

Online-Magazin von mfe Haus- und Kinderärzte Schweiz

**mfe** Haus- und Kinderärzte Schweiz  
Médecins de famille et de l'enfance Suisse  
Medici di famiglia e dell'infanzia Svizzera

# STANDPUNKTE

Ausgabe 3/2019



# Inhalt

## EDITORIAL

Gewählt ist...

## KERNTHEMA

«Rezepte für eine gesunde Schweiz»

## FOKUS

Wie grün sind wir?

## GASTBEITRAG

Grosse Belastung: Zuviel, zu lang, zuwenig Support

## FACTS & FIGURES

Die Hausarztmedizin

## REGIONALES: WALLIS

Planète Santé





## EDITORIAL

# Gewählt ist...

**Weisser Rauch ist aufgestiegen, zumindest symbolisch, Ende Oktober, am Tag der Wahlen. Die Stimmberechtigten haben ihre Listen und Wahlbulletins abgegeben, nach einem Wahlkampf, der uns viele Plakate und viel Plakatives beschert hat.**

Weisser Rauch ist aufgestiegen, zumindest symbolisch, Ende Oktober, am Tag der Wahlen. Die Stimmberechtigten haben ihre Listen und Wahlbulletins abgegeben, nach einem Wahlkampf, der uns viele Plakate und viel Plakatives beschert hat. Die von der erfreulich engagierten Jugend ausgehende Sorge um unseren Planeten hat eine grüne Welle ausgelöst und hat zu Verschiebungen im Nationalrat geführt. Nur: gesundheitspolitische Themen waren leider nicht Gegenstand der Diskussionen. Entsprechend haben nur fünf Ärztinnen und Ärzte die Wahl in den Nationalrat geschafft. Neben Brigitte Crottaz (En-

dokrinologin, SP, VD) und Michel Matter (Ophthalmologe, GLP, GE) sind unsere Mitglieder Marina Carobbio Guscetti (SP, TI), Angelo Barrile (SP, ZH) und Pierre-Alain Fridez (SP, JU) gewählt worden: wir gratulieren von Herzen und wünschen viel Erfolg in ihrem anspruchsvollen Amt.

Eine grosse Sorge bleibt nach diesen Wahlen wie schon 2015: das Fachwissen in der Gesundheitspolitik ist auch im neuen Parlament an einem ganz kleinen Ort. Das fundierte Wissen um das Funktionieren der Gesundheitsversorgung in der Schweiz beschränkt sich auf ganz wenige Köp-

fe. Wie sollen da sinnvolle Lösungen der zweifellos anstehenden Probleme zustande kommen?

Als «Grundversorger» arbeiten wir am Puls der Gesellschaft. Wir kennen die Sorgen und Nöte unserer Patientinnen und Patienten, erleben die Schwierigkeiten, denen sie in unserem Gesundheitswesen begegnen. Und seit 10 Jahren engagiert sich mfe nicht nur für die Haus- und Kinderärztinnen, sondern vor allem auch für ein nachhaltiges Gesundheitswesen. Sehr gerne nehmen wir uns Zeit und unterstützen die neu gewählten Parlamentarierinnen und Parlamentarier in ihrer

nicht einfachen Aufgabe. Deshalb:  
Wir sind für Sie da, melden Sie sich  
bitte ungeniert: philippe.luchsinger@hausarzt-schweiz.ch

Autor: Philippe Luchsinger  
Präsident mfe Haus- und Kinderärzte  
Schweiz





**KERNTHEMA**

# «Rezepte für eine gesunde Schweiz»

Im September 2009 gründete ein engagiertes Team von Haus- und Kinderärzten den Verband «Hausärzte Schweiz». Genau 10 Jahre später fand am 26. September 2019 im Berner Rathaus das erste gesundheitspolitische Symposium dieses Verbandes statt. Gemeinsam feierten mfe – Haus- und Kinderärzte Schweiz, wie der Verband heute heisst, mit über 180 Teilnehmenden und Gästen aus Politik, Wirtschaft und Gesundheitswesen zahlreiche Meilensteine. Ziel ist es, die medizinische Grundversorgung auch für die Zukunft zu stärken und zu sichern.

Gerade während des Wahlkampfs erhielt das Motto «Rezepte für eine gesunde Schweiz» zusätzliche Brisanz. Jede Partei positionierte sich mit Patentlösungen rund um das »kranke« Gesundheitswesen. Der Verband der Haus- und Kinderärzte führte im Rahmen dieses Symposiums eine andere Diskussion – kompetent, unkonventionell und vor allem umfassend. Klar ist: die Schweiz hat weltweit eines der besten Gesundheitssysteme und zwar für Alle und nicht für einige Wenige – dies muss unter allen Umständen bewahrt werden. Entsprechend

werden keine kurzfristigen Patentlösungen wirken, sondern nur langfristige und durchdachte Lösungsansätze. Ein bezahlbares Gesundheitswesen mit hoher Qualität geht nur über eine starke Hausarztmedizin.

trum der Gesundheitsversorgung

- Der Grundsatz «Optimum statt Maximum» prägt das Gesundheitswesen der Zukunft
- Die Hausarztmedizin steht für eine exzellente, sinnvolle und patientennahe Medizin

