

Diabetesprävention in der Hausarztpraxis – kleiner Aufwand, grosse Wirkung

Ende des letzten Jahres hat *action d – diabetes aktiv vorbeugen* zusammen mit 128 Hausarztpraxen eine Sensibilisierungsaktion zu Diabetes Typ 2 durchgeführt. *action d* hat interessierten Hausärztinnen und Hausärzten ein einfaches Tool mit einem Risikotest und verschiedenen ergänzenden Infomaterialien zur Verfügung gestellt, das die Ärztinnen und Ärzte bei der Aufklärungsarbeit und Früherkennung von Diabetes Typ 2 unterstützt.

Übergewicht und damit verbunden die Erhöhung des Risikos für eine ganze Reihe von Zivilisationskrankheiten, unter anderem auch Diabetes Typ 2, ist auch in der Schweiz stark am Steigen. Die Prävention und die Früherkennung von Diabetes Typ 2 wird deshalb immer wichtiger. Die Arztpraxis kann dabei eine zentrale Rolle übernehmen, ist doch der Arzt/die Ärztin für viele der Risikopersonen eine wichtige Vertrauensperson. Gerade in der Hausarztpraxis kann Aufklärung über die Risiken, an einem Diabetes Typ 2 zu erkranken, einfach und flächendeckend erfolgen. Häufig fehlen jedoch die Zeit und die Hilfsmittel, mit welchen die Beratung von potentiellen Risikopersonen unterstützt werden kann. Diese Tatsache war für *action d – diabetes aktiv vorbeugen* ausschlaggebend, ein einfaches und für die Arztpraxis kostenloses Sensibilisierungstool auszuarbeiten. Die Arztpraxen wurden in PrimaryCare auf die Sensibilisierungsaktion aufmerksam gemacht und zu einer Teilnahme aufgefordert. Von diesem Angebot machten im letzten Herbst 106 Praxen in der Deutschschweiz, 17 in der französischen und 4 in der italienischen Schweiz Gebrauch. Das Paket umfasste nebst Werbematerial für die Praxis einen Risikotest, der von den Patientinnen und Patienten selber ausgefüllt werden konnte, und einen Flyer, mit dem die interessierten Personen ihr Bewegungsverhalten im Alltag und den eigenen Früchte- und Gemüsekonsum verfol-

gen konnten. Ausserdem wurden den Praxen zu Beginn der Aktion gratis Früchte zur Verfügung gestellt, um den Patientinnen und Patienten die Möglichkeit zu bieten, vor Ort einen aktiven Lebensstil pflegen zu können.

Die Aktion wurde mit einer schriftlichen Befragung der teilnehmenden Hausarztpraxen abgeschlossen (Rücklauf 46%).

Prävention als Dienstleistung am Patienten

Einmal mehr zeigte sich, dass die Arztpraxis ein geeigneter Ort für Präventionsarbeit ist. So schätzten 27% der teilnehmenden Praxen den Anteil an Risikopersonen unter ihren PatientInnen auf 10–20%, 31% auf 20–30% und weitere 31% gar auf 30–50%. Diese Zahlen machen deutlich, dass die Hausarztpraxis als Ort der Aufklärung über die Risikofaktoren für Diabetes Typ 2 optimal genutzt werden kann.

85% der Ärztinnen und Ärzte gaben an, dass sie mit der Aktion ihren PatientInnen eine besondere Dienstleistung anbieten wollten. 71% gaben denn auch an, dass sie sich Zeit genommen haben, die Risikopersonen auf die Vorzüge eines aktiven Lebensstils hinzuweisen. Knapp 50% der Deutschschweizer Arztpraxen hat das Infomaterial in die Behandlungstätigkeit integriert, in der französischen Schweiz waren es sogar 70%. Ausserst erfreulich ist die Tatsache, dass die Ärzte das Einbinden des Themas Diabetesprävention in den Praxisalltag nicht als zusätzlichen Arbeitsaufwand empfunden haben. 65% der Praxen würden bei einer ähnlichen Aktion sicher, 30% eventuell wieder mitmachen.

Das Infomaterial wurde von 98% als ansprechend und leicht verständlich beurteilt und lag zum Zeitpunkt der Befragung in 71% der Praxen immer noch auf.

Während in der Deutschschweiz die Patientinnen und Patienten vor allem mittels Werbematerial und dem kostenlosen Früchte-

angebot auf die Aktion aufmerksam gemacht wurden, wurde das Infomaterial in der französischen Schweiz den PatientInnen vermehrt auch gezielt abgegeben. Insgesamt wird für eine weitere Sensibilisierungsaktion vor allem in der deutschen Schweiz mehr Werbung gewünscht.

Mehr Medienarbeit und lokale Vernetzung nötig

Zwei Drittel der Ärzte und ÄrztInnen erachten regelmässige und flächendeckende Medienarbeit als wichtiges Element der Sensibilisierungs- und Präventionsarbeit, um in der Öffentlichkeit wahrgenommen zu werden und die nötige Akzeptanz zu erlangen. Auch die Vernetzung mit lokalen Akteuren ist für die befragten Praxen Bestandteil einer nachhaltigen Präventionsarbeit. Und nicht zuletzt werden auch weiterführende Angebote, die in bestehende Strukturen eingebettet sind, als wichtig erachtet, um Patientinnen und Patienten zu einer Änderung in Richtung aktiven Lebensstil motivieren zu können. Zusätzlich werden auch finanzielle Anreize sowohl für die PatientInnen als auch ÄrztInnen als motivierend eingestuft.

Das Fazit, dass fast ohne zusätzlichen Zeitaufwand auf einfache Weise Risikopersonen beim hausärztlichen Routinebesuch auf die Risiken für Diabetes Typ 2 hingewiesen werden können, lässt hoffen, dass in Zukunft Präventionsarbeit vermehrt zu einem festen Bestandteil des Praxisalltags der Hausärztinnen und Hausärzte wird. Das Informationsmaterial von *action d – diabetes aktiv vorbeugen* kann von interessierten Hausarztpraxen kostenlos unter www.actiond.ch oder via info@actiond.ch bezogen werden.

action d – diabetes aktiv vorbeugen
Projektleiterin Barbara Guggenbühl
Postfach 8172
CH-3001 Bern
info@actiond.ch