

comparis.ch verleiht den «Spezialpreis» an das Projekt «Gesundheitscoaching»

# Ein wegweisendes Projekt von Sanitas

Der Krankenversicherer Sanitas gewinnt mit seinem Projekt «Gesundheitscoaching» den «Spezialpreis» von comparis.ch. Das Projekt überzeugt besonders, weil es die Lebensqualität chronisch kranker Patienten verbessert, weitere medizinische Komplikationen vermindert und damit auch die Leistungskosten senkt.



Ausgezeichnet: Felix Schneuwly, Head of Public Affairs und Krankenkassen-Experte bei comparis.ch, Prof. Dr. med. Giatgen A. Spinas, Direktor der Klinik für Endokrinologie, Diabetologie und klinische Ernährung am Universitätsspital Zürich, Mitglied des medizinischen Beirats des Programms «Gesundheitscoaching», Gesundheitscoach René Wandfluh, Sanitas (mit dem Spezialpreis), Otto Bitterli, CEO Sanitas, und Johann Burkhard, Verwaltungsratspräsident, comparis.ch (v.l.n.r.).

Was machen die Krankenversicherer mit dem Geld, das sie von den Prämienzahlern Monat für Monat erhalten? Rund 160 Franken pro Person und Jahr fliessen in die Verwaltung der Versicherungen – damit gehören die Krankenkassen zu den Branchen mit den geringsten Verwaltungskosten. Fliessen das Geld nur in die Löhne der Direktoren? – Im Gegenteil: Viele Krankenkassen investieren in effiziente Abläufe und engagieren sich für die Gesundheit ihrer Versicherten. Um das zu fördern, vergibt der Internet-Vergleichsdienst comparis.ch ab diesem Jahr einen «Spezialpreis» für ein Projekt, das die Effizienz in der Grundversicherung zusätzlich steigert und für die Versicherten einen Mehrwert schafft.

### Bessere Lebensqualität und tiefere Kosten

Das Leitthema des erstmals ausgeschriebenen «Spezialpreises» von comparis.ch lautet

«Kooperationen». Prämiiert wird damit eine vorbildliche Zusammenarbeit von Versicherungen, Leistungserbringern und Versicherten. Aus diversen Projekten wurden aufgrund der Kriterien Innovationscharakter und Effizienzpotenzial die drei besten Projekte dem Beirat von comparis.ch vorgelegt. In diesem sechsköpfigen Gremium, das aus Vertretern aus Politik und Wissenschaft besteht, fiel der Entscheid einstimmig für das «Gesundheitscoaching» von Sanitas.

Die Kooperation besteht bei Sanitas zwischen chronisch kranken Versicherten und den Gesundheitscoachs. Die Versicherten definieren persönliche Ziele und werden auf dem Weg dorthin von gründlich ausgebildeten Gesundheitscoachs unterstützt. Dabei werden Erkenntnisse aus der Motivationspsychologie eingesetzt. Das Programm richtete sich ab seinem Start 2009 zuerst an Versicherte mit Diabetes Typ 2.

