

## Psycho + Somatik: Wirksame Versorgung muss aus dem Silodenken ausbrechen

# TGL: Klare Trends gesetzt für eine ganzheitliche Gesundheit

Wenn zunehmende psychische und psychosomatische Erkrankungen unser Gesundheitssystem belasten und der Fachkräftemangel die Gefahr von Chronifizierungen und Langzeitschäden potenziert, herrscht Alarmstufe rot. An den Trendtagen Gesundheit Luzern referierten und diskutierten Fachleute aus Medizin, Wissenschaft, Versicherungen, Behörden und Politik, welche Auswege aus dem Dilemma möglich sind. Wir präsentieren spannende Rosinen.

Ungenügend behandelte psychische Störungen lösen somatische Krankheiten aus. Verlaufen diese zudem schmerzhaft, vergrössert sich das Problem und die Lebensqualität sinkt dramatisch. Im Referat «Wie das Gehirn aus Stress Schmerz macht» zeigte das Dr. Ulrich T. Egle, Facharzt für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie, Sanatorium Kilchberg, eindrücklich: «Das Gehirn ist keine passive ‹Dechiffriermaschine› für Sinneseindrücke, sondern schafft mit Hilfe individueller Prägungen und unter Berücksichtigung der körperlichen, psychischen und sozialen Verfassung bei jedem eingehenden Sinnesreiz eine Erwartungshaltung, mit der es den Sinnesreiz abgleicht. Im nächsten Schritt wird ein Kompromiss zwischen realem Reiz und vorausgegangener Annahme durchgeführt.

Bei der Erwartung bzw. Prädiktion spielen individuelle Prägungen bis zurück in die Kindheit

eine wesentliche Rolle. Erwartet man einen geringen Schmerz, so wird die Perzeption niedriger als die reale Reizstärke sein. Erwartet man einen starken Schmerz, so wird die Perzeption höher sein. Dies ist bei ängstlichen Menschen besonders ausgeprägt. Das Gehirn führt eine Art Kompromissbildung zwischen erwarteter Schmerzstärke und realer Stimulus-Intensität durch, d.h. es schafft eine subjektive Wirklichkeit innerhalb des Irrtumsbereichs zwischen Erwartung und Realität.»

Werden Schmerzen chronisch, steigt auch der Konsum opioidhaltiger Pharmazeutika. In internationalen Statistiken belegt die Schweiz den traurigen zweiten Platz nach Kanada, knapp vor Deutschland. Egle: «Die Behandlung chronischer Schmerzzustände ist ein eindrucksvolles Beispiel für die Folgen einer einseitigen bio-medizinischen Versorgung von 17% der Schweizer Bevölkerung. Und frühe aversive Belastungen

in der Kindheit kosten jährlich 2.8% unseres Bruttoinlandsprodukts.»

### Integrierte Versorgung stärken – Gesundheitskosten entlasten

Die hohe Bedeutung der Thematik wird auch im BAG voll erkannt. Direktorin Anne Lévy betonte: «Die integrierte Gesundheitsversorgung birgt grosse Chancen für eine bessere Berücksichtigung der Wechselwirkung zwischen ‹Psycho + Somatik›. Ein möglicher Ansatz zur Stärkung des integrierten Ansatzes sind Netzwerke zur koordinierten Versorgung. Der Bundesrat hält diese für sinnvoll und hat sie im Rahmen des Kostendämpfungspakets II im September 2022 dem Parlament vorgelegt. Diese Netzwerke fördern die patientenzentrierte Zusammenarbeit unterschiedlicher Gesundheitsfachpersonen über die verschiedenen Bereiche hinweg, auch psychosomatische Therapieansätze können integriert werden.





Aus der Fachwelt kommen ebenfalls Vorschläge für eine patientenorientierte Ausrichtung. Der Verein «smarter medicine» zum Beispiel sensibilisiert die Gesundheitsakteure dafür, dass nicht alles, was medizinisch möglich ist, auch immer zum Wohl der Betroffenen ist. Auch die Wissenschaft bringt sich ein: Im Rahmen des Nationalen Forschungsprogramms NFP74 hat sie anhand von 34 Projekten zur Gesundheitsversorgung mit spannenden, konkreten Beispielen aufgezeigt, wie unser Gesundheitswesen patientenorientierter ausgestaltet werden kann. Vieles wird bereits gemacht, vieles läuft bereits gut – und einiges kann mit einer noch engeren Vernetzung verbessert werden: Zum Wohl der Patientinnen und Patienten in unserem Land.»