---

**Visionen von mfe für die Hausarztmedizin der Zukunft:**

- Der Patient ist Experte für seine Krankheit
- Die Hausarztmedizin ist das Zen-

---

**Lernen von anderen Ländern – zum Beispiel Dänemark**

Das Rad muss nicht immer neu erfunden

den werden. Was in anderen europäischen Ländern funktioniert, könnte allenfalls eine Vorbildfunktion für die Schweiz haben. Der Gastreferent Professor Roar Maagaard brachte dem Publikum das dänische Gesundheitssystem näher. Es beruht auf einem strikten «gate-keeping» durch den Allgemeinmediziner. Der direkte Zugang zu den Spezialisten ist nicht möglich, der direkte Zugang zu den Spitälern nur in seltenen, dringenden Notfällen. Die GPs (general practitioners) sind selbständig, beziehen ungefähr einen Drittel ihres Lohnes als Fixum und stellen die anderen zwei Drittel als Einzelleistungen in Rechnung. Die Gesundheitsversorgung ist für die Patienten kostenfrei und gemessen am Bruttosozialprodukt etwas günstiger als in der Schweiz. Die GPs geniessen in Dänemark hohes Ansehen. Dieses erfolgreiche Modell bestärkt auch mfe darin, die Rahmenbedingungen für Haus- und Kinderärzte in der Schweiz nachhaltig zu verbessern.



Marina Carobbio  
Nationalratspräsidentin



Philippe Luchsinger  
Präsident mfe



François Héritier  
Vize-Präsident mfe

### Ärzte in die Politik

Zu den zahlreichen Gästen und Referenten gehörte die Nationalrätin, Hausärztin und «höchste Schweizerin» Marina Carobbio. Die Nationalratspräsidentin liess es sich trotz laufender Session nicht nehmen, die Feiernden zu begrüssen. Zwei weitere Hausärzte im Nationalrat waren ebenfalls dabei, Angelo Barille und Pierre-Alain Fridez. Die Nationalratspräsidentin und die beiden Nationalräte betonten in ihren Beiträgen die Wichtigkeit des politischen Engagements der Ärzteschaft. Nach wie vor habe die Ärzte, gemessen an ihrer Bedeutung für die Bevölkerung, viel zu wenig Einfluss auf die politischen Entscheide, dies müsse sich ändern. Mehr Ärztinnen und Ärzte – möglichst aus unterschiedlichen Parteien – sollten sich politisch engagieren als wichtige Ergänzung und Verstärkung zum Engagement der gesundheitspolitischen Verbände wie mfe.

### Patient immer im Fokus

Ein bedeutender Fokus von mfe ist die Nachwuchsförderung, um dem Hausärztemangel in Randregionen zu begegnen. Die Medizinstudenten müssen möglichst früh im Studium für die Hausarztmedizin begeistert werden. Nur der direkte Kontakt mit der Hausarztmedizin, z.B. in Form von Praktika, bringt den Erfolg. Die Schweiz braucht mehr Haus- und Kinderärzte. Medizinstudierende sollten bereits in

der Ausbildung mit diesem herausfordernden und spannenden Beruf in Kontakt kommen. Neue Arbeitszeitmodelle sind gefragt, da künftige Mediziner eine gute Work-Life-Balance anstreben und Familie mit Beruf vereinbaren wollen. Der Fokus sollte zudem wieder vermehrt auf der Arbeit mit dem Patienten liegen und weniger auf der Administration.

Haus- und Kinderärzte vertreten in der Politik klar die Positionen der Patientinnen und Patienten – niemand sonst kennt deren Bedürfnisse besser. Aktuell liegt der Fokus primär auf den Kosten und nicht auf dem Wohl der Patienten. Zudem wird die Prävention zu wenig stark gewichtet, obwohl inzwischen auch die Krankenversicherer das Thema entdeckt haben und es individuell bearbeiten. Gesucht und gefordert ist hier aber eine grossflächige Akzeptanz, damit die präventiven Tätigkeiten wertgeschätzt und entsprechend vergütet werden. Es ist mittlerweile erwiesen, dass dies langfristig zu einer Kostenreduktion in anderen Bereichen führt.

### Rezepte für eine gesunde Schweiz

- Engagement der politischen Entscheidungsträger für die Hausarztmedizin
- Innovative Ideen und Konzepte für neue Modelle von hausärztlichen Praxen und Zentren
- Gezielte Förderung von hausarztbasierten Systemen sowie Förderung der Prävention und der interprofessionellen Zusammenarbeit
- Verbesserung der Rahmenbedingungen der Hausarztmedizin im Studium (Präsenz in der Ausbildung, Praxisjahr, Berufsimage, etc.)