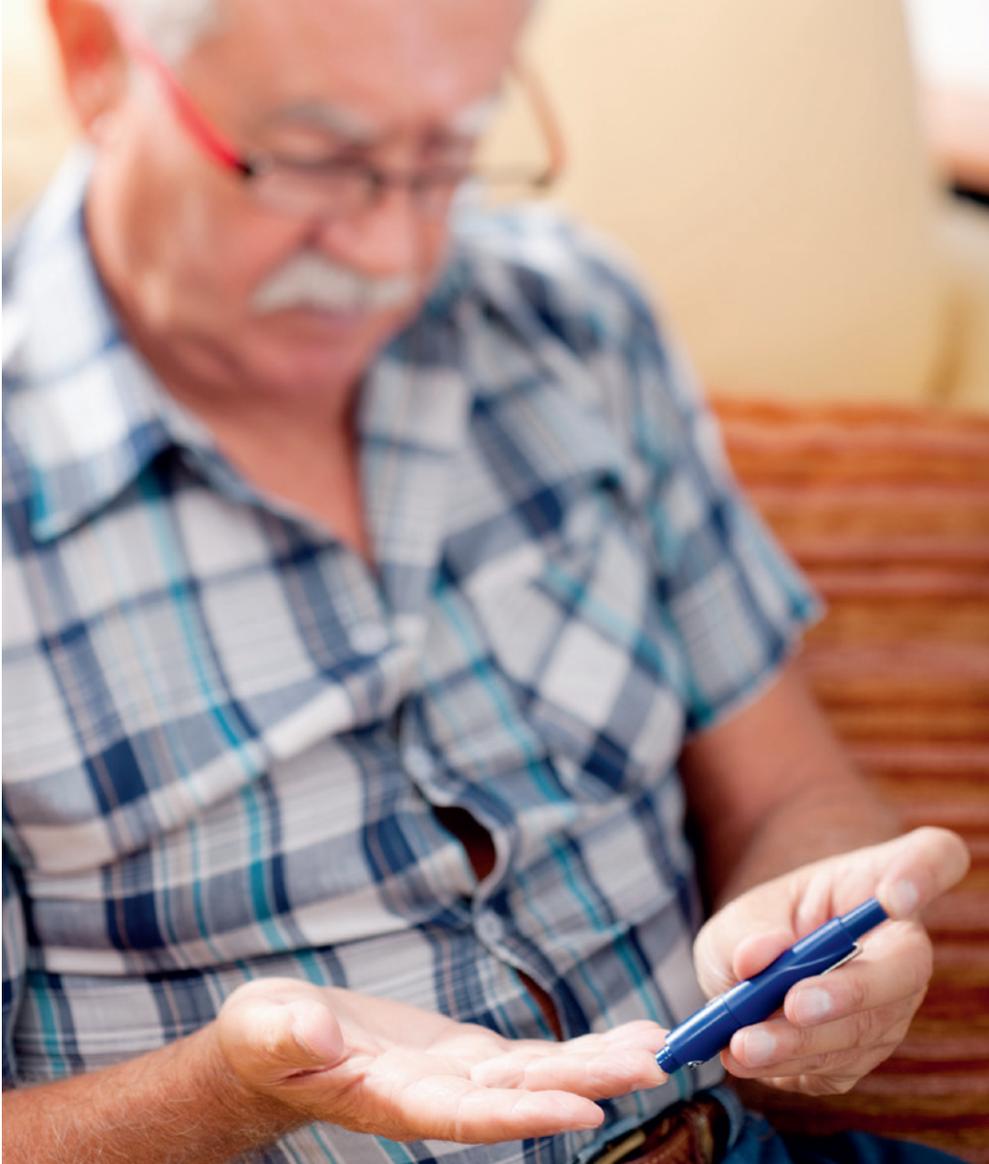
Aufgrund der positiven Erfahrungen wurde es ausgeweitet auf die Problemkreise Übergewicht, Bluthochdruck, Fettstoffwechselstörungen und Rückenschmerzen. Die Teilnahme ist freiwillig.

### Nützlich für alle Beteiligten

«Das Projekt «Gesundheitscoaching» bringt Vorteile für sämtliche Beteiligte», sagt Johann Burkhard, Verwaltungsratspräsident von comparis.ch. Der Versicherte wird kompetenter im Umgang mit seiner Krankheit, und weil Komplikationen minimiert werden, verbessert sich die Lebensqualität. Für die Krankenversicherung entstehen dadurch weniger Kosten. Gemäss der Erfahrung von Sanitas steigen die Leistungskosten pro Jahr für Versicherte nach dem Coaching weniger an als bei den Versicherten insgesamt, während sie vor dem Coaching überdurchschnittlich in die Höhe geschneit waren. Eindrückliche Beispiele aus dem Diabetes-Programm zeigen konkrete Einsparungen bei den Medikamentenkosten von rund 35% und Einsparungen dank verhinderter Operationen. Sanitas-CEO Otto Bitterli präsentiert uns Beispiele nicht nötig gewordener Eingriffe wegen verhinderter Herzinfarkte von rund 11'000 und Hirnschlägen von rund 35'000 Franken.

### Wegweisend auch für die Grundversicherung

Das Programm richtet sich zurzeit an Zusatzversicherte. Doch auch die obligatorische Grundversicherung profitiert davon und damit die Prämienzahler. Weil Komplikationen seltener werden, sind auch die Behandlungen zu Lasten der Grundversicherung weniger häufig und weniger kostenintensiv. Ein solches Modell kann entscheidend sein im Wettbewerb, den das Krankenversicherungsgesetz (KVG) vorsieht. «Mit einem verbesserten Risikoausgleich würden solche Angebote den Kassen vermehrt auch in der Grundversicherung einen Konkurrenzvorteil verschaffen», sagt Felix Schneuwly, Krankenkassen-Experte von comparis.ch



Mehr Kompetenz und Compliance für die Patienten ist das Ziel des Gesundheitscoachings von Sanitas.

Der «Spezialpreis» wird zusätzlich zum «Effizienz-Preis» verliehen, mit dem Krankenkassen mit dem tiefsten Anteil an Verwaltungskosten prämiert werden. – Wie läuft nun aber ein solcherart prämiertes «Gesundheitscoaching» bei Sanitas ab?

