

Inhalt:

Netzwerk aktuell

- Das Krankenhaus als Partner für gesunde Regionen: Integrierte Versorgung, nachhaltiges Umweltmanagement, Allianzen für Gesundheit – Konferenzrückblick

Neues aus den Partnerkrankenhäusern

- Das Krankenhaus Oberndorf – eine gelungene Fusion von Menschlichkeit und Kompetenz
- Systematische Verankerung der Gesundheitsförderung im Krankenhaus Lainz
- Gesundheitsförderung bei Kindern und Jugendlichen durch das Projekt „Adipositasgruppe“

Thema

- „Führen Sie (sich) gesund?“ - Bericht vom Open Space-Workshop für Führungskräfte am 30.11.2004 im Jugendstiltheater Baumgartner Höhe
- Factsheet: „Gesundheitsförderndes Führen in Spitälern und Pflegeeinrichtungen“
- Auf dem Weg zum rauchfreien Krankenhaus – Europäisches Netzwerk Rauchfreier Krankenhäuser
- Abschlussbericht des europäischen Projektes „Migrant-Friendly Hospitals – Hospitals in a culturally diverse Europe“: Ein Kurzbericht
- Patient/innenbeteiligung und Integration im Gesundheitswesen – Empfehlungen des Wiener Modellprojekts PIK „Patient/innenorientierte integrierte Krankenbetreuung“

Hinweise

Sehr geehrte Leserinnen und Leser!

Das ÖNGK blickt auf ein aktives Jahr zurück: Hauptereignis war die Jahreskonferenz, die diesmal vom BKH Schwaz ausgerichtet wurde. Und das Netzwerk ist gewachsen – drei neue Krankenhäuser kamen dazu. Eines davon ist das KH Oberndorf bei Salzburg, das sich in diesem Rundbrief vorstellt. Wenn auch Sie Interesse am ÖNGK haben: Wir präsentieren Ihnen Konzept und Praxis des ÖNGK gerne vor Ort (für Termine kontaktieren Sie bitte: oenetz.soc-gruwi@univie.ac.at).

Weiters enthält dieser Rundbrief Informationen zu folgenden aktuellen österreichischen und internationalen Entwicklungen:

- Gesundheitsförderung wird zunehmend mit Strategie- und Qualitätsarbeit verbunden. Das KH der Stadt Wien Lainz stellt seine diesbezüglichen Erfahrungen vor.
- Wie umgehen mit dem Rauchen? Diese Frage beschäftigt immer mehr Krankenhäuser – Antworten gibt ein Europäische Netzwerk.
- Ein brisantes Thema ist die zunehmende

kulturelle Vielfalt im Krankenhaus – das europäische Projekt „Migrant Friendly Hospitals“ entwickelte Richtlinien.

- Sind Führungskräfte eine besondere Zielgruppe für Gesundheitsförderung? Zu diesem Thema liegt ein neues Fact-Sheet vor.
- Das Projekt „Patient/innenorientierte Integrierte Krankenversorgung“ feierte seinen Abschluss – Näheres im Rundbrief.
- Am Weinviertel Klinikum Mistelbach gibt es ein Projekt zum Thema Adipositas.

Last but not least möchten wir Sie auf die 13. Internationale Konferenz Gesundheitsfördernder Krankenhäuser in Dublin und auf die 2. Gemeinsamen Konferenz der deutschsprachigen Netzwerke Gesundheitsfördernder Krankenhäuser in Berlin hinweisen – wir würden uns freuen, Sie dort begrüßen zu dürfen!

Wir wünschen Ihnen frohe Festtage, alles Gute und viel Gesundheit für 2005!

Das ÖNGK-Redaktionsteam

Netzwerk aktuell

Das Krankenhaus als Partner für gesunde Regionen: Integrierte Versorgung, nachhaltiges Umweltmanagement, Allianzen für Gesundheit – Konferenzrückblick

Unter diesem Titel fand vom 4.-5. November 2004 die 9. Österreichische Konferenz Gesundheits-fördernder Krankenhäuser in Schwaz (Tirol) statt. Organisiert wurde sie vom Österreichischen Netzwerk Gesundheitsfördernder Krankenhäuser (ÖNGK), vom Bundesministerium für Gesundheit und Frauen (BMGF), vom Fonds Gesundes Österreich (FGÖ), und vom Bezirkskrankenhaus Schwaz, das als lokaler Gastgeber die 155 TeilnehmerInnen der Konferenz (ein neuer Besucher/innen-Rekord) hervorragend betreute und sowohl in den Pausen als auch beim Konferenzabend im schönen Schwazer Rathaus auch das informelle Networking durch einen sehr angenehmen Rahmen unterstützte.



Das Wissenschaftliche Programm der Konferenz hatte drei Hauptthemen:

Gesundheitsfördernde Integrierte Versorgung

Was können Spitäler tun, um bei der immer größer werdenden Gruppe älterer und chronisch kranker PatientInnen über die stationäre Betreuung hinaus Therapieeffekte zu sichern, Folgeschäden zu vermeiden und dem Verlust von positiver Gesundheit vorzubeugen? Ansatzpunkte wie die verbesserte Kooperation zwischen Gesundheitsdienstleistern, Schulungen von PatientInnen für den selbstverantwortlichen Umgang mit Beeinträchtigungen, und die Organisation von Hilfeleistungen (z.B. mobile

Dienste) wurden im ersten Plenum der Konferenz vorgestellt. **Oliver Gröne** (WHO) fokussierte in seiner Einleitung auf die Voraussetzungen für integrierte Versorgung auf Ebene der politischen Rahmenbedingungen, aber auch auf Ebene der Kooperation zwischen verschiedenen Leistungserbringern. **Eva-Maria Baumer** (BMGF) griff diese Aspekte in ihrem Beitrag zu gesundheitspolitischen Überlegungen des Bundes anhand des Schnittstellen-Management-Projektes „Med-Together“ auf. **Karl Schwaiger** (KH Hallein) präsentierte das „Gesundheitsnetzwerk.at“ als Modell guter Praxis der Kooperation zwischen verschiedenen Einrichtungen für die optimale Betreuung der PatientInnen im Salzburger Tennengau. In der anschließenden Podiumsdiskussion mit **Clemens Leitgeb**, Wilhelminenspital Wien; **Christa Santner**, KH der Barmherzigen Brüder St. Veit an der Glan; **Sieglinde Schnötzing**, Sozial- und Gesundheitssprengel Weer und Umgebung und **Artur Wechselberger**, Präsident der Tiroler Ärztekammer, drückten die Beteiligten ebenfalls die Notwendigkeit einer verbesserten Zusammenarbeit zwischen den Versorgungsebenen aus, für die aber noch viele Hürden zu überwinden sind.