### Wie sind psychisch kranke Menschen am wirksamsten stationär zu behandeln?

Eine spezielle Herausforderung stellen psychisch kranke hospitalisierte Patientinnen und

Patienten dar. Eine erprobte Methode für eine wirksame Therapie heisst SomPsyNet. Hier geht es ums Erkennen und Unterstützen psychosozial belasteter Menschen im Spital. Prof. Dr. Gunther Meinschmidt, Universitätsklinik Basel, Forschungsleiter Klinik für Psychosomatik & Leiter Abteilung für Digitale und Kombinierte Psychosomatik & Psychotherapie, und Anja Studer, MSc., Gesundheitsdepartement Basel-Stadt, Co-Leitung Projekt SomPsyNet, stellen das Modell vor: «Es ist ein innovativer Ansatz, der darauf abzielt, psychosoziale Belastungen bei somatischen Spitalpatienten frühzeitig zu identifizieren und ihnen bedarfs- und bedürfnisgerechte Unterstützung zur Verfügung zu stellen. Durch das Implementieren von Prävention im Spital werden Gesundheitsförderung, klinische Versorgung und Forschung zusammengebracht, um ein ganzheitliches Verständnis von Gesundheit zu etablieren. Die Patientinnen werden hinsichtlich ihrer psychosozialen Belastung beurteilt, wobei der individuelle Handlungsbedarf

und mögliche Entlastungsmassnahmen während des Spitalaufenthalts ermittelt und bei Bedarf Angebote gemacht werden.

### Online-Plattform zur optimalen Koordination

Das Modell nutzt eine Online-Plattform zur Angebots-Koordination über den Spitalaufenthalt hinaus und fördert die Zusammenarbeit zwischen den Fachpersonen. Die Patienten profitieren von der frühzeitigen Identifikation psychosozialer Belastungen, bedarfs- und bedürfnisgerechten Interventionen, multiprofessioneller Zusammenarbeit und Weiterbildung der Gesundheitsfachpersonen. Dies trägt zur Verbesserung der Lebensqualität der Patientinnen bei und kann langfristig zur Senkung der Gesundheitskosten beitragen.

Erste vorläufige Erkenntnisse aus der SomPsyNet-Studie zeigen, dass das Versorgungsmodell im

Ständerat Damian Müller, Co-Präsident Advisory Board TGL, freute sich sehr: voller Saal, erstklassige Referate und eine ausgezeichnete Informationsplattform.





Kanton Basel-Stadt implementiert und durchgeführt werden kann. Das systematische Screening auf psychosoziale Belastungen wird gut etabliert und akzeptiert, und es ist möglich, somatisch stationäre Patientinnen mit ausgeprägter psychischer Problematik effizient zu identifizieren. Die angebotenen psychosomatisch-psychiatrischen Beratungen werden von den Betroffenen angenommen, wobei auch in der klassischen ambulanten psychotherapeutischen Versorgung unterrepräsentierte Gruppen, wie Männer, ältere Personen, Menschen mit niedrigerem sozioökonomischem Status und Nicht-SchweizerInnen, erreicht werden.»

Das Modell bietet eine vielversprechende Möglichkeit, um das psychische Wohlbefinden und die Lebensqualität zu verbessern, im Einklang mit wichtigen gesundheitspolitischen Zielen, wie 2022 im «World Mental Health Report: Transforming Mental Health for All» der WHO formuliert.

### Nachhaltig und individuell

«Nit lugg lah, gwünnt», lautet ein altes Sprichwort. Daran erinnerte der prägnante Vortrag von Dr. Niowi Näf, Chief Strategy Officer Hirslanden Gruppe. Sie stellt das Hirslanden Continuum of Care vor, die individuelle Versorgung entlang des gesamten Lebenswegs: «Unsere Vision heisst: die Lebensqualität der sich uns anvertrauenden Menschen zu verbessern. Daraus entstand die Strategie: individuelle Versorgung, umfassende Betreuung, innovative Medizin, höchste Qualität und konkurrenzfähige Kosten.»

Als wertvolles Instrument hat sich dabei Compassana erwiesen – eine Kooperation von Hirslanden mit Medbase, Groupe Mutuel, Helsana und SWICA. Compassana vereint die moderne medizinische Versorgung mit den Vorteilen der Digitalisierung – und schafft Voraussetzungen für eine optimale Kommunikation zwischen Patienten mit Gesundheitsdienstleistenden. Compassana ist

das unsichtbare Herzstück des gleichnamigen Ökoystems, vernetzt medizinische und medizinnahe Leistungserbringende und fördert deren Kooperation mittels einer digitalen Gesundheitsplattform. Diese optimiert die integrierte Versorgung und die Koordination der Patientenpfade.

Die Patienten können alle Vorteile von Compassana über eine App für sich nutzen. Sie ermöglicht eine einfache Orientierung im Gesundheitsmarkt. Behandlungen und Dokumente sind jederzeit einsehbar und schnell zur Hand. So werden die individuelle Gesundheit gefördert und Menschen in jeder Lebenslage motiviert, ihren Gesundheitsweg selbstbestimmt zu navigieren.

**Für die Agenda:** Die TGL 2024 finden am 6.+7.3.2024 statt.

### Weitere Informationen

[www.trendtage-gesundheit.ch](http://www.trendtage-gesundheit.ch)

 KLINIKEN VALENS

# Reha Casa. Ihre wirksame Rehabilitation für zu Hause.



Mehr Informationen  
[reha-triemli.ch/angebot/reha-casa](http://reha-triemli.ch/angebot/reha-casa)

