibt ihnen die Möglichkeit, sich mit gewissen Problemen in der Grauzone zwischen Psyche und Soma (Körper) noch kompetenter zu beschäftigen. Sei es u. a. mit der Problematik des chronischen Schmerzes und seinen somato-psychischen Auswirkungen oder körperlichen Folgeerscheinungen von psychischen Leiden. Gleichzeitig sind die Träger dieses FA in der Lage bei akuten psychischen Notfällen krisen-interventionell zu arbeiten und Patienten mit chronischen psychischen Leiden (mit-) zu betreuen.

Nutzung einer Schlüsselrolle



5. FA Psychosomatische Medizin



- SCHWEIZERISCHE AKADEMIE FÜR PSYCHOSOMATISCHE UND PSYCHOSOZIALE MEDIZIN
- Fachgesellschaft für Psychosomatische Medizin
- www.sappm.ch

Nutzung einer Schlüsselrolle



6. Zusammenfassung

- Die Stärkung der Grundversorgung ist eminent wichtig, da Prävention von psychischen Leiden schon beim Hausarzt beginnt. Und wenn dieser zu wenig Zeit für diese Aufgabe hat, geht viel an Möglichkeiten verloren.

Nutzung einer Schlüsselrolle



6. Zusammenfassung

Der Grundversorger

- ...ist niederschwellig erreichbar!
- ...häufig erste Anlaufstelle!
- ...sozial integriert!
- ...kennt Patienten und sehr häufig auch die Angehörigen und das soziale Netz!
- ...ist präventiv tätig!
- ...ist gut vernetzt!

Nutzung einer Schlüsselrolle



6. Zusammenfassung

- ...kann deshalb sehr früh intervenieren!
- ...und ist ausserdem nicht mit psychiatrischen Stigmata behaftet!

Nutzung einer Schlüsselrolle



Vielen Dank!