---

**mfe – der Verband für die politi-**

## **schen Anliegen der Haus- und Kinderärzte**

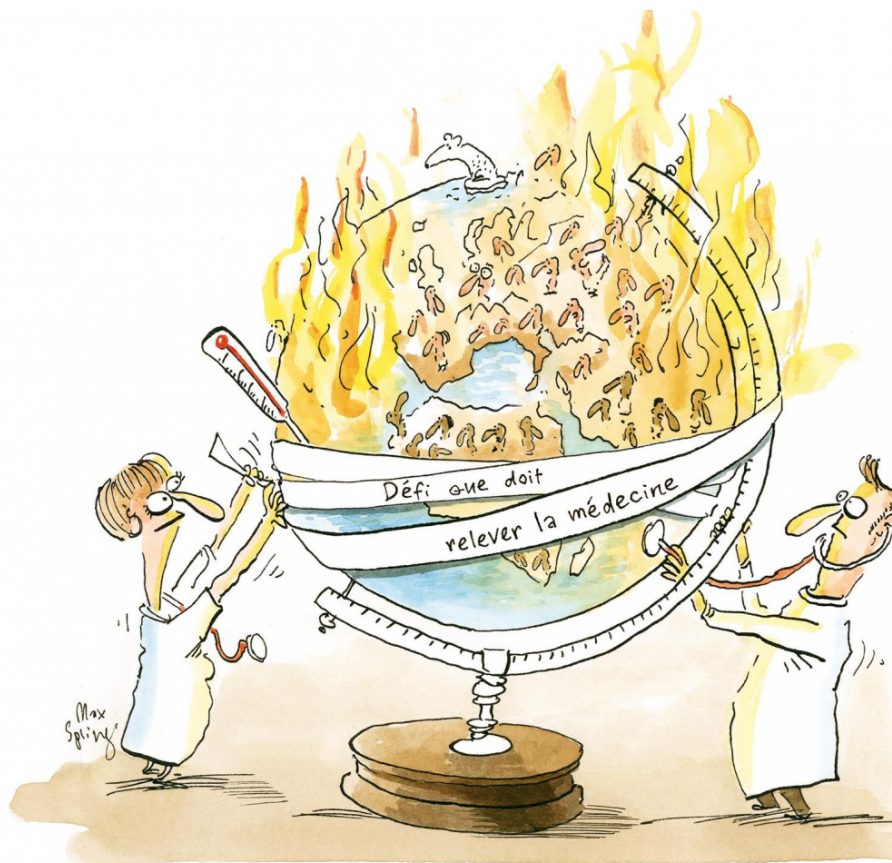
Die Gesundheit der Bevölkerung, ihr Lebensstandard sowie die Kosten und die Qualität der Gesundheitssysteme sind vom Stellenwert der Hausarztmedizin abhängig. mfe setzt sich für die Förderung und die Stärkung der Hausarztmedizin ein und vertritt die Interessen seiner Mitglieder.

Eine starke Hausarztmedizin ist für alle von Vorteil. Hausarztbasierte Gesundheitssysteme sind besser und kostengünstiger als solche, die nur auf Spezialistenmedizin basieren. Eine schwache Hausarztmedizin hätte verheerende Folgen für das Gesundheitswesen. Die Gesundheit der Bevölkerung, ihr Lebensstandard sowie die Kosten und die Qualität der Gesundheitssysteme sind vom Stellenwert der Hausarztmedizin abhängig.

---

*Autor: Sandra Hügli*





## FOKUS

# Wie grün sind wir?

«Grüne Welle», «Frischer Wind», «Öko-Erdrutsch»: Die Schlagzeilen am 21. Oktober, dem Montag nach den Nationalratswahlen, sprachen Bände. «Historisch»: Nie zuvor war ein so konservatives Land wie die Schweiz derart vom «grünen» Fieber gepackt worden. Das beste Beispiel lieferte der Kanton Wallis, bisher eher bekannt für die Umwandlung von Wiesen in Betonlandschaften als für seine ökologische Einstellung. Dort wurde erstmals ein grüner Nationalrat gewählt, sogar ganz ohne intensive Kampagne. Klimaschutz verpflichtet ...

Ist das nur eine vorübergehende Euphorie aufgrund der massenhaften Medienberichte über den Klimawandel? Oder politischer Opportunismus, begünstigt durch eine beispiellose Mobilisierung der Jugend? Ein Thunberg-Effekt? Die Erkenntnis der Dringlichkeit, in puncto Klimaschutz endlich zu handeln? Wahrscheinlich von allem etwas. Doch wie geht es nun weiter?

Natürlich feilen jetzt alle Parteien an ihrer Strategie für die kommende Legislaturperiode. Wie können die vielen

schönen Wahlkampfversprechen in Sachen Umweltschutz umgesetzt werden? Soll eine Grüne in den Bundesrat gewählt werden? Vielleicht ist dies der beste Weg, dringend erforderliche Massnahmen durch die übliche Schweizer Konsensdemokratie abzuwürgen. Oder müssen wir die Chance eines grüneren, jüngerer und weiblicheren Parlaments ergreifen, das eine andere Politik verfolgt – eine Politik, die vielleicht als einzige die Menschheit noch retten kann?

Ein grünes 4-Punkte-Pro-

gramm wagen?

Wie beispielsweise V.E.R.T. V wie Vérité, die Wahrheit, die jeder hören kann und verstehen muss: Der Klimawandel ist nicht «Fake News». Er ist keine Falschmeldung, die von chinesischen Verschwörern in die Welt gesetzt wurde, um die Grundfesten des amerikanischen Systems zu erschüttern. «Hört auf die Wissenschaftler», sagen uns die Klimaschützer zu Recht immer wieder. Die Experten des IPCC (1) sind sich in allen ihren Berichten zweifelsfrei darüber

einig, dass wir Menschen durch unser Verhalten die Ressourcen des Planeten plündern, zum Artensterben beitragen und einen Klimawandel auslösen, der unsere Lebensweise, unsere Gesundheit und letztlich sogar unser Überleben gefährdet.

E wie Ecologie, Ökologie, natürlich. Allerdings eine Ökologie, die über den Schutz von Robbenbabys hinausgeht und mehr ist als eine Anti-Atomkraft-Bewegung in Birkenstock-Sandalen: Eine Ökologie, die ein besseres Gleichgewicht von Mensch und Natur anstrebt, weil sie weiss, wie lebenswichtig die Natur mit ihren Schätzen und ihrer Vielfalt für uns ist. Eine Ökologie auch, die sich nach innen richtet und uns hilft, uns durch Rückbesinnung persönlich, in unseren Beziehungen, als Gesellschaft, kulturell und sogar spirituell weiterzuentwickeln.

