

SO!PRA – ein Forschungsprojekt der Geriatrie

Urban Wirz

Die Forschungsstelle Alter des Spitals Bern-Ziegler (Leiter: Prof. Dr. med. Andreas Stuck) hat kürzlich den ersten Zwischenbericht 2000/2001 des SO!PRA-Projekts (**S**olothurner **P**rävention im **A**lter) veröffentlicht [1]. Erfreulicherweise sind rund 4000 ältere Personen (>65 Jahre) und bereits 35 Hausärzte im Raum Solothurn aktiv am Projekt beteiligt. Parallelprojekte laufen gleichzeitig im Raum Hamburg und London. Die FIAM Bern ist mit ihrem Ressortchef Forschung (Dr. Urban Wirz) in der Koeitung des Projekts vertreten. Die kantonale Ärztesellschaft Kanton Solothurn ist mit Dr. med. Ueli Morf (Balsthal) vertreten.

Wie aus der demographischen Entwicklung unserer Bevölkerung abzulesen ist, dürfte sich die Anzahl pflegeabhängiger Patienten in den nächsten 30 Jahren verdoppeln. Gesundheitsförderung und Prävention im Alter können die Pflegebedürftigkeit teilweise vermeiden. Neben den älteren Menschen selbst sind vor allem auch die Grundversorger gefordert, diese Prävention umzusetzen.

Die gerontologische Forschung belegt, dass Vermeidung von Pflegebedürftigkeit durch Gesundheitsförderung oft möglich ist. Die Resultate von 18 kontrollierten Studien zeigen, dass mit geeigneten Programmen das Risiko einer Pflegebedürftigkeit um 24%, das Risiko einer Pflegeheimweisung um 34% reduziert werden kann und möglicherweise längerfristig insgesamt Kosten eingespart werden können [2].

Aufgrund des überaus grossen Echos bei den älteren Personen (über 80% beantworteten das Einladungsschreiben positiv) wird das Projekt im Raum Solothurn etappiert. Aus den in der ersten Etappe berücksichtigten Regionen nahmen alle Hausärzte, die an der Grundversorgung dieser Regionen beteiligt sind, teil. Die teilnehmenden älteren Personen wurden nach einem computergesteuerten Verfahren in verschiedene Gruppen randomisiert (aktive Gesundheitsförderung versus Kontrollgruppe ohne aktive Gesundheitsförderung). Dieses Studiendesign wird verwendet, um die Wirksamkeit und die Ko-

stenfolge des Verfahrens zu evaluieren. Bis Ende 2001 waren die Selbstbefragung mittels eines umfangreichen Fragebogens (mit Fragen nach den Ressourcen und Risiken in den Bereichen Ernährung, körperliche Aktivität, Rauchen, Alkohol, soziale und gesundheitliche Aspekte) bei 881 Personen ausgewertet. Tabelle 1 zeigt die Häufigkeit ausgewählter Probleme oder Risiken im Bereich Gesundheitsförderung oder Prävention im Alter. Im Vordergrund stehen Aspekte der Ernährung, körperlichen Aktivität und der medizinischen Vorsorge [1, 3].

Eine interdisziplinäre Projektgruppe in Zusammenarbeit mit Forschungsgruppen aus Los Angeles, Hamburg und London entwickelte das folgende modulare Verfahren, das sich für eine individuelle Gesundheitsförderung und Prävention bei älteren Personen aufgrund von Pilottestungen bewährte [3]:

- Der oben bereits erwähnte Fragebogen, der von den älteren Personen ausgefüllt wird;
- ein Software-Programm, das sich zur Erfassung der Daten, zur Erstellung eines persönlichen Gesundheitsberichts an die ältere Person, zur Erstellung eines zusammenfassenden Berichts (geht an den Hausarzt) für die professionelle Gesundheitsberatung und zur Qualitätssicherung eignet;
- Weiterbildungsunterlagen im Bereich Gesundheitsförderung und Prävention für Hausärzte (zur Integration in Qualitätszirkel) und für Fachpersonen in der Gesundheitsberatung (speziell geschulte Schwestern, die die älteren Personen gezielt zu Hause besuchen und beraten);

