

Sima Djalali, Stefan Neuner-Jehle

Ein Balkendiagramm sagt mehr als tausend Worte

Wie macht man einem Raucher sein kardiovaskuläres Risiko bewusst? Mit einem Balkendiagramm – eine Studie macht es vor.

Die meisten Raucher wissen, dass Rauchen nicht gesundheitsförderlich ist. Dennoch ist Rauchstoppberatung oft kompliziert, denn wie kommuniziert man das Risiko für Laien leicht verständlich und doch rational? In einer randomisiert kontrollierten Studie mit 27 Schweizer Hausärzten wurde ein neuer Ansatz gewählt.

Risikorechner umfunktioniert

Die Idee war, dem Patienten sein kardiovaskuläres Risiko vor Augen zu führen. Mit computerbasierten Risikorechnern wie dem AGLA-Score (www.agla.ch) kann das kardiovaskuläre 10-Jahres-Risiko (d.h. einen Myokardinfarkt oder Hirnschlag zu erleiden) recht einfach aus einer Reihe von Risikofaktoren – darunter das Rauchen – kalkuliert werden. Für den Einsatz während der Rauchstoppberatung sind solche Rechner allerdings nicht sehr handlich, auch weil eine Reihe von zusätzlichen Risikofaktoren zunächst erfragt und eingetippt werden muss.

Für die Studie wurden für alle Risikofaktoren ausser dem Rauchen alters- und geschlechtsspezifische Durchschnittswerte aus der schweizer populationsbasierten Kohortenstudie SAPALDIA eingesetzt und eine Tabelle erstellt, die das kardiovaskuläre 10-Jahres-Risiko für Männer und Frauen zwischen 35 und 65 Jahren zeigt, wenn sie rauchen oder nicht.

Balkendiagramm überzeugt

Nun sind nackte Zahlen in einer Tabelle nicht sehr ansprechend, psychologische Studien zeigen, dass bildhafte Darstellungen in Beratungsgesprächen bessere Wirkungen erzielen.

