



Faktenblatt 65

«KOMPASS» – Selbstmanagement für Betroffene einer muskuloskelettalen Erkrankung

Erkenntnisse über Erfolgsfaktoren, Hindernisse und Wirkungen des von Gesundheitsförderung Schweiz geförderten Projekts

Abstract

Die Stärkung der Selbstmanagement-Kompetenz der von chronischen Erkrankungen Betroffenen ist zentraler Bestandteil eines ganzheitlichen Betreuungsansatzes. Das Projekt «KOMPASS» setzt genau da an und vermittelt Wissen, Motivation und Kompetenzen – sowohl bei den Multiplikatorinnen und Multiplikatoren als auch bei den Patientinnen und Patienten. Die Selbstevaluation zeigt, dass auf der Ebene der Multiplikatorinnen und Multiplikatoren die medizinische Praxisassistentin und die medizinische Praxiskoordinatorin (MPA/MPK) durch die zweiteilige Weiterbildung in ihrer Beratungskompetenz gestärkt werden und dass eine Rollen-erweiterung innerhalb der ärztlichen Praxis denkbar ist. Auf der Ebene der Patientinnen und Patienten konnte – ganz im Sinne der Selbstmanagement-Förderung – eine Verbesserung des Wissens zur Erkrankung, der Einstellung, der Fertigkeiten und des Verhaltens im Umgang mit der Erkrankung erreicht werden. «KOMPASS» wurde von der Rheumaliga Schweiz initiiert und in Zusammenarbeit mit zwei Fachorganisationen sowie der Weiterbildungsanbieterin Careum durchgeführt.

Erzielte Wirkungen

Auf der Ebene der Multiplikatorinnen und Multiplikatoren:

Wissenszuwachs und gestärkte Beratungskompetenz der MPA/MPK im Thema Selbstmanagement in Bezug auf die muskuloskelettalen Erkrankungen (explizit: Arthritis und Osteoporose)

Auf der Ebene der Patientinnen und Patienten:

Verbesserte Selbstmanagement-Kompetenz im Umgang mit der eigenen muskuloskelettalen Erkrankung mit Fokus auf Autonomie und Lebensqualität

1 Das Projekt «KOMPASS»

Selbstmanagement-Förderung ist ein aktuelles und zentrales Anliegen, das in den nationalen Strategien 2018–2024 zu nichtübertragbaren Krankheiten (Non-communicable Diseases, NCDs) und Sucht sowie in den koordinierten Massnahmen zur psychischen Gesundheit thematisiert wird. In der Schweiz be-

Inhaltsverzeichnis

1	Das Projekt «KOMPASS»	1
2	Umsetzung und Wirkungen	2
3	Fazit	5
4	Eckdaten zum Projekt	6

stehen aktuell nur wenig evidenzbasierte Angebote. «KOMPASS» verfolgt das übergeordnete Ziel, Selbstmanagement im Bereich der muskuloskelettalen Erkrankungen (am Beispiel von Arthritis und Osteoporose) stärker in die Gesundheitsversorgung einzubinden. Längerfristig beabsichtigt «KOMPASS», die Rolle der MPA/MPK¹ innerhalb der rheumatologischen Praxis weiterzuentwickeln und eine Anlauf- und Koordinationsstelle für Fragestellungen rund um muskuloskelettale Erkrankungen aufzubauen. «KOMPASS» schult in einem ersten Schritt die MPA/MPK als Multiplikatorinnen in den Selbstmanagement-Kompetenzen auf den Ebenen «Wissen» (z. B. Therapiemöglichkeiten), «Fertigkeiten» (z. B. Symptombeobachtung) und «Motivation» (z. B. Lebensstilanpassung im Bereich Bewegung). In einem zweiten Schritt geben die MPA/MPK als Beraterinnen ihr Wissen an die Patientinnen und Patienten weiter, um sie zur Stärkung ihrer Selbstmanagement-Kompetenzen zu befähigen.