Tabelle 1

Probleme bezüglich Prävention im Alter bei über 65jährigen Personen (vorläufige Ergebnisse) (n = 881)	Häufigkeit
Körperliche Inaktivität	23%
Übergewicht	51%
Ungenügender Impfschutz: Grippeimpfung	54%
Eingeschränktes Hörvermögen	25%
Keine Gehörkontrolle im letzten Jahr	65%
Eingeschränktes Sehvermögen	14%
Keine Augenkontrolle im letzten Jahr	37%
Erhöhtes Sturzrisiko	24%
Urininkontinenz	22%
Aktueller Tabakkonsum	13%

Korrespondenz:
Dr. med. et phil. nat. Urban Wirz
Facharzt FMH für Allgemeine Medizin
Dozent an der FIAM Universität Bern
Bahnhofstrasse 9
CH-4553 Subingen
E-Mail: urban.wirz@hin.ch

- Beratungsverfahren für Bewegungsförderung und Rauchentwöhnung;
- ein Modell der interdisziplinären Zusammenarbeit zwischen Hausärzten und Fachpersonen der Gesundheitsberatung, basierend auf den präventiven Hausbesuchen und regelmässigen Fallbesprechungen.

Die positiven Erfahrungen haben dazu geführt, dass sich die Gesundheitsförderung Schweiz (vormals Schweizerische Stiftung für Gesundheitsförderung) entschlossen hat, im Hinblick auf eine nationale Verbreitung von Gesundheitsförderung und Prävention im Alter, Beiträge für die Übersetzung und Anpassung der Verfahrensweise in französisch (Lausanne, Dr. Christophe Büla) und italienisch (Mendrisio, Dr. Pierluigi Quadri) zu gewähren. Neben anderen Trägern des ganzen Projekts (Bundesamt für Bildung und Wissenschaft, Kantone Solothurn und Bern,

Pro Senectute SO, Velux-Stiftung, Krankenversicherungen Winterthur/WinCare) wird das Projekt auch im 5. Rahmenprogramm der EU unterstützt (Projekt QLK6-CT-1999-02205).

(Dieser Bericht ist leicht abgeändert bereits im FIAM-Bulletin Nr. 35:II/2002 erschienen.)

Literatur

- 1 Multidimensionale Gesundheitsförderung für ältere Menschen. Schlussbericht Projekt Nr. 398. Gesundheitsförderung Schweiz. März 2002.
- 2 Stuck AE, Egger M, Hammer A, Minder CE, Beck JC. Home visits to prevent nursing home admission and functional decline in the elderly: systematic review and meta-regression analysis. *JAMA* 2002;287:1022-8.
- 3 Stuck AE, Elkuch P, Dapp U, Anders J, Iliffe S, Swift C, PRO-AGE Pilot Study Group. Feasibility and yield of a self-administered questionnaire for health risk appraisal in older people in three European countries. *Age Ageing*, in press.

Fortbildungstagungen des Kollegiums für Hausarztmedizin (KHM)

Daten	Do/Fr 30./31. Oktober 2003 Do/Fr 03./04. Juni 2004 Do/Fr 02./03. Juni 2005
Ort	Kultur- und Kongresszentrum (KKL), 6002 Luzern
Tagungsvorsitz	Kollegium für Hausarztmedizin (KHM) Effingerstrasse 40, 3008 Bern
Wissenschaftliche Leitung	Dr. med. M. Müller, Grindelwald (Präsident)
Informationen	Dr. Schlegel Pharmamarketing AG Frau H. Fuchs Sennweidstrasse 46 6312 Steinhausen Tel. 041 748 76 00 Fax 041 748 76 11