R wie Reform. Unerlässlich! Wie kann man eigentlich in einer begrenzten Welt, die unsere Erde nun mal ist, an die Möglichkeit unbeschränkten Wachstums glauben? Dennoch wird uns genau dieses Wachstumsmärchen immer wieder in jedem Wahlkampf aufgetischt: Der Markt soll es regeln, wir brauchen keine Vorschriften, die neuen Technologien werden uns retten. Illusionen... Aber ist ein Wirtschaftssystem ohne Wachstum überhaupt denkbar? Ja, sagt Tim Jackson in seinem Buch *Prosperity without growth* (2) und stellt uns ein Wohlstandsmodell vor, das auf anderen Werten als Geld basiert. Ohne Materialismus, massvoll und dennoch glücklich (3), weil das Glück des Seins die Gier nach Besitz ablöst.

T wie Transition, Wandel. Um den Gelbwesten den Wind aus den Segeln zu nehmen, müssen wir diesen Wandel jedoch lenken, sodass er möglichst reibungslos verläuft und niemand auf der Strecke bleibt. Wir müssen das soziale Kapital stärken, in das Gemeinwesen investieren, Ungleichheit bekämpfen, Arbeitszeitmo-

delle überdenken, unsere Finanzmittel klüger einsetzen. Ein enormes Programm, das sich nur mit Engagement auf allen Ebenen umsetzen lässt. Eine stärkere Lenkung durch den Staat erscheint unausweichlich, damit Obergrenzen für Emissionen und den Ressourcenverbrauch, beispielsweise durch eine CO<sub>2</sub>-Steuer, durchgesetzt werden können; dank progressiver Steuern wird der Reichtum gerechter verteilt; damit Investitionen in erneuerbare Energien, den öffentlichen Verkehr oder die Modernisierung von Gebäuden angeregt und gefördert werden.

### Welche Rolle spielt die Medizin?

Der Staat alleine wird es jedoch nicht richten. Wir alle sind aufgefordert zu handeln. Wie der Kolibri von Rabhi (3) müssen auch wir dazu beitragen, das an allen Ecken ausbrechende Feuer zu löschen.

Und haben wir Ärztinnen und Ärzte nicht sogar noch eine weitere reichende Verantwortung? Können wir uns damit zufriedengeben, nur Vorbilder zu sein? Oder müssen wir nicht auch aktiv darauf hinwirken, dass unsere Patientinnen und Patienten ihr ökologisches Verhalten ändern? Angesichts des Vertrauens, das die Bevölkerung in uns setzt und der zunehmenden Auswirkungen des Klimawandels auf die Gesundheit (4) haben wir sicher eine wichtige Aufgabe zu erfüllen.

Denken wir nur einmal daran, dass aufgrund der Klimaerwärmung bereits jetzt jedes Jahr Millionen von Menschen vorzeitig an Herz-, Lungen- oder Infektionskrankheiten sterben und auch die psychischen Erkrankungen stark zunehmen (4). Können wir dem einfach so zuschauen?

In jüngster Zeit häufen sich die Warnungen von Angehörigen der Gesundheitsberufe, vor allem in der an-

gelsächsischen Fachpresse. Richard Horton, Chefredakteur von *Lancet*, einer der angesehensten medizinischen Fachzeitschriften, sprach sich sogar jüngst in einem Leitartikel für die friedliche, aber relativ radikale Bewegung *Extinction Rebellion* (5) aus.

Und in der Schweiz? Wo bleibt der flammende Artikel des Präsidenten unseres Berufsverbands FMH? Wann wird die Ärzteschaft von einem nationalen Aktionsprogramm aufgerufen, sich in ihrem Beruf dezidiert gegen die Klimaerwärmung zu engagieren? Natürlich gibt es in der Schweiz die Ärztinnen und Ärzte für den Umweltschutz ([www.aefu.ch](http://www.aefu.ch)), aber das ist ein kleiner Kreis.

Inzwischen kommen die Initiativen, wie so oft in unserem Land, von der Peripherie: Nach dem Vorbild der Abteilung Allgemein- und Familienmedizin in Lausanne, die demnächst eine soeben abgeschlossene Studie über die Auswirkungen von Schweizer Arztpraxen auf die Umwelt veröffentlicht. Darin sollen auch Empfehlungen zur Verringerung dieser Auswirkungen ausgesprochen werden.

Ein erster Schritt in die richtige Richtung. Ein junges Mädchen schickt sich an, Gandhi zu widerlegen: Hier wächst ein Wald heran, dessen Rauschen nicht mehr zu überhören sein wird ... sofern er nicht zugrunde geht.

Wir alle sind grün ... oder wir gehen zugrunde.

1. Berichte des IPCC, [www.ipcc.ch](http://www.ipcc.ch)
2. *Prosperity without growth*, Tim Jackson, 2. Auflage 2017
3. *Vers la sobriété heureuse*, Pierre Rabhi, Actes Sud 2013
4. [www.lancetcountdown.org](http://www.lancetcountdown.org)
5. *Extinction or Rebellion? The Lancet*, Band 394, 5. Oktober 2019

---

## Standpunkte ab 2020 digital

Ab 2020 wird unser Newsletter «Standpunkte» in digitaler Form erscheinen. mfe Haus- und Kinderärzte Schweiz hat das klare Zeichen der Bevölkerung zum Umweltschutz ernst genommen und wird deshalb künftig auf Druck und Postversand des Newsletter verzichten. Wir werden eine leserfreundliche Onlineversion von »Standpunkte« erarbeiten und freuen uns, Sie im nächsten Jahr ressourcenschonend über die wichtigsten Themen rund um die medizinische Grundversorgung zu informieren.