### Die Motivation der Patienten ist matchentscheidend

«Im Zentrum steht die Motivation, ein Ziel zu erreichen», fasst es Jutta Klein, Leiterin Care Management bei der Sanitas, zusammen. Obwohl es wissenschaftlich fundiert ist und auch von hochkarätigen Ärzten begleitet wird – letztlich dreht sich im Programm «Gesundheitscoaching» doch alles um den Patienten. Er setzt sich seine eigenen Ziele und wird von den Gesundheitscoachs darin unterstützt, diese zu erreichen. Dies wiederum stärkt seine Motivation für die nächsten Schritte.

Sanitas hat für Versicherte mit den vorerwähnten chronischen Krankheiten (Diabetes Typ 2, Übergewicht, Bluthochdruck, Fettstoffwechselstörungen, Rückenschmerzen) ein Programm erarbeitet, das auf wissenschaftlichen Erkenntnissen der Motivationsforschung beruht. Mit dem Projekt motiviert Sanitas erfolgreich Versi-

cherte, ihr Gesundheitsverhalten zu ändern. Sie lernen, wie sie mit ihrer Krankheit besser umgehen können und wie sie ihre Gesundheitsziele erreichen. Hierbei ergänzt das Gesundheitscoaching die bestehende Arzt-Patienten-Beziehung. Seit Programmstart haben bereits mehr als 1000 Kundinnen und Kunden an einem Coaching teilgenommen. «Wir wollen damit einen konkreten Nutzen für die Patienten stiften», betont Otto Bitterli, «in diesem Sinne werden wir uns weiter anstrengen, innovative Beiträge für mehr Effizienz und Lebensqualität zu leisten.»

### Realistische Ziele setzen

Die Programmteilnehmer werden während 6 bis 12 Monaten von den Sanitas-Gesundheitscoachs – im Moment 2.5 Vollzeitstellen – regelmässig telefonisch begleitet. Was ist das Erfolgsgeheimnis des Programms? – «Wichtig ist, dass die Teilnehmer ihre Ziele selbst bestimmen», erläutert Gesundheitscoach René Wandfluh. Diese Ziele sollen realistisch sein und fassbar, denn: «Es ist motivierend, wenn man erlebt, dass man sein Ziel erreicht.» Ausserdem ist der persönliche Kontakt mit dem Coach wirksamer als die Einwegkommunikation wie zum Beispiel die Abgabe von Broschüren oder Sensibilisierungskampagnen durch Massenmedien.

Die Erfahrung zeigt, dass die meisten Programmteilnehmer die Latte zu hoch ansetzen. So nehmen sie sich etwa vor, dreimal wöchentlich 30 Minuten auf dem Hometrainer zu trainieren. Viel besser sei es, so Wandfluh, sich am Anfang beispielsweise damit zu begnügen, einmal immer am Montag zu trainieren. «So entgeht der Patient der Frustrationsfalle.» Zudem setzen sich die Programmteilnehmer auch ein Langzeitziel – etwas, das positive Gefühle weckt und das man unbedingt erreichen will. Das kann bei einer Frau zum Beispiel das tolle Kleid sein, in das sie endlich wieder hineinpassen möchte.

### Bereits viele positive Erfahrungen

Die Programmteilnehmer schätzen die Begleitung und die individuelle Beratung durch die Gesundheitscoachs von Sanitas sehr. Neben den positiven Reaktionen sind auch die Resultate erfreulich: Einerseits hilft das Coaching den meisten Teilnehmern ihre medizinische Situation zu verbessern. Andererseits haben die Gesundheitsprogramme auch eine kostensenkende Wirkung, denn zahlreiche Teilnehmer brauchen nach dem Coaching beispielsweise weniger Medikamente.

Insbesondere helfen die Programme aber, Krankheitskomplikationen mit hohen Folgekosten zu vermeiden (zum Beispiel Spitalaufenthalte infolge akuter Herz-Kreislaufprobleme). Da die Kosteneinsparungen oft mit einer Zeitverzögerung eintreten und vermiedene Behandlungen kaum beziffert werden können, ist es nicht möglich, die Ersparnis zu quantifizieren.

### Kosteneinsparung als erfreulicher Nebeneffekt

Doch ein Trend hat sich bestätigt: Sanitas beobachtet einen günstigeren Kostenverlauf bei Teilnehmern der Gesundheitsprogramme. Otto Bitterli, CEO Sanitas, ist überzeugt: «Mit dem Gesundheitscoaching bieten wir unseren Kunden auch in schwierigen gesundheitlichen Situationen eine konkrete Dienstleistung und Hilfestellung. Dass sich dies auch noch positiv auf die Kosten in der Grund- und Zusatzversicherung auswirkt, ist ein erfreulicher und wichtiger Nebeneffekt!»

### Weitere Informationen

Mehr über die Gesundheitsprogramme von Sanitas finden sie unter: [www.sanitas.com/gesundheitsprogramme](http://www.sanitas.com/gesundheitsprogramme)

Text: Dr. Hans Balmer