Nachhaltiges Umweltmanagement

Wie können Krankenhäuser ihre Umweltwirkung nach außen verbessern (z.B. Reduktion von Energieverbrauch, von belasteten Emissionen, Abfällen, Abwässern)? Wie können sie mit internen Risiken wie Weichmachern in Infusionsschläuchen oder allergieauslösenden Desinfektionsmitteln umgehen? Diese Fragen griff im zweiten Plenum **Bruno Klausbruckner** (KAV, Wien) auf, der grundlegende Überlegungen zum Thema mit Erfahrungen aus dem Wiener Krankenanstaltenverbund illustrierte. **Nikolaus Koller** und **Horst Kreuzer** (LKH Bruck / Mur) stellten die Erfahrungen ihres Hauses, wonach sich Umweltmanagement für ein Krankenhaus auch wirtschaftlich rechnen kann, als Modell guter Praxis vor. In der anschließenden Podiumsdiskussion mit **Hannes**

Gschwentner, Amt der Tiroler Landesregierung; **Josef Hradsky**, KH der Stadt Wien Lainz und **Manfred Mühlberger**, „Health Care without Harm“ untermauerten die Diskutant/innen die Thesen der ReferentInnen und betonten die große Verantwortung von Krankenhäusern nicht nur hinsichtlich der Wirkung auf ihre externe Umwelt, sondern insbesondere auch hinsichtlich der Wirkung auf PatientInnen und MitarbeiterInnen.

Allianzen für Gesundheit

Was können Spitäler zur allgemeinen Gesundheitsförderung in der Region beitragen? Mit ihrer hohen Gesundheitsexpertise können sie Schulungen zur Lebensstilentwicklung anbieten (z.B. Raucherberatung), mit Betrieben (z.B. Ergonomieberatung, Alkoholberatung) oder Schulen kooperieren (z.B. Unfall- oder Suchtpräventionsberatung), aber auch mit Entscheidungsträgern zusammenarbeiten (z.B. mit Gesundheitsplanern im Rahmen von Gesundheitsberichterstattung). Im dritten Plenum erläuterte **Ursel Brösskamp-Stone** (Stiftung Gesundheitsförderung Schweiz) die Frage, nach welchen Mechanismen solche gesunden Allianzen grundsätzlich funktionieren und wie sie gelingen können, **Gudula Brandmayr** stellte als Modell guter Praxis den Verein „Große schützen Kleine“ vor, der ausgehend von Kinderunfalldaten-Analysen österreichweit zahlreiche Maßnahmen zur Unfallvermeidung setzt. In der anschließenden Podiumsdiskussion mit **Gerald Handl**, Wiener Netzwerk – Gesundheitsfördernde Schulen; **Helmut Hirtenlehner**, Österreichische Kontaktstelle für Betriebliche Gesundheitsförderung und **Peter Lüftenegger**, Netzwerk Gesunde Städte Österreichs wurden Möglichkeiten für weiterführende gesundheitsfördernde Kooperationen zwischen Krankenhäusern und anderen Settings erörtert.

Dank sei den Moderator/innen der drei Plenareinheiten – **Doris Schöpf**, Gesundheits- und Sozialsprengel Schwaz; **Danusa Neuhauser**, LKH Bad Ischl; und **Klaus Ropin**, Fonds Gesundes Österreich – ausgesprochen.

Workshops, Parallel- und Postereinheiten

Paralleleinheiten, Workshops und eine Posterpräsentation boten die Möglichkeit, die Konferenzthemen weiter zu vertiefen.

Erstmalig wurde im Rahmen der 9. Konferenz ein Einsteiger/innen-Workshop zum Konzept des Gesundheitsfördernden Krankenhauses organisiert, der „Neulingen“ Gelegenheit bot, Theorie und Praxis dieses Konzeptes kennen zu lernen. Organisiert wurde der Workshop von **Reinhard Bachmann** (SMZ Baumgartner – Höhe, Otto Wagner Spital mit Pflegezentrum, Wien), **Christine Foussek** (LKH-Univ.Klinikum Graz) und **Ferdinand Waldenberger** (KH der Stadt Wien Lainz). Die Teilnehmer/innen bewerteten dieses Angebot sehr positiv.

In 8 Paralleleinheiten der Konferenz wurden insgesamt 27 Beiträge zu den Hauptthemen der Konferenz, aber auch zu anderen Aspekten der Gesundheitsförderung für MitarbeiterInnen, PatientInnen und der regionalen Bevölkerung präsentiert und diskutiert.



Im Rahmen der Paralleleinheiten wurden auch zwei Workshops durchgeführt: Einer davon widmete sich dem Thema „Rauchfreie Krankenhäuser“: Frau **Sibylle Fleitmann** stellte Hintergründe und Konzeptes des Europäischen Netzwerks für Rauchfreie Krankenhäuser dar. Viele der TeilnehmerInnen am Workshop hatten bereits persönliche Erfahrungen in diese Richtung, sodass das Thema regen Anklang fand und zu umfassenden Diskussionen Anlass gab.

Der zweite Workshop behandelte – in Zusammenarbeit mit dem Informationsnetzwerk „Gesundheitsförderung in Wiener Spitälern und Pflegeeinrichtungen“ – das Thema „Internationale Strategien und Standards des Gesundheitsfördernden Krankenhauses“: Der Bogen wurde gespannt von internationalen Strategien aus dem Internationalen Netzwerk Gesundheitsfördernder Krankenhäuser (vorgetragen von **Jürgen M.**

Pelikan, Ludwig Boltzmann Institut) über Standards der Gesundheitsförderung im Krankenhaus (von **Oliver Gröne**, WHO) bis zur Verankerung von Gesundheitsförderung in den Strategien eines großen Spitalsträgers (dargestellt von **Margit Wiederschwinger**, KAV Wien) und zum Aufgreifen der Konzepte auf Ebene eines Krankenhauses (präsentiert von **Ulrike Sommeregger**, KH der Stadt Wien Lainz).

18 weitere Beiträge wurden im Rahmen einer Posterpräsentation vorgestellt, wobei die drei besten Poster von Frau Pfl.Dir. Mürmann (BKH Schwaz) mit je einem Anerkennungspreis ausgezeichnet wurden:

- „Laienpflege – Schulung und Betreuung von pflegenden Angehörigen im Bezirk Schwaz“, ein Poster der Gesundheits- und Krankenpflegeschule Schwaz;
- „Hilfreiches Mittel – Vermittlung von Hilfe: Biopsychosoziale Netzwerke im Sinne der Gesundheitsförderung für MitarbeiterInnen im Wiener Krankenanstaltenverbund – NET-Working-Strategien“ von **Elisabeth Gonzalez-Martin**, Wien;
- „Essen und Trinken für Nierenkranke. Ein ernährungsmedizinischer Ratgeber“ von **Maria Leopold**, Graz.



An dieser Stelle sei noch einmal allen Moderator/innen der Paralleleinheiten, allen Vortragenden und den Präsentator/innen der Poster Dank für ihren Beitrag zum Erfolg der Konferenz ausgesprochen.

Partner und Koorganisator/innen der Konferenz

Das ÖNGK-Koordinationszentrum dankt allen Partnern, die an der Vorbereitung und Durchführung der Konferenz mitgewirkt haben:

Allen voran dem Gastgeberhaus BKH Schwaz und dem Organisationskomitee vor Ort, das durch Schaffung eines sehr angenehmen Rahmens wesentlich den Erfolg der Konferenz mitgestaltete:

- Dem Wissenschaftlichen Komitee der Konferenz, das die Programmentwicklung beraten hat.
- Allen Personen, die mit der Übernahme des Ehrenschatzes ihre Wertschätzung für das Österreichische Netzwerk Gesundheitsfördernder Krankenhäuser ausgedrückt haben.
- Den Organisator/innen und Koorganisator/innen der Konferenz: dem Fonds Gesundes Österreich, dem Land Tirol, der TILAK, der Ärztekammer für Tirol, der Bereichsleitung für Sozial- und Gesundheitsplanung sowie Finanzmanagement Wien, der Organisation „Ärztinnen und Ärzte für eine gesunde Umwelt“, „Health Care without Harm“, dem Forum Gesundheit der Oberösterreichischen Gebietskrankenkasse, dem Netzwerk „Gesunde Städte Österreichs“ und dem Verkehrsclub Österreich.

Weitere Informationen

- Eine virtuelle Publikation zur Konferenz wird voraussichtlich im Februar 2005 auf der Web-Site des ÖNGK verfügbar sein (www.oengk.net)
- Die 10. Österreichische Konferenz Gesundheitsfördernder Krankenhäuser wird als 2. Gemeinsame Konferenz der Deutschsprachigen Netzwerke Gesundheitsfördernder Krankenhäuser vom 21.-23. September 2005 in Berlin stattfinden – Titel der Konferenz: **„Das Gesundheitsfördernde Krankenhaus – Krankenhaus mit Zukunft: Beiträge zur Positionierung des Krankenhauses in einem reformierten Gesundheitswesen“**

Reservieren Sie sich das Datum!

Christina Dietscher (Koordination des Österreichischen Netzwerks Gesundheitsfördernder Krankenhäuser)

Ein neues Partnerkrankenhaus stellt sich vor

Das Krankenhaus Oberndorf – eine gelungene Fusion von Menschlichkeit und Kompetenz

Die Krankenhausleitung hat vor 15 Jahren bereits angefangen, das Krankenhaus zu „öffnen“. So wurde eine „Galerie am KH Oberndorf“ eingerichtet; ein bis zweimal jährlich finden Vernissagen statt, vorwiegend sollen damit auch junge Künstler aus der Region gefördert werden.



Stillfreundliches KH und Stillambulanz

- 1995 wurde dem KH Oberndorf als erstem KH Österreichs das Zertifikat „Stillfreundliches KH“ ausgestellt (eine Initiative von Unicef und WHO).
- 2002 erfolgte die Rezertifizierung.
- 1999 wurde über einen Verein und mit Förderung durch den FGÖ die erste Stillambulanz an einem KH mit einer Betriebszeit von 20 Wochenstunden eröffnet.
- Seit Einstellung der Förderungen im Jahr 2002 wird das Angebot vom KH zur Verfügung gestellt.

KOKO Beratungsstelle für Menschen mit psychosomatischen Beschwerden und psychischen und sozialen Anliegen

Die Beratungsstelle ist seit 1999 in den Räumen des KH untergebracht. In dieser Beratungsstelle können Patienten des Krankenhauses, aber auch Menschen der Region Hilfe und Unterstützung

erfahren. Aus dieser Koko Beratungsstelle entstand eine **Nachsorgegruppe für Menschen mit Alkoholproblemen**, die mittlerweile seit 3 Jahren besteht.

Diabetesberatung

Seit etwa 10 Jahren werden Schulungen für Patienten und deren Angehörige gehalten. Seit 4 Jahren findet dies in 5 Blöcken durch einen Facharzt für Innere Medizin und die Ernährungsberaterin des Hauses statt.

Bildungsnetzwerk Gesundheit

Aus dem Bedürfnis, für die Bevölkerung Vorträge zu „Gesundheitsthemen“ zu machen, entstand der Verein „Bildungsnetzwerk Gesundheit Flachgau“. Seit 2002 werden 8x jährlich Vorträge, überwiegend mit Referenten aus der Region, zu verschiedensten Themen angeboten. Die Vorträge sind multidisziplinär, und es wird viel Raum für Diskussion gelassen. Nach den Vorträgen gibt es immer noch in ungezwungener Atmosphäre (bei belegten Brötchen und Getränken) Gelegenheit zum Austausch ...

Exkursionen von Schulen und Kindergärten

Seit 20 Jahren kommen Lehrer bzw. Kindergartenpädagog/innen aus der Region mit den Kindern ins Krankenhaus. Das Motto ist meist „Keine Angst vor dem weißen Mann“. Wir versuchen sehr realistisch, den Kindern darzustellen, was passiert, wenn sie sich verletzen: Rettungswagen – Ambulanz – Röntgen ... Ein mutiges Kind bekommt immer einen Gips oder lässt einen Bauch-Ultraschall machen; auch ein EKG ist manchmal hochspannend ... Es wird auch immer darauf hingewiesen, dass Sturzhelme getragen werden sollen etc. Den Abschluss bildet meist ein Besuch auf der Geburtshilfestation, wo Hebammen und Pflegepersonen sehr liebevoll erzählen. Wenn uns eine Mutter erlaubt, ihr Kind herzuzeigen, dann wird geraten, wie alt ein Baby

ist ... Zunehmend kommen auch Exkursionen von AHS-Klassen – mit dem Ziel, über Empfängnisverhütung, Schwangerschaft, etc. zu lernen (eine Art „first love“-Information durch eine/n Gynäkologen/in und eine Hebamme)

MitarbeiterInnen

Kinästhetik in der Pflege: Seit 6 Jahren werden regelmäßig Grund- und Aufbaukurse angeboten – Ziel ist neben der Ressourcenorientierung in der Patientenbetreuung das rückschonende Arbeiten der Pflegenden. Auf den Stationen

Chirurgie und Interne sind die Pflegepersonen zu 90% geschult. Krankenstände wegen Rückenbeschwerden gibt es kaum.

Breites Fortbildungsangebot: Bei den Angeboten wird neben den fachlichen Themen auch Wert gelegt auf Kommunikation, Konfliktbewältigung, Stressbewältigung, Fähigkeit zur Abgrenzung, etc.

Mitarbeiterorientierungsgespräche sind im Pflegebereich voll etabliert.

Pfl.Dir akad. KH-Managerin Monika Oberndorfer

Neues aus den Partnerkrankenhäusern

Systematische Verankerung der Gesundheitsförderung im Krankenhaus Lainz Das KH Lainz (KHL) ist seit 1999 Mitglied im ÖNGK und hatte einige sehr gute Projekte gestartet, wovon einzelne bereits abgeschlossen und evaluiert sind.

Seit nun der Wiener Krankenanstaltenverbund Gesundheitsförderung und Umweltschutz als Teil der Qualitätsarbeit von seinen Häusern einfordert, hat sich die Kollegiale Führung des KHL zu einem systematischen Ansatz entschlossen. Es wurde ein neues Mitglied der Qualitätskommission ernannt, das den Auftrag hat, Gesundheitsförderung im KHL voranzutreiben. Ebenso in der Qualitätskommission vertreten ist die Leiterin des Umweltbeirats. Gemeinsam mit der Leiterin der Qualitätskommission gibt es somit für jede der drei Säulen der Qualitätsarbeit (Qualitätssicherung / Qualitätsmanagement – Gesundheitsförderung – Umweltschutz) eine verantwortliche Proponentin.



Um bei der Gesundheitsförderung von der reinen Projektarbeit zu systematischer Arbeit zu kommen, wurde ein Komitee gegründet, das zum größten Teil aus Mitarbeitern der zweiten Führungsebene besteht, denen Gesundheitsförderung am Herzen liegt. Die relativ hohe hierarchische Stellung der Komiteemitglieder stellt sicher, dass beschlossene Maßnahmen effizient umgesetzt werden können.

Als erstes wurde eine Bestandsaufnahme aller laufenden Projekte und Routinen vorgenommen, die den Prinzipien von Gesundheitsförderung entsprechen. Als Darstellungsform wurde eine Systematik von Themenfeldern gewählt, die nach Bedarf erweitert und vertieft werden kann. In analoger Form sollen auch die Themenfelder des Umweltschutzes und der Qualitätsarbeit im engeren Sinn dargestellt werden. Diese „Landkarte“ ist als „work in progress“ zu betrachten und stellt die Grundlage für die Planung der nächsten Schritte dar.

Da sich auf dieser Landkarte einerseits bereits zahlreiche Maßnahmen im Bereich des Patienten-Empowerment und andererseits eine ganze Reihe von mitarbeiterorientierten Maßnahmen auf materiell / somatischem Gebiet

finden, wird als nächstes das Hauptaugenmerk auf mitarbeiterorientierten psychosozialen Maßnahmen liegen, die vor allem das subjektive Stressgefühl senken sollen.

Fernziel ist das Erreichen einer allgemeinen Bewusstseinsbildung, die - ähnlich wie heute schon beim Umweltschutz – jede Maßnahme und

jede Entscheidung hinsichtlich ihrer gesundheitlichen Auswirkungen auf Mitarbeiter, Patienten, Besucher und die Krankenhausumgebung überprüft und diese entsprechend berücksichtigt.

Prim. Dr. Ulrike Sommeregger

Gesundheitsförderung bei Kindern und Jugendlichen durch das Projekt „Adipositasgruppe“ der pädiatrischen Abteilung am Weinviertelklinikum Mistelbach

Vorbemerkung

Unter Adipositas versteht man ein Übergewicht von mehr als 20% des Sollgewichts. 15-20% aller schulpflichtigen Kinder sind übergewichtig, 80% aller übergewichtigen Kinder werden adipöse Erwachsene mit einem erhöhten Risiko für folgende Erkrankungen:

- Störungen des **Kohlenhydratstoffwechsels**: Diabetes Typ I
- Störungen des **Fettstoffwechsels**: erhöhte Blutfette mit atherosklerotischen Folgeerkrankungen wie Hypertonie, Insult, Myocardinfarkt
- Haltungs- und **Gelenkschäden**



Ursachen

- Hyperkalorische Ernährung, Überangebot an Fertiggerichten, Diäten – Reboundphänomen

- Bewegungsmangel
- Mangelnde Tischkultur

Das multimodale Behandlungsprogramm basiert auf 3 Grundelementen:

Sport

Abbau von Fett- und Aufbau von Muskelgewebe, Training von Ausdauer und Kondition, Steigerung des allgemeinen Wohlbefindens und der Körperwahrnehmung. Durch neu erlernte Bewegungsmuster wird zusätzliche körperliche Bewegung in den Alltag der Kinder integriert. Dabei wird in gemeinsamen Bewegungsspielen die oft verlernte Lust auf Bewegung neu geweckt.

Langfristige Ernährungsumstellung

Mittels Ernährungstagebüchern wird das derzeitige Essverhalten der Teilnehmer/innen erfasst und anhand einer Ernährungspyramide ein Überblick über ernährungs-physiologisch wertvolle und ungünstige Nahrungsmittel vermittelt. Anhand von Essregeln wird die Bereitschaft zu vollwertiger Ernährung und zu einer täglichen Einnahme von 5 Mahlzeiten vermittelt. Empfohlen werden:

- Qualitativ: viele Vollwertprodukte, wenig Süßes, wenig tierisches Eiweiß, wenig Fett
- Quantitativ: kleinere Portionen
- Zeitliche Struktur der Nahrungsaufnahme

Psychologische und verhaltens-therapeutische Methoden

Unterstützt wird das Verhaltenstraining durch Belohnungsprogramme, Selbstbeobachtung, Selbstbewertung, Selbstverstärkung, Rollenspiel, Körperschema, etc. Pädagogisch-verhaltenstherapeutische Konzepte fördern verbale Fähigkeiten, Selbstständigkeit und Selbstsicherheit. Es werden Alternativen zur Langeweilebekämpfung und falscher Belohnungsstrategie vermittelt. In Entspannungsübungen, autogenem Training und angeleiteter Hypnotherapie wird am eigenen Körperschema gearbeitet, in einzelnen Fällen wird Psychotherapie vermittelt.

Ablauf

Ein Curriculum besteht aus 10 zweistündigen Sitzungen mit etwa 20 adipösen Kindern und Jugendlichen, die durch Vorträge und Erarbeitung von Informationsbausteinen in Kleingruppen, Hausaufgaben, aber auch durch Partys oder gemeinsames Einkaufen von Lebensmitteln zu einem neuen Ess- und Bewegungsverhalten motiviert werden.

Thema

„Führen Sie (sich) gesund?“ - Bericht vom Open Space-Workshop für Führungskräfte am 30.11.2004 im Jugendstiltheater Baumgartner Höhe

Von diesem Thema fühlten sich die Führungskräfte der Wiener Spitäler und Pflegeeinrichtungen so sehr angesprochen, dass anstelle der erwarteten 80 Personen schließlich 130 Personen am Workshop teilnahmen – davon die große Mehrheit (104 Personen) aus dem Wiener Krankenanstaltenverbund, 13 Vertreter/innen von privaten Trägern, 9 Personen aus Ordenseinrichtungen und 4 Personen aus von Sozialversicherungen getragenen Einrichtungen. Insgesamt waren 34 Häuser vertreten, davon 23 Spitäler und 11 Pflegeeinrichtungen. An dieser Stelle sei auch dem Wiener Krankenanstaltenverbund Dank ausgesprochen, der durch Mitfinanzierung des Workshops die Teilnahme aller angemeldeten Personen ermöglichte.

Seitens des Gastgeberhauses, des SMZ

Evaluation

Evaluiert wird über einen Zeitraum von 6 bzw. 12 Monaten anhand von:

- Bodymassindex (BMI),
- Messung des Fettgehalts mittels Bioimpedanzanalyse,
- Hautfaltendickemessung mittels Kaliper.

Ergebnis

Von 20 Probanden beendeten 17 das ganze Curriculum, wobei über einen Zeitraum von sechs Monaten bei Zunahme der Körpergröße das Ausgangsgewicht bzw. der BMI gehalten oder reduziert werden konnte. Langfristige Verlaufskontrollen sind geplant.

*Prim. Dr. Hermann Coradello
Dr. Michaela C. Moser
Dr. Michaela Schütz-Pertschy*

Baumgartner Höhe, eröffnete Herr Dir. Josef Aumayr die Veranstaltung. Gen.Oberin Charlotte Staudinger begrüßte die TeilnehmerInnen seitens des KAV, der im Jahr 2005 eine große Führungsoffensive starten wird. Die Begrüßung für den Veranstalter, die Bereichsleitung für Sozial- und Gesundheitsplanung sowie Finanzmanagement, übernahm Dr. Susanne Herbek.

Nach einem einleitenden Impulsreferat von Mag. Christina Dietscher und Mag. Peter Nowak zum Thema lief der Tag als Open Space-Veranstaltung ab, in deren Rahmen die Teilnehmer/innen eigene Anliegen und Interessen rund um das Thema „Gesundheitsförderndes Führen“ einbringen und bearbeiten konnten. Moderiert wurde der Tag von Coach Andrea Graf. Folgende Themen wurden im Rahmen des Workshops aufgegriffen:

- Freude im Job
- Überwindung der Einsamkeit in der Führungsposition
- Lobkultur
- Ärzte-Arbeitszeitgesetz
- Mobilisierung und Umsetzung von Energien für Veränderungen
- Rauchfreies Krankenhaus
- Gesundheitsförderung = Patientenorientierung
- Feedback
- Burnout
- Das ehrliche Gespräch
- Wohlfühlen im Gebäude
- Halbvoll / Halbleer?
- Gesundheitsförderung für Ältere
- Gefordert – überfordert?
- Fehlerfreundlichkeit

Die abschließende Feedbackrunde ergab ein sehr positives Echo auf die Veranstaltung. Die TeilnehmerInnen bestätigten noch einmal die Relevanz des Themas. Viele gingen mit dem Vorsatz nach Hause, Gesundheitsförderung in ihrem Führungsalltag verstärkt zu berücksichtigen.

Weitere Informationen zum Workshop, die Folien des Impulsreferats sowie Kurzberichte zu den Arbeitskreisen finden Sie auf der Web-Site des Wiener Informationsnetzwerks unter <http://www.gspwien-info.net/hm/veranstaltungen4.htm>

Mag. Christina Dietscher

Factsheet: „Gesundheitsförderndes Führen in Spitälern und Pflegeeinrichtungen“

Führungskräfte haben zwar viele Möglichkeiten, ihren Arbeitsbereich aktiv zu gestalten, sind aber auch vielen Belastungen ausgesetzt – einer Studie des Karlsruher Instituts für Arbeits- und Sozialhygiene zufolge leidet bereits jede vierte Führungskraft an einem Burnout-Syndrom. Problematisch daran ist sowohl die persönlich erlebte Belastung der Führungskräfte als auch die Tatsache, dass belastete Führungskräfte diese Belastungen an ihre MitarbeiterInnen weitergeben können. Gesundheitsförderung für Führungskräfte ist daher ein wesentliches Thema für die Gesundheit im Unternehmen insgesamt und war im Jahr 2004 einer der inhaltlichen Schwerpunkte des Wiener Informationsnetzwerks.

In diesem Kontext wurde in Fact-Sheet erarbeitet, das den aktuellen Kenntnisstand der Literatur zu drei Themenbereichen zusammenfasst:

- Gesundheitsförderndes Selbst-Management von Führungskräften
- Gesundheitsfördernde Führung von MitarbeiterInnen
- Gesundheitsförderung als inhaltliche Führungsaufgabe + Gesundheitsfördernde (Qualitäts-)Management-Strukturen

Gesundheitsförderndes Selbst-Management von Führungskräften

Selbstmanagement der eigenen psychischen, körperlichen und sozialen Gesundheit (unabhängig von den zu leistenden Führungsaufgaben):

So wie auch ihre MitarbeiterInnen sind Führungskräfte zunächst einmal Menschen mit körperlichen, psychischen und sozialen Bedürfnissen. Das Selbst-Management dieser Bedürfnisse ist wesentlich für das eigene Wohlbefinden und bildet die Basis für gesundheitsförderndes Arbeiten. Im Bereich der psychischen Gesundheit umfasst Selbstmanagement etwa die Entwicklung von Coping-Strategien für Belastungen, Entspannungstechniken und emotionales Selbstmanagement. Zum Selbstmanagement der körperlichen Gesundheit trägt eine ausgewogene Ernährung ebenso bei wie körperliche Betätigung, die auch den Stressabbau fördert. Zentral ist das Selbstmanagement der sozialen Gesundheit: Hier geht es darum, private und berufliche Interessen ausgewogen verbinden zu können, und die Balance zwischen Arbeit und Freiheit zu halten (z.B. durch Zeitmanagement)

Gesundheitsförderndes Management der eigenen Führungsrolle

Führungskräfte haben in der Regel die Möglichkeit, ihre Arbeitsaufgaben und Arbeitsbedingungen bis zu einem gewissen Grad selbst zu bestimmen. Die Nutzung dieses Gestaltungsspielraums – in bezug auf Arbeitsinhalte und verfügbare Ressourcen ebenso wie bezüglich der räumlichen Gestaltung des eigenen Arbeitsplatzes – ist ein zentraler Bereich des gesundheitsfördernden Selbstmanagements in der Führungsrolle. Der zweite Bereich ist das professionelle Management und die professionelle Durchführung der zu erledigenden Aufgaben. Dazu gehört neben einer realistischen Zeit- und Arbeitsplanung und dem Delegieren von Aufgaben an Dritte auch die permanente Weiterentwicklung der eigenen Führungskompetenz und nicht zuletzt das Beziehen von Unterstützung (kollegiale Gespräche, Coaching, Supervision) z.B. bei schwierigen Entscheidungen oder Arbeitssituationen.

Gesundheitsfördernde Führung von MitarbeiterInnen

Umgang mit den MitarbeiterInnen

Die Fachliteratur beschreibt klar den Zusammenhang zwischen dem Verhalten von Führungskräften und der Gesundheit bzw. Krankheit ihrer Mitarbeiter/innen. Der Umgang mit den MitarbeiterInnen ist daher ein wichtiges Thema für das gesundheitsfördernde Führen. Wesentlich dafür sind partizipative Führungsmodelle, klare Kommunikationsstrukturen und Informationsweitergabe, klare Vermittlung von Aufgaben, Rechten und Pflichten der MitarbeiterInnen, die Motivation der MitarbeiterInnen und das rechtzeitige Erkennen und Bearbeiten von Problemen.

Gestaltung von Arbeitsbedingungen

Spitäler und Pflegeeinrichtungen als Arbeitsumfeld wirken sich ebenfalls zentral auf die Gesundheit der MitarbeiterInnen aus. Führungskräfte können ihren Einfluss nutzen, um die materielle Arbeitsumgebung gesünder zu gestalten, aber auch Arbeitsprozesse

mitarbeiter/innenfreundlich zu gestalten (z.B. durch gute Organisation, durch Berücksichtigung der Stärken und Schwächen von MitarbeiterInnen bei der Zuordnung von Arbeitsbereichen, durch Übertragung klarer Handlungs- und Entscheidungsspielräume an MitarbeiterInnen, durch Förderung von Maßnahmen des Productive Ageing)

Gesundheitsförderung als inhaltliche Führungsaufgabe+ gesundheitsfördernde (Qualitäts-)Management-Strukturen

Inhaltliche Führungsaufgabe

Zwei internationale WHO-Arbeitsgruppen haben 18 Strategien und 5 Standards der Gesundheitsförderung im Krankenhaus entwickelt. Diese können im wesentlichen auch auf Pflegeeinrichtungen angewendet werden. Inhaltlich beziehen sie sich auf PatientInnen, MitarbeiterInnen und die Bevölkerung im Einzugsgebiet des Spitals / der Pflegeeinrichtung (weitere Infos zu den 18 Strategien:

<http://www.hph-hc.cc/Downloads/HPH-Publications/Working-Paper-HPH-core-strategies-draft041019.pdf>; Infos zu den fünf

Standards siehe <http://www.euro.who.int/eprise/main/who/programs/hph/home>)

Gesundheitsfördernde (Qualitäts-)Management-Strukturen:

Um Gesundheitsförderung nachhaltig in einem Spital / einer Pflegeeinrichtung zu verankern, ist die Integration ins (Qualitäts-)Management eines Hauses erforderlich. Dies reicht von der Verankerung von Gesundheitsförderung im Leitbild des Hauses über die Definition von Gesundheitsförderung als explizite Verantwortung des (Qualitäts-)Managements, die Widmung von Ressourcen, die Entwicklung von Aktionsplänen und die Umsetzung in Projekten bis zum Monitoring, zur Evaluation und zur Berichterstattung.

Das gesamte Factsheet zum Downloaden finden Sie unter

http://www.gspwien-info.net/downloads/Factsheet_GF-Fuehrung.pdf

Auf dem Weg zum rauchfreien Krankenhaus - Europäisches Netzwerk Rauchfreier Krankenhäuser



Rauchen ist einer der bedeutendsten, vermeidbaren Risikofaktoren für Krankheiten und die Ursache für frühzeitigen Tod. 90% aller Lungenkrebserkrankungen, 75% von chronischer

Bronchitis und Lungenemphysem, sowie 36% aller Herzinfarkte sind tabakbedingt. Bei mehr als 70% der Menschen mit Asthma konnte ein Zusammenhang mit dem Rauchen festgestellt werden. Rauchen in der Schwangerschaft führt zu Fehlgeburten, Todgeburten, plötzlichem Kindstod, Untergewicht und beeinträchtigt die Entwicklung der Atemwegsorgane. Es gibt kaum ein menschliches Organ, das nicht durch das Rauchen angegriffen wird und Schaden nimmt.

Um das rauchfreie Krankenhaus in Europa zu fördern, wurde 1999 das Europäische Netzwerk Rauchfreies Krankenhaus (ENSH) im Rahmen eines EU Projektes gegründet. Heute umfasst ENSH 800 Krankenhäuser in 17 EU Mitgliedsstaaten: Belgien, Cypern, Dänemark, Deutschland, Finnland, Frankreich, Griechenland, Großbritannien, Irland, Italien, Malta, Portugal, Rumänien, Spanien, Schweden, Tschechische Rep., Ungarn. Das europäische Koordinationsbüro befindet sich in Frankreich.

Die Grundlage für die Entwicklung und Umsetzung der ENSH Rauchfrei-Konzepts ist ein europäischer Kodex, der in 10 Schritten die Entwicklung zum rauchfreien Krankenhaus beschreibt. Diese 10 Schritte setzen an den alltäglichen Umsatzschwierigkeiten an und bieten somit realistische und praktikable Vorschläge zur Lösung dieser Probleme an.

Europäischer Kodex Rauchfreies Krankenhaus

1. **Engagement** – Alle Entscheidungsträger werden in die Aktivitäten zum Rauchfreien Krankenhaus einbezogen und wirken mit. Patienten und Besucher werden informiert.
2. **Kommunikation** – Eine Arbeitsgruppe wird eingerichtet. Ein Strategie- und Maßnahmenplan wird entwickelt.

3. **Schulung und Prävention** – Ein Schulungsprogramm wird eingerichtet und das Personal im richtigen Umgang mit Rauchern geschult.
4. **Tabakentwöhnungsangebote** – Tabakentwöhnungsmaßnahmen für Patienten und Personal werden angeboten. Unterstützung bei der Tabakentwöhnung wird Patienten auch nach deren Entlassung gewährleistet.
5. **Nichtraucherschutz – Raucherbereiche**, solange ihr Vorhandensein als notwendig erachtet wird, sind von klinischen Bereichen und Aufnahmebereichen strikt getrennt. Sie sind deutlich ausgewiesen.
6. **Einschränkung der Anreize zum Rauchen – Eine ausreichende Beschilderung (auch Poster, Wegweiser, usw.) weist auf das generelle Rauchverbot hin. Tabakautomaten und Aschenbecher werden aus dem Krankenhausgebäude und vom Gelände entfernt.**
7. **Gesunde Arbeitsplätze** – Die Gesundheit des Krankenhauspersonals wird durch Nichtraucherschutz gefördert.
8. **Gesundheitsförderung** – Das Krankenhaus unterstützt Aktionen zur Förderung des Nichtrauchens in der Region.
9. **Überprüfung der Aktivitäten zum rauchfreien Krankenhaus** – Informationsmaterialien werden laufend aktualisiert. Die Einhaltung der Nichtraucherschutzregelungen wird ständig geprüft und dokumentiert.
10. **Langfristige Umsetzung** – Zuerst überzeugen! Verbote – wenn nötig! Geduld haben!

Instrumente

Die Umsetzung des Rauchfrei-Konzepts wird durch einen Leitfaden unterstützt. Zur Feststellung der Ausgangssituation und zur Bestandsaufnahme des Fortschritts wurden zwei Fragebögen entwickelt:

- Ein Fragebogen zur Selbsteinschätzung wurde auf der Grundlage des 10 Punkte Codex erstellt. Es wird empfohlen, diese Selbsteinschätzung einmal pro Jahr durchzuführen, um Maßnahmen zur weiteren Umsetzung treffen zu können. Weiterhin ist

dieser Fragebogen der Ausgangspunkt für eine Zertifizierung auf drei Stufen: Bronze, Silber und Gold.

- Ein anonymen Fragebogen ermöglicht die Rauchgewohnheiten des Krankenhauspersonals zu erheben und die Umsetzung des Rauchfrei-Konzepts im eigenen Haus gezielt voranzutreiben.
- Weitere Instrumente zur Umsetzung des Rauchfrei-Konzepts in Geburtshilfeabteilungen und -einrichtungen sind zur Zeit in der Vorbereitung.



Die Mitgliedschaft im Europäischen Netzwerk Rauchfreies Krankenhaus (ENSH) kann durch einen formlosen schriftlichen Antrag und eine Erklärung der Krankenhausleitung von dem betreffenden nationalen Koordinator erworben werden, in der sie ihr Engagement zur Umsetzung des europäischen Kodex und ihr Einverständnis zur Durchführung einer ersten Selbsteinschätzung mittels Fragebogen erklärt. Wir würden uns freuen, demnächst auch Partner aus Österreich begrüßen zu können.

Mehr über den Europäischen Kodex und die Instrumente zur Umsetzung in deutscher Sprache können Sie auf der Webseite des deutschen Koordinationspartners des Europäischen Netzwerks Rauchfreies Krankenhaus finden <http://www.dngfk.de/> oder auf der Webseite des Europäischen Netzwerkes in englisch oder französisch: <http://ensh.aphp.fr/>.

Für weitere Informationen zum ENSH Rauchfrei-Konzept oder einer Mitgliedschaft, steht Ihnen Sibylle Fleitmann, Beraterin für das Europäische Netzwerk Rauchfreies Krankenhaus zur Verfügung (s.fleitmann@gmx.de)

Sibylle Fleitmann (ENHS)

Abschlusskonferenz des europäischen Projekts „Migrant Friendly Hospitals – Hospitals in a culturally diverse Europe“: Ein Kurzbericht

Von 9. bis 11. Dezember fand in Amsterdam die Abschlussveranstaltung des EU – Projekts “Migrant-Friendly Hospitals” statt. Im Rahmen der Konferenz wurden die Ergebnisse von mehr als 2 Jahren Arbeit durch Vertreter der 11 teilnehmenden Pilotspitäler präsentiert. Im Rahmen von Workshops und Podiumsveranstaltungen gab es die Möglichkeit der Diskussion und des Gedankenaustauschs mit Vertretern unterschiedlicher Gesundheitsberufe, Politikern und Vertretern von Patientenvertretungen und anderen NGOs.

Neben dem Gesamtprojekt wurden auch die Subprojekte „Improving interpreting in clinical communication“, „Migrant-friendly information and training in mother and child care“ und „Staff training towards cultural competence“ vorgestellt. Das offene Gesprächsklima ermöglichte die

Diskussion von erfolgreichen und weniger erfolgreichen Strategien. Den Verantwortlichen ähnlicher Projekte wird es dadurch möglich sein optimale Voraussetzungen für ihre Initiativen zu schaffen und einige Fehlerquellen von Beginn an auszuschalten.

Einleitend wurde die „Amsterdam Declaration: Towards migrant-friendly hospitals in an ethno-culturally diverse Europe“ das erste Mal öffentlich präsentiert. Dieses wichtige Dokument wird vor der weiteren Verbreitung als Reaktion auf die Änderungs- und Verbesserungsvorschläge aus dem Publikum adaptiert werden.

Das Programm der Konferenz wurde ergänzt durch zahlreiche Expertenvorlesungen. Thema dieser Vorlesungen waren die zunehmenden globalen Migrationsbewegungen und ihre

Bedeutung für Gesundheitsversorgung und -vorsorge.



Grafik: Die 11 teilnehmenden europäischen Länder

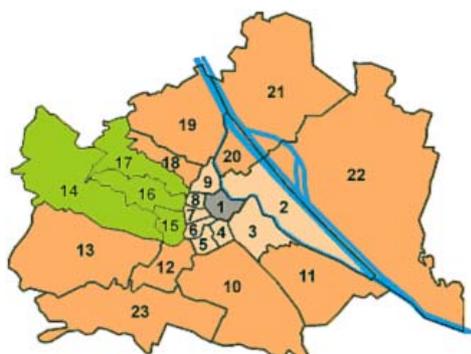
Im Anschluss an die Konferenz fand das erste offizielle Treffen der Task Force „Migrant-friendly Hospitals“ des HPH – Netzwerkes statt. Die Erfahrungen und Ergebnisse die während der Laufzeit des Projekts gewonnen wurden sollen mit interessierten Partnern geteilt werden. Die Bemühungen kulturelle Kompetenz in Spitälern in Europa aber auch außerhalb Europas zu einer selbstverständlichen Qualität zu machen sollen fortgesetzt werden.

Die Amsterdam Declaration sowie die Projektberichte der 11 Europäischen Partnerspitälern und weitere Informationen über die Konferenz finden Sie ab Mitte Jänner 2005 unter www.mfh-eu.net.

Dr. Karoline Kandel, Projektleiterin „MFH“ im Kaiser Franz Josef Spital, SMZ Süd

PatientInnenbeteiligung und Integration im Gesundheitswesen – Empfehlungen des Wiener Modellprojekts PIK „PatientInnenorientierte integrierte Krankenbetreuung“

In vier Wiener Bezirken wurde zweieinhalb Jahre in einem Modellprojekt an der Verbesserung der PatientInnenorientierung an Schnittstellen in der Krankenbetreuung gearbeitet. Das „PIK-Projekt“ ist nun abgeschlossen und die Ergebnisse der Arbeit von ca. 200 engagierten Personen aus allen Bereichen des Gesundheitswesens liegen vor.



Ein ehrgeiziges Ziel des Projekts war es, erfolgreiche Maßnahmen für einen wien- und ggf. bundesweiten Transfer auszuarbeiten. Auf Basis der Umsetzungserfahrungen und -ergebnisse wurden von einer Expert/innenkommission 20

Einzelmaßnahmen des PIK-Projektes für den Transfer vorgeschlagen, wie z.B. ein wienweit einheitliches Zuweisungsformular, Case Management im Entlassungsmanagement, Selbsthilfegruppen im Krankenhaus.

Viele der empfohlenen Maßnahmen brauchen für einen breiten Transfer unterstützende Rahmenbedingungen, die von den Projektgremien als sieben „Empfehlungen zur strukturellen Weiterentwicklung des Gesundheits- und Sozialwesens“ formuliert wurden. Von Abstimmungsgremien auf Landesebene bis zur Finanzierung von Schnittstellenleistungen reichen die Vorschläge, um ein gut integriertes und an den Bedürfnissen der PatientInnen orientiertes Gesundheitssystem abzusichern.

Mit dem offiziellen Abschluss des Projekts am 3. Dezember 2004 im Wiener Rathaus ist der Weg vorbereitet für die breite Umsetzung dessen, was im PIK-Projekt als erfolgreich und zukunftsweisend für mehr PatientInnenorientierung an den Schnittstellen in der Krankenbetreuung bewertet wurde.



Alle Projektergebnisse im Detail und der Transferbericht sind auf der Homepage des PIK-Projekts (www.pik-wien.at) nachzulesen

Mag. Christa Peinhaupt

Hinweise

Veranstaltungen

- 13th International Conference on Health Promoting Hospitals: „Empowering for health – Practicing the principles“ 18.-20. Mai 2005, Dublin, Irland.
Weitere Informationen und Link zu den Abstracts: <http://www.univie.ac.at/hph/dublin2005>
- 2. Gemeinsame Konferenz der Deutschsprachigen Netzwerke Gesundheitsfördernder Krankenhäuser: „Das Gesundheitsfördernde Krankenhaus – Krankenhaus mit Zukunft: Beiträge zur Positionierung des Krankenhauses in einem reformierten Gesundheitswesen“
21.-23. September 2005, Berlin, Deutschland
Weitere Informationen im Internet: <http://www.gesundheitsfoerdern.de>
- 19. Steinhof-Symposion: „Das Gesundheitsfördernde Krankenhaus – auf dem Weg zu einer gesunden Partnerschaft zwischen PatientInnen, MitarbeiterInnen und Umwelt“
10.-11. November 2005, SMZ Baumgartner Höhe – Otto Wagner Spital mit Pflegezentrum, Wien

Impressum

Herausgeber:

Steuerungsgremium des ÖNGK (Bundesministerium für Gesundheit und Frauen; LBIMGS; ÖGTPGF; Partnerkrankenhäuser des ÖNGK)

Redaktionsteam:

Dr. Ursula Fronaschütz (BMGF – Sektion IV/5)
Mag. Christina Dietscher (LBIMGS)

Redaktionelle Koordination:

Astrid Loidolt (LBIMGS)
Hermann Schmied (LBIMGS)