---

Autor: François Héritier





## GASTBEITRAG

# Grosse Belastung: Zuviel, zu lang, zuwenig Support

**Der Mangel an Grundversorgern in der Schweiz ist eklatant. Für eine erfolgreiche Nachwuchsförderung ist es wichtig, dass junge und künftige ÄrztInnen möglichst den Weg in die Praxis weitergehen und dass Hausärzte in ihrem Beruf bleiben. Zahlen aus den USA und Grossbritannien geben Anlass zur Sorge: 54 % bzw. 52 % der Ärztinnen überlegen sich, den Beruf zu verlassen. Eine neue Schweizer Studie zur psychischen Gesundheit, erhoben von den JHaS und dem BIHAM, lässt aufhorchen.**

Die psychische Gesundheit ist die Stütze für den hausärztlichen Nachwuchs, um den Beruf weiter gesund ausüben zu können und leistungsfähig zu bleiben. Es geht um die Sicherung der Grundversorgung und die Patientensicherheit. Für den Schweizer Nachwuchs in der Hausarztmedizin gab es bisher keine Evaluation der psychischen Gesundheit. In einer gemeinsamen Studie von JHaS (Junge Hausärzte Schweiz) und BIHAM (Ber-

ner Institut für Hausarztmedizin) wurden alle JHaS-Mitglieder (Studierende, Assistenzärztinnen und junge Hausärztinnen bis 5 Jahre nach Praxiseinstieg) befragt.

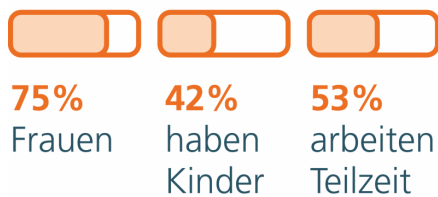
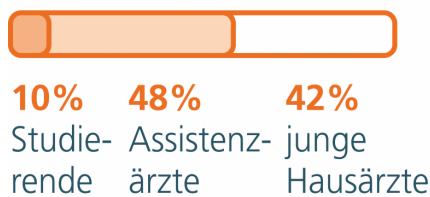
Zum Studienzeitpunkt hatte JHaS über 1'100 Mitglieder, die alle auf dem Weg in die Hausarztmedizin oder bereits seit bis zu 5 Jahren in der Hausarztmedizin tätig waren.

Mittels eines Onlinefragebogens wurde der psychische «Warwick-Edinburgh psychischen well-being scale (WEMWBS)» erhoben. Er reicht von 14 bis zu 70 möglichen Punkten; je höher die Zahl, desto besser die psychische Gesundheit. Weiter interessierte die Autoren der Studie das aktuelle Stresslevel, ob die Teilnehmer schon je einmal unter einem Burnout litten, wie oft ihnen Zeit für ihr Privatleben fehlt, wie oft sie über das Auf-

geben ihres Berufes nachdenken, wie gross der Anteil der administrativen Arbeit ist und wie oft sie sich durch verschiedene Stressfaktoren bei ihrer Arbeit belastet fühlten. Die Fragesteller wollten auch wissen, was sich ändern muss und welche Unterstützung sich die Befragten wünschten.

**Resultate**

**Alles zukünftige oder junge Hausärzte:**



**Altersdurchschnitt**

**33.6** Jahre

**Studienteilnehmerinnen und -teilnehmer**

Mit >500 Antworten erreichte die Umfrage einen sehr guten Rücklauf von fast 60 %. Die Basischarakteristika sind in Abbildung 1 zu sehen. Auffallend viele Frauen (75 %) haben geantwortet, was durch die hohe Frauenquote bei den JHaS selbst erklärt wird. Fast die Hälfte aller Antwortenden haben Kinder und arbeiten Teilzeit.

**49%**  
berichten von hohen Stresslevels,

**45%**  
haben oft/sehr oft ungenügend Zeit neben der Arbeit,

**17%**  
hatten schon einmal ein Burnout/Depression,

**8%**  
denken oft/sehr oft daran den Beruf zu verlassen

**Psychische Gesundheit**

Durchschnittlich erreichten die Teilnehmerinnen einen WEMWBS von 52.4 Punkten (95% Vertrauensintervall = 51.7-53.0). Im Kontext betrachtet: Die Spanische Gesamtbevölkerung hat einen WEMWBS von ca. 60, die Lehrer in Grossbritannien ca. 48. Bei den JHaS-Mitgliedern fiel aber auf, dass die psychische Gesundheit besonders in der Weiterbildung tiefer (ca. 51 Punkte) war und bei jungen Hausärztinnen signifikant höher (ca. 54 Punkte). Weiter zeigte sich, dass sich nur 47 % voller Energie und nur 29 % entspannt fühlten. Hausärztinnen fühlten sich signifikant besser als Assistenzärztinnen.

Fast die Hälfte der Teilnehmerinnen gab einen hohen oder sehr hohen Grad an Stress an (49 %) und hatte zu wenig Zeit für das Privatleben (45 %). Jede 6. Person (17 %) berichtete, schon einmal ein Burnout gehabt zu

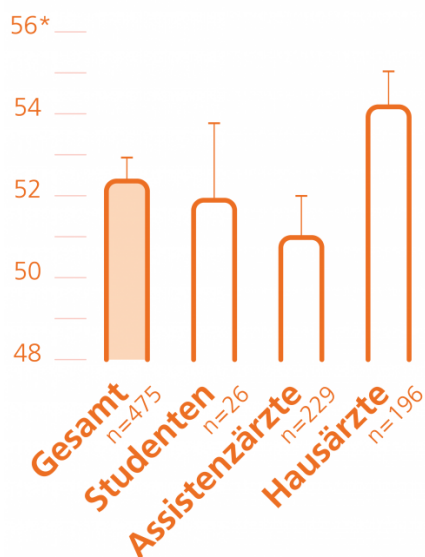
haben und 8 % denken im Moment (sehr) oft daran, den Beruf zu verlassen.