«KOMPASS» findet im Rahmen von Einzelberatungen innerhalb der ambulanten rheumatologischen Praxis statt. Patientinnen und Patienten werden durch die Rheumatologinnen und Rheumatologen oder die MPA/MPK auf das für sie kostenlose Beratungsangebot hingewiesen.

2 Umsetzung und Wirkungen

2.1 Ressourcen, Umsetzung und erbrachte Leistungen des Projekts

Das Projekt wurde unter dem Lead der Rheumaliga Schweiz (RLS) initiiert und durchgeführt. Das Projektkonsortium umfasste zusätzlich die beiden Fachorganisationen der involvierten medizinischen Berufsgruppen, die Schweizerische Gesellschaft für Rheumatologie (SGR) und den Schweizerischen Verband Medizinischer Praxis-Fachpersonen (SVA), sowie die Weiterbildungsanbieterin Careum. Die Projektleitung und eine Koordinationsstelle waren bei der Rheumaliga Schweiz angesiedelt, ein Board der Konsortiumsmitglieder begleitete das Projekt.

Diese Projektstruktur ermöglichte die Verknüpfung des im Projekt benötigten Know-hows und die Integration der anzusprechenden Multiplikatorinnen und Multiplikatoren über ihre Fachgesellschaften. Sie erwies sich auch in Zeiten der Coronavirus-Pandemie und bei einem personellen Wechsel in der Projektleitung als tragfähig und zielführend für das Pilotprojekt.

Zu Projektbeginn wurde gemeinsam mit Careum Weiterbildung das Modul «Betreuung von Langzeitpatientinnen und -patienten durch MPA – Modul Rheuma» ausgearbeitet. Gleichzeitig erarbeitete die RLS eine dreitägige Weiterbildung, um das Beratungskonzept und dessen Anwendung in der Praxis zu schulen. Bis Ende 2020 wurden in drei Weiterbildungszyklen 15 MPA weitergebildet. Gleichzeitig konnten 11 Pilotpraxen mit zusammen 20 Fachärztinnen und Fachärzten rekrutiert werden, wobei sich persönliche Besuche der Projektleitung bei interessierten Praxen bewährten. In den Praxen wurden 59 von Arthritis oder Osteoporose Betroffene mit dem Beratungsangebot erreicht, 52 hatten per Ende Dezember 2021 die Beratung abgeschlossen. Insgesamt wurden 369 Beratungsstunden geleistet.

An finanziellen Ressourcen standen dem Projekt gesamthaft 342 000 CHF zur Verfügung, 200 000 CHF davon aus der PGV-Projektförderung (Tabelle 1). 276 000 CHF wurden für die Projektleitung und -koordination benötigt. Darin enthalten waren der Aufwand für die Konzepterarbeitung, der Betrieb der Koordinationsstelle der RLS sowie die Durchführung der Selbstevaluation.

Für die Weiterbildung der MPA/MPK und die Honorare der MPA für die Beratungsleistungen in den Pilotpraxen wurden insgesamt rund 60 000 CHF aufgewendet. Auf Kommunikation und Administration entfielen etwas mehr als 18 000 CHF. Es resultierte ein Projektverlust von rund 12 000 CHF, der von der RLS übernommen wurde.

Die Verlängerung 2021 benötigte weitere 100 000 CHF, die durch Eigenmittel der Rheumaliga Schweiz sowie weitere Stiftungsgelder gedeckt wurden.

1 MPA: medizinische Praxisassistentin; MPK: medizinische Praxiskoordinatorin.

TABELLE 1

Projektrechnung «KOMPASS»

Einnahmen	2019 (Vertragsjahr 1)	2020 (Vertragsjahr 2)
Gesundheitsförderung Schweiz	100 000	100 000
Eigenmittel (total)	20 000	22 000
davon Personalressourcen	0	0
Drittmittel	40 000	60 000
Ausgaben		
Projektleitung/-koordination	110 000	166 000
Schulung/Weiterbildung	29 700	20 430
Kommunikation/Marketing	0	10 500
Evaluation	—*	—*
Administration	3 500	4 375
Projektspezifisch: Honorare MPK/MPA	0	9 620

* Keine Angabe, da die Kosten der Selbstevaluation in der Rubrik «Projektleitung/-koordination» enthalten sind

2.2 Wirkungsorientierung, -modell und Selbstevaluation des Projekts

Wirkungsorientierung

Alle von Gesundheitsförderung Schweiz geförderten Projekte sind der Wirkungsorientierung verpflichtet. Sie richten ihre Projektaktivitäten an einem Wirkungsmodell aus, welches die beabsichtigte Wirkungslogik aufzeigt.

Selbstevaluation

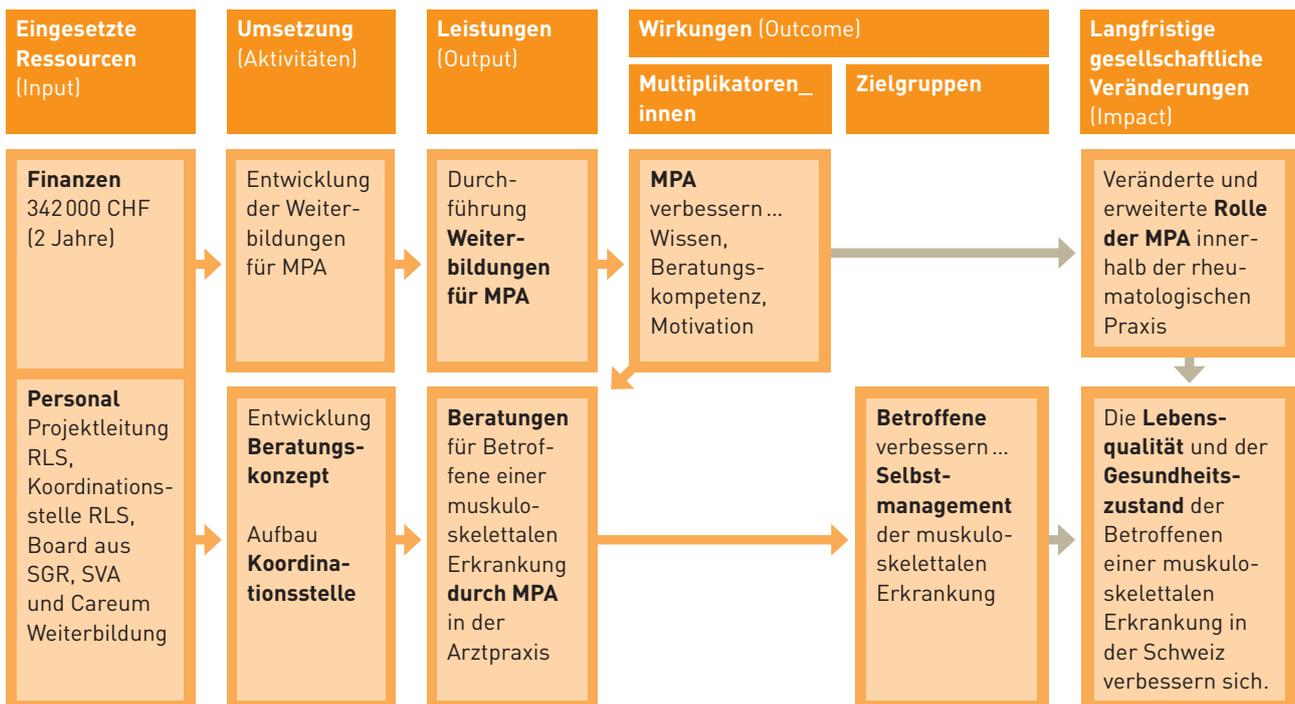
Die Wirkungen des Projekts «KOMPASS» wurden im Rahmen einer Selbstevaluation überprüft.²

Folgende Daten bildeten die Grundlage:

- Monitoring der Anzahl Teilnehmender (Praxen, MPA, Patientinnen und Patienten)
- Schriftliches Feedback zu den Weiterbildungen der MPA und Prüfung des Weiterbildungserfolgs der MPA
- Schriftliche Befragung der teilnehmenden Patientinnen und Patienten mit Follow-up nach zwei Monaten
- Gruppeninterviews mit teilnehmender Ärzteschaft/MPA

ABBILDUNG 1

Wirkungsmodell «KOMPASS»



2 Siehe [Evaluationsschlussbericht «KOMPASS»](#) (Zugriff: 15.01.2022).

2.2.1 Wirkungen bei MPA/MPK und in den Pilotpraxen (Multiplikatorinnen und Multiplikatoren)

Die Weiterbildung mit ihren Teilen bei Careum und der RLS wurde insgesamt von den Teilnehmenden gut aufgenommen, wie eine Auswertung der entsprechenden Feedbackbögen zeigt.

Die MPA/MPK schätzten ihr Wissen, ihre Fertigkeiten und ihre Einstellung hinsichtlich der Beratungsaufgabe nach erfolgreichem Abschluss der Weiterbildung als gut bis sehr gut ein.

In drei Pilotpraxen wurden Gruppeninterviews geführt. Damit konnten Hinweise auf Wirkungen auf das soziale Gefüge und die Zusammenarbeit in den Pilotpraxen gewonnen werden. Es zeigte sich, dass die Einführung eines neuen Angebots in einer ärztlichen Praxis besser gelingt, wenn zuvor das ganze Praxisteam einbezogen wird. Ausserdem wurde festgestellt, dass sich die interprofessionelle Zusammenarbeit innerhalb der Praxis intensivierte.

Insgesamt wurden die Veränderungen aufgrund der Beratungstätigkeit der MPA von den Fachärztinnen und Fachärzten und den MPA selbst positiv bewertet.

2.2.2 Wirkungen auf teilnehmende Betroffene (Patientinnen und Patienten)

Die schriftliche Befragung der Patientinnen und Patienten, die eine Beratung durch die MPA in Anspruch genommen hatten, ergab **eine hohe bis sehr hohe Zufriedenheit** in allen drei erhobenen Dimensionen: Beratungskonzept, Kompetenz der Beratenden und praktisches Setting.

Die Beratungen wurden als inhaltlich gut aufgebaut, wirkungsvoll und individuell unterstützend erlebt.

Die Selbstmanagement-Kompetenz bezüglich ihrer Erkrankung beurteilten die Teilnehmenden nach den Beratungen deutlich besser als zuvor.

Die durchschnittlichen Werte stiegen auf einer Skala von 0 bis 10 bei allen Beratungsthemen auf über 8, ungeachtet der unterschiedlichen Ausgangswerte (Abbildung 2).

Mittels bewährter Skalen aus dem *European Quality of Life-Fragebogen* (EQ-5D-5L)³ wurden auch objektivierte Veränderungen der Selbstmanagement-Kompetenz und der Lebensqualität erhoben. **Die meisten Resultate weisen einen leicht positiven Trend auf** (Abbildung 3).

Die Selbstmanagement-Kompetenz der Betroffenen konnte im Rahmen des Pilotprojekts deutlich gesteigert werden. Eine starke Verbesserung ist insbesondere in den Bereichen erworbene Handlungsstrategien, Selbstüberwachung und Krankheitsverständnis zu beobachten. Die Krankheitsaktivität ist leicht gesunken, der gegenwärtige Gesundheitszustand und

ABBILDUNG 2

Subjektive Einschätzung der Selbstmanagement-Kompetenz der Betroffenen vor (N=53) und nach der Beratung (N=50)

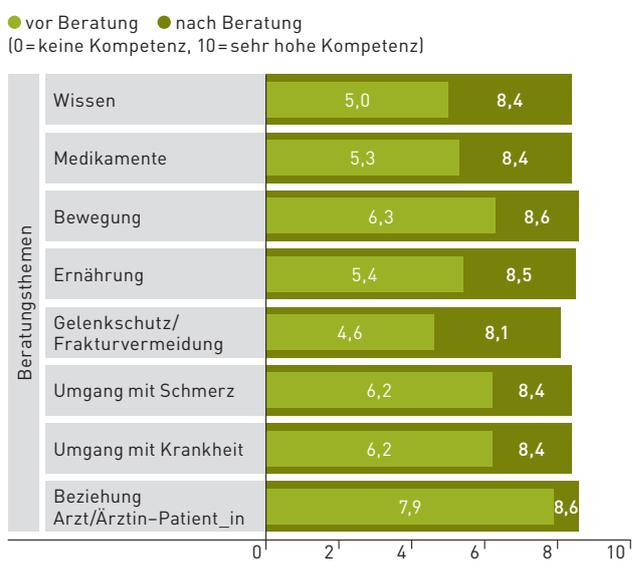
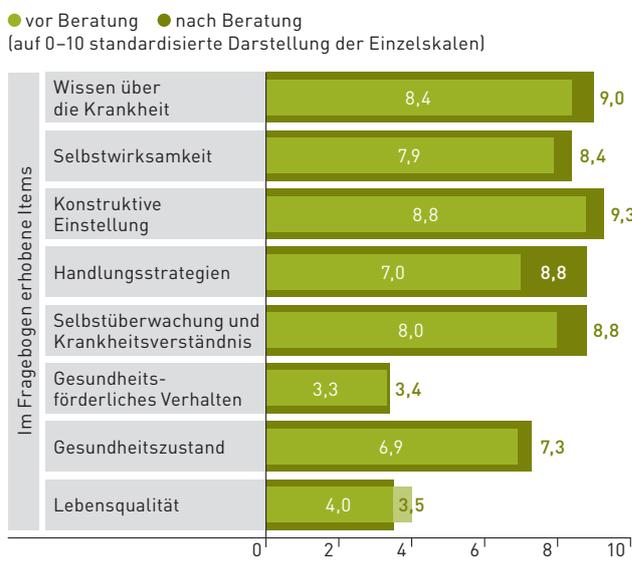


ABBILDUNG 3

Messung der Selbstmanagement-Kompetenz der Teilnehmenden vor (N=52) und nach der Beratung (N=48)



3 EuroQol: EQ-5D – <https://euroqol.org/eq-5d-instruments> (Zugriff: 12.01.2022).

die unterstützenden Handlungsstrategien werden etwas besser bewertet.

Aufgrund der tiefen Fallzahlen müssen die Ergebnisse mit Vorsicht interpretiert werden, da keine Aussage zur statistischen Signifikanz der Resultate gemacht werden kann.

Insgesamt zeigt die Evaluation auf Ebene der Betroffenen, dass die Teilnahme an der Beratung dazu führt, **dass Betroffene besser informiert sind und einen selbstbewussteren Umgang mit ihrer Krankheit erlernt haben.** Eine positive Wirkung auf Gesundheitszustand und Lebensqualität kann vermutet, aber mit den vorliegenden Resultaten nicht belegt werden.

3 Fazit

Anhand der vorliegenden Resultate wird das Pilotprojekt «KOMPASS» als erfolgreich bewertet. Für eine weiterführende Phase sind die Finanzierung, die wissenschaftliche Begleitung sowie eine zielgruppengerechte Marketing- und Kommunikationsstrategie zentrale Aspekte.

3.1 Erkenntnisse

Durchführung und Selbstevaluation des Projekts «KOMPASS» zeitigen folgende zentrale Erkenntnisse:

- I. Dank der gut strukturierten Weiterbildung fühlen sich die ausgebildeten MPA/MPK befähigt, die Patientinnen und Patienten kompetent zu beraten. Aus der Weiterbildung konnten sie sowohl einen hohen fachlichen als auch methodischen Profit für die zukünftige Beratungspraxis ziehen.
- II. Die Patientinnen und Patienten, welche einen kompletten Beratungsturnus erlebten, fühlen sich im Umgang mit der eigenen Krankheit gestärkt.
- III. Die Rekrutierung der Praxen ist sehr aufwendig und ressourcenintensiv: Es beteiligten sich lediglich 10 der insgesamt 110 über unterschiedliche Kanäle kontaktierten Praxen.
- IV. Der Zeitbedarf, um ein neues Rollenverständnis innerhalb eines ambulanten Settings zu etablieren, wurde mit zwei Jahren völlig unterschätzt: Ein Umdenken und ein Kulturwandel bezüglich der Rolle der MPA/MPK innerhalb der ambulanten rheumatologischen Praxis benötigt viel mehr Zeit. Zusätzlich erschwerte die Coronavirus-Pandemie die Arbeit mit den Akteurinnen und Akteuren im Versorgungssystem.

3.2 Potenzial des getesteten Ansatzes

Der im Projekt «KOMPASS» getestete Ansatz hat positive Wirkungen gezeigt.

Das Potenzial direkt in der Versorgung integrierter Beratungen liegt darin, dass Patientinnen und Patienten zusätzlich und ergänzend zur ärztlichen Konsultation auf einfache und niederschwellige Weise besser befähigt und motiviert werden, in ihrem Alltag einen Umgang mit ihrer Krankheit zu finden. Dass damit die Lebensqualität und die Autonomie der Betroffenen gestärkt werden, dürfte – nebst dem Wert, den die Patientinnen und Patienten unmittelbar bestätigten – zudem dazu beitragen, dass sich das gesundheitsförderliche Verhalten bei den Betroffenen nachhaltig etabliert.

Der Ansatz von «KOMPASS» kann einen Beitrag zur Prävention von muskuloskelettalen Erkrankungen leisten, fügt sich gut in das ambulante Versorgungssystem ein und leistet einen Beitrag, präventive Aspekte generell zu stärken.

Für eine nachhaltige Verankerung und Finanzierung des Ansatzes müssen nach Auslaufen des Vertrags der Projektförderung PGV neue Quellen erschlossen werden. Die heutige Projektträgerschaft will das Angebot weiterführen und hat bereits entsprechende Massnahmen eingeleitet.

Eine Verbreitung (Skalierung) des Ansatzes erscheint aufgrund der gemachten Erfahrungen und der Ergebnisse der Selbstevaluation empfehlenswert. Dabei würde sich auch die Möglichkeit eröffnen, die Wirkung der Beratungen vertiefter zu analysieren, als dies bisher möglich war.

Aus Sicht der Projektträgerschaft und der Projektbegleitung bei Gesundheitsförderung Schweiz werden, gestützt auf Projektevaluation und -erfahrung, die folgenden Aspekte der Verbreitung als aussichtsreich erachtet:

- Ausweitung des Beratungsangebots auf weitere häufig vorkommende rheumatische Krankheitsbilder, bei welchen mit präventiven Massnahmen Folgekosten verhindert werden können (z. B. Gicht oder Knie- und Hüftarthrose).
- Verstärkter Einbezug von Hausarztpraxen. Im Rahmen des Pilotprojekts wurden die Hausarztpraxen nicht aktiv rekrutiert. Diese Möglichkeit der Skalierung soll geprüft werden.
- Verstärkte Kommunikationsmassnahmen und die Erarbeitung einer Strategie für die Skalierung des bestehenden Beratungsangebots auf die ganze Schweiz.

4 Eckdaten zum Projekt «KOMPASS»

Projekt

Kompetenzerwerb von Betroffenen einer muskuloskelettalen Erkrankung durch die MPA zur Steigerung des Selbstmanagements – kurz: «KOMPASS»

Trägerorganisationen

- Rheumaliga Schweiz
 - Schweizerische Gesellschaft für Rheumatologie (SGR)
 - Schweizerischer Verband Medizinischer Praxis-Fachpersonen (SVA)
 - Careum Weiterbildung
-

Projektleitung bei der Rheumaliga

Martina Roffler, m.roffler@rheumaliga.ch

Zeitraum der Förderung

1.1.2019 bis 31.12.2020;
Projekt- und Evaluationsschlussbericht
per 31.3.2021

Finanzierung

- Gesamtkosten: 342 000 CHF
 - Anteil Projektförderung Gesundheitsförderung Schweiz: 200 000 CHF
 - Beiträge verantwortliche Organisation: 42 000 CHF
 - Beiträge von Drittparteien (z. B. Sponsoren): 100 000 CHF
-

Zielgruppen

- Ärzteschaft: Spezialärzte und Spezialärztinnen Rheumatologie
 - Medizinisches Pflege- und Betreuungspersonal: medizinische Praxisassistentinnen MPA, medizinische Praxiskoordinatorinnen MPK
 - Betroffene: Betroffene einer muskuloskelettalen Erkrankung (Arthritis, Osteoporose)
-

Setting der Intervention

- Ambulant: ambulante rheumatologische Praxis; Hausarztpraxis mit Osteoporose-Patientinnen und -Patienten
 - Prioritäre Interventionsbereiche: Selbstmanagement chronischer Krankheiten; Weiterbildung der Gesundheitsfachleute
-

Krankheitsbilder / Gesundheitsfaktoren

- Noncommunicable Diseases (NCDs): muskuloskelettale Erkrankungen
 - Fokussierte Risikofaktoren: Alkohol, Tabak, Inaktivität, Übergewicht, Stress, unausgewogene Ernährung
-

Kontaktperson bei Gesundheitsförderung Schweiz

Franziska Widmer Howald,
franziska.widmer@promotionsante.ch

Impressum

Herausgeberin

Gesundheitsförderung Schweiz

Projektleitung Gesundheitsförderung Schweiz

- Franziska Widmer Howald

Autorinnen und Autoren

- Peter Stettler, Büro BASS
- Franziska Widmer Howald, Gesundheitsförderung Schweiz
- Martina Roffler, Rheumaliga Schweiz
- Angela Müller, Rheumaliga Schweiz
- Valérie Krafft, Rheumaliga Schweiz

Fotonachweis Titelbild

www.pixabay.com

Reihe und Nummer

Gesundheitsförderung Schweiz, Faktenblatt 65

© Gesundheitsförderung Schweiz, Februar 2022

Auskünfte/Informationen

Gesundheitsförderung Schweiz

Wankdorffallee 5, CH-3014 Bern

Tel. +41 31 350 04 04

office.bern@promotionsante.ch

www.gesundheitsfoerderung.ch/publikationen

Faktenblätter zur Projektförderung Prävention in der Gesundheitsversorgung (PGV)

Gesundheitsförderung Schweiz unterstützt im Rahmen der Projektförderung Prävention in der Gesundheitsversorgung (PGV) seit 2019 Projekte in den Themen nichtübertragbare Krankheiten (Noncommunicable Diseases, NCDs), Sucht und psychische Erkrankungen.

Das Projekt «KOMPASS» gehört zum PGV-Förderbereich II, in dem Pilotprojekte während zweier Jahre mit einem Förderbeitrag von maximal 100 000 CHF pro Jahr finanziert werden. Alle von Gesundheitsförderung Schweiz unterstützten Projekte sind der Wirkungsorientierung verpflichtet. Im Förderbereich II führen die geförderten Projekte deshalb eine Selbstevaluation durch.

Die Faktenblätter der abgeschlossenen Projekte der Prävention in der Gesundheitsversorgung beschreiben die Projekte und berichten über die gewonnenen Erkenntnisse aus der Umsetzung und der Selbstevaluation.

«KOMPASS» wurde in den durch die Coronavirus-Pandemie belasteten Jahren 2020 und 2021 durchgeführt. Dies verlangte von allen Beteiligten eine sehr hohe Flexibilität.