**Backoffice und Zeitmangel: Die grössten Belastungen**

Die administrativen Tätigkeiten wurden von allen drei Gruppen am häufigsten als grösste Belastung genannt (65 % bei Assistenzärztinnen und 52 % bei Hausärztinnen). Assistenzärzte nannten zudem lange Arbeitszeiten (65 %), hohe Arbeitslast (58 %, 44 % bei Hausärztinnen, 50 % bei Studierenden) und hohe Arbeitsanforderungen (54 %, 46 % bei Hausärztinnen, 43 % bei Studierenden) als Belastung.

## Mentale Gesundheit unterschiedlich je nach Stadium: schlechter in der Weiterbildung verglichen mit der Phase als junger Hausarzt.

Vergleich des mentalen Wohlbefindens junger und zukünftiger Hausärzte (n=475), stratifiziert nach Ausbildungslevel:



\* Warwick-Edinburgh Mental Wellbeing Scale (WEMWBS) (14=schlechteste; 70=beste mentale Gesundheit)

Die psychische Gesundheit unterschied sich aber nicht nur in Bezug auf Aus- oder Weiterbildung, sondern auch nach Geschlecht (ca. 2 Punkte weniger bei Frauen). Gleichzeitig berichteten die JHaS aber auch von besserer psychischer Gesundheit, wenn sie auch Kinder haben (2 Punkte mehr). Am einschneidendsten war aber, dass die psychische Gesundheit um fast 5 Punkte tiefer bei denjenigen war, die mitteilten, zu wenig private Zeit zu haben, verglichen mit denjenigen, die genügend Zeit für sich haben.

### Zusammenfassung

- Die psychische Gesundheit variiert je nach Ausbildungslevel.
- Assistenzärztinnen zeigen ein signifikant geringeres psychisches Wohlbefinden und sind am häufigsten von Burnout-Symptomen und Mangel an Freizeit betroffen.
- Häufig genannte arbeitsbezogene Stressoren sind administrative Tätigkeiten, lange Arbeitszeiten und eine hohe Arbeitslast.
- Häufig genannte Forderungen: Unterstützung bei bürokratischer Arbeit, Verbesserung der Work-Life-Balance und kürzere Arbeitszeiten.

nout beträgt gemäss letzten Zahlen ca. 20% in der Schweizer Bevölkerung. Bei den jungen (angehenden) Hausärztinnen sind es in ihrem jungen Leben aber bereits 17%. Dieser Umstand ist alarmierend. Dass Assistenzärztinnen über ein schlechteres psychisches Wohlbefinden verfügen als Hausärztinnen deckt sich mit anderen Studien, welche die Weiterbildungsperiode als die stressreichste Zeit mit vielen Schwierigkeiten bezeichneten.

Dieser Text wurde aus Gründen der besseren Lesbarkeit in der weiblichen Form verfasst.

Autor: Prof. Dr. med. Sven Streit, BIHAM

Dr. med. Regula Kronenberg, JHaS

### Botschaft an die Politik: Bessere Rahmenbedingungen

Die Teilnehmerinnen nannten viele Vorschläge, was sich verbessern sollte, um die psychische Gesundheit zu schützen oder gar zu stärken. Sie schlugen insbesondere vor: Verbesserung der Work-Life-Balance, Reduktion administrativer Tätigkeiten, familienfreundliche Arbeitsumgebung, Akzeptanz und Förderung von Teilzeitarbeit, bessere Kinderbetreuung, kürzere Arbeitsdauer und das Einhalten von Pausen.

Die psychische Gesundheit der zukünftigen Generation Hausärztinnen ist nicht naturgegeben und sollte laufend evaluiert werden als einer der wichtigen Treiber für Berufsausstieg oder Burnout. Damit die motivierten und engagierten Ärztinnen auf ihrem Weg in die Praxis und während der Praxiszeit nicht aus dem Beruf aussteigen, müssen die Arbeitsbedingungen möglichst «gesundheitskompatibel» gestaltet und die Rahmenbedingungen verbessert werden.

Die Lebenszeitprävalenz für ein Bur-





## FACTS & FIGURES

# Die Hausarztmedizin

**2014 forderten 88 % der Stimmenden, dass die Hausarztmedizin eine Schlüsselrolle im Gesundheitswesen einnimmt.**

- 2014 forderten 88 % der Stimmenden, dass die Hausarztmedizin eine Schlüsselrolle im Gesundheitswesen einnimmt.
- Hausarztbasierte Gesundheitssysteme sind kosteneffizient, bevölkerungsnah und qualitativ hochwertig.
- Eine Untersuchung des Instituts für Hausarztmedizin Zürich zeigt, dass in der Hausarztpraxis 94,3 % aller Gesundheitsprobleme abschliessend und qualitativ hochstehend behandelt werden können.
- Die Hausarztmedizin verursacht nur 7,9 % der Gesundheitskosten (Ob-  
san Bulletin 2016/1).
- Die optimale medizinische Grundversorgung gemäss internationalem Standard beträgt 1 Hausarzt auf 1000 Einwohner. Heute fehlen in der Schweiz über 2000 Vollzeit-HausärztInnen, um die empfohlene Versorgung zu erreichen.
- 15% der aktuellen hausärztlichen Arbeit wird von ÄrztInnen mit Alter über 65 Jahren erbracht. Aktuell plant knapp die Hälfte der Befragten, die Praxistätigkeit über das Alter 65 hinaus fortzusetzen und mit einem durchschnittlichen Alter von knapp 70 Jahren die Praxis aufzugeben.
- Die jungen Hausärztinnen und Hausärzte sind mehrheitlich Teamplayer und arbeiten grösstenteils in Doppel- oder kleineren Gruppenpraxen. Obwohl das Modell «Einzelpraxis» häufig als «Auslaufmodell» bezeichnet wird, wählen noch immer 10% der jungen Hausärzte dieses Modell.



## REGIONALES: WALLIS

# Planète Santé

Die Gesundheitsmesse Planète Santé, die in Zusammenarbeit mit dem Spital Wallis organisiert wurde, fand vom 14. bis 17. November 2019 im CERM Martigny im Wallis statt. Ein bei den Walliserinnen und Wallisern gut bekannter Veranstaltungsort, denn hier findet alljährlich die bekannte Herbstmesse «Foire du Valais» statt. Dieses Mal ging es bei dem Event darum, dem grossen Publikum Gesundheitsthemen auf etwas andere Weise näher zu bringen.

Nach bereits drei erfolgreichen Ausgaben, die beinahe 30.000 Besucher aus den Kantonen Waadt und Genf anzogen, setzte das Konzept von Planète Santé darauf, die Bevölkerung durch Erleben, Interagieren und Emotionen mit Akteuren des Gesundheitswesens in Kontakt zu bringen. Parallel dazu kamen bei über einhundert Konferenzen verschiedene Expertinnen und Experten zu Wort. Generell zielt das Projekt darauf ab, Aufklärung zu betreiben, damit die Bevölkerung mehr Autonomie erlangen und ihre Gesundheit aktiv in die Hand nehmen

können. Denn der Erwerb von Gesundheitskompetenz ermöglicht das Treffen von fundierten Entscheidungen, was angesichts der technologischen Fortschritte eine Notwendigkeit darstellt.

### Einbeziehen der Walliser Hausärzte

Als Eckpfeiler des Walliser Gesundheitssystems nahmen Haus- und Kinderärzte unter der Regie ihres Verbandes «Médecins de famille et de l'enfance Valais» diesen originellen

Event zum Anlass, mit der Bevölkerung in Kontakt und Dialog zu treten. Mehrere Kisten mit schönen roten Äpfeln der Region bildeten einen unwiderstehlichen Anziehungspunkt für die Besucherinnen und Besucher an unserem Stand. Hier wurden sie eingeladen, an einem kleinen Ratespiel über Allgemeinmedizin teilzunehmen und dabei womöglich einen der begehrten Äpfel zu gewinnen. Der Fragebogen bot den Walliser Haus- und Kinderärzten Anknüpfungspunkte, um sich mit der Bevölkerung auszutauschen und ihnen wichtige Botschaften zu

vermitteln: Hausärzte lösen mehr als 80 % der genannten Gesundheitsprobleme, sie sind Spezialisten für komplexe Situationen und die allgemeine Versorgung Kranker; und sie tragen zu einer besseren Kostenkontrolle ohne Einbussen bei der Versorgungsqualität bei.

### Auf Entdeckungsreise in unserem Gesundheitssystem

Auf 6000 m<sup>2</sup> mit 80 Ausstellern beglückten die Besucher Angehörigen der Pflegeberufe und des Gesundheitssystems und machten ungewöhnliche Entdeckungen, wie etwa die eines begehbaren Riesendarms. Die Walliser Gesundheitsmesse bot vor allem Möglichkeiten, mehr über Themen zu erfahren wie chronische Schmerzen, Schlaganfall, Rückenschmerzen, Diabetes, vernetzte Gesundheit, Bergrettungsdienste, Schlaf, Hypnose oder aber die Kosten der Gesundheitsversorgung. So legte beispielsweise der Bus «À notre santé», der die Westschweizer Bevölkerung über die wichtigsten Aspekte der personalisierten Medizin aufklärt, in Martigny einen Halt ein. Beim Besuch dieses interaktiven Busses erfährt man, wie die Medizin der Zukunft diagnostische Verfahren und Behandlungen besser als heute auf die Bedürfnisse jedes einzelnen abstimmen kann. Kenntnisse dieser Art sollen dazu beitragen, Krankheitsrisiken in einem früheren Stadium zu erkennen und entsprechende Strategien zu entwickeln. Ferner ging es dabei um gesellschaftliche und ethische Themen im Zusammenhang mit der personalisierten Gesundheitsversorgung, z. B. um Fragen zur Weitergabe und Nutzung von Daten, zur Ermittlung von Risikoprofilen und zur Verwendung dieser Informationen sowie um die Chancengleichheit beim Zugang zu diesen neuen Technologien.

Der erste Tag am Stand des Walliser Haus- und Kinderärzteverbandes en-

dete ganz im Zeichen der Walliser Tradition, die im CERM von Martigny gepflegt wird, mit einer informellen Gesprächsrunde bei einem Glas Weisswein. Wir hatten sogar die Ehre, Frau Esther Waeber-Kalbermatten, Vorsteherin des Departements für Gesundheit, Soziales und Kultur des Kantons Wallis, sowie Herrn Pascal Strupler, Direktor des Bundesamtes für Gesundheit, bei uns begrüßen zu dürfen.

(Bild)

### Kontakte zur Bevölkerung knüpfen

Die Gesundheitsmesse Planète Santé soll die Möglichkeit bieten, Gesundheitsthemen auf andere Weise zu behandeln. Diese einzigartige Messe setzt auf Interaktion von Gesundheitseinrichtungen und -fachkräften mit allen Bevölkerungsschichten; dieses Wissen soll ihnen ermöglichen, sich in unserem komplexen Gesundheitssystem besser zurecht zu finden. Der Besuch der Messe ist eine echte Bereicherung für die Menschen. Auch für Politikerinnen und Politiker, die die Verantwortung für die Gestaltung des Gesundheitssystems der Zukunft tragen, lohnt sich der Besuch. An diesem Ort werden neuartige Ideen diskutiert und innovative Projekte vorgestellt. Die Politik kann sich von diesen konstruktiven Reflexionen inspirieren lassen, um ein nachhaltiges Gesundheitssystem basierend auf Gesundheitsförderung zu schaffen, das der gesamten Bevölkerung den Zugang zu einer angemessenen Versorgung ermöglicht.

Von den Äpfeln der Walliser Haus- und Kinderärzte kosteten zahlreiche Gäste, und wir hoffen, dass wir allen ein positives Bild der Hausarztmedizin vermitteln konnten.

Autor: Katrina Riva



# Grundversorgerkonzept

**Wir Haus- und Kinderärzte sind die medizinischen Grundversorger. Um unsere Rolle in der schweizerischen Gesundheitsversorgung aktiv mitzugestalten, orientieren wir uns an folgenden Grundsätzen:**

## Breit und facettenreich

Wir sind die Generalisten der Grundversorgung und die Spezialisten der komplexen Fälle. Unsere Arbeit ist geprägt durch die Vielfalt der Menschen, der Erkrankungen und der Anliegen, die uns täglich begegnen, ohne dass im Voraus eine spezialisierte Auswahl getroffen wurde. Unvorhergesehene und vielfältige Tätigkeiten machen unseren Beruf facettenreich und anspruchsvoll.

## Qualitativ hochstehend

Unsere Arbeit orientiert sich am Wohl des Patienten und basiert auf Evidenz und Erfahrung. Die Betreuung unserer Patienten und ihres Umfeldes ist wissenschaftlich fundiert, wirkungsorientiert und multidisziplinär. Für diese Kompetenzen brauchen wir eine hochstehende akademische Aus-, Weiter- und Fortbildung und die entsprechende Forschung.

## Verlässlich und kontinuierlich

Wir sind den Patienten und ihrem Umfeld ein zuverlässiger und empathischer Partner, der sie ganzheitlich betrachtet und ihre Gesundheitskompetenz fördert. Wir bauen eine langfristige Beziehung zum Patienten auf und begleiten ihn in allen Situationen; von präventiven über akute und chronische bis hin zu palliativen.

## Interprofessionell und verantwortlich

Wir arbeiten situativ alleine, interdisziplinär oder im interprofessionellen Team. Basierend auf gemeinsamen Zielen und Werten setzen wir mit unseren Partnern im Alltag um, was wir

bereits gemeinsam erlernt haben. Wir klären die Rollen und Verantwortlichkeiten im Team. Gemeinsam vermeiden wir Über-, Unter- oder Fehlversorgung.

## Unabhängig und selbstbestimmt

Die Wahl unseres Arbeits- und Praxismodells steht uns frei. Dabei sind wir in unseren ärztlichen Entscheidungen selbstständig und beurteilen, inwieweit Hausbesuche und Notfalldienste in unserem Gebiet sinnvoll sind. Die Möglichkeit zur Teilzeitarbeit stellt die Vereinbarkeit von Familie und Beruf sicher. Innerhalb unseres Fachgebietes legen wir die Schwerpunkte unserer Arbeit autonom fest.

## Unterstützt und honoriert

Sämtliche technischen und organisatorischen Hilfsmittel, welche zum Erfüllen unserer Aufgaben notwendig sind, stehen uns in der benötigten Form, Menge und Qualität zur Verfügung. Das Tarifsysteem gewährt uns und unseren Teams eine leistungsgerechte Abgeltung und sichert uns so die wirtschaftliche Unabhängigkeit. Das Gesundheitswesen garantiert der Bevölkerung einen niederschweligen Zugang zum Haus- und Kinderarzt.

## Vernetzt und engagiert

Wir sind gut vernetzt und übernehmen gesellschaftliche Verantwortung. Unsere Anliegen vertreten wir in relevanten Gremien, pflegen so den Kontakt zu den Anspruchsgruppen und vertreten die politischen Interessen unseres Berufsstandes. Unseren Nachwuchs fördern wir aktiv.

## Präventiv und wirkungsvoll

Unsere ganzheitliche Sichtweise fördert die Entwicklung unserer Patienten in ihrem Umfeld. Wir motivieren unsere Patienten, Ressourcen zu nutzen, Krankheiten zu vermeiden oder deren Auswirkungen möglichst klein

zu halten.

## Attraktiv und geschätzt

Unser Beruf ist spannend, herausfordernd und für den Nachwuchs attraktiv. Das Berufsbild des Haus- und Kinderarztes genießt ein hohes Ansehen in der Öffentlichkeit.

## IMPRESSUM

Herausgeber:  
mfe Haus- und Kinderärzte Schweiz

Geschäftsstelle:  
Effingerstr. 2  
3011 Bern  
Tel. 031 508 36 10  
E-Mail: [gs@hausarztenschweiz.ch](mailto:gs@hausarztenschweiz.ch)  
[www.hausarztenschweiz.ch](http://www.hausarztenschweiz.ch)

Erscheinung:  
3 × jährlich

Technik und Gestaltung:  
[deinmagazin.ch](http://deinmagazin.ch)

Verlag:  
EMH Schweizerischer Ärzteverlag AG

Redaktionskommission:  
Dr. Philippe Luchsinger  
Dr. Heidi Zinggeler Fuhrer  
Dr. François Héritier  
Dr. Eva Kaiser  
Reto Wiesli  
Yvan Rielle  
Sandra Hügli-Jost (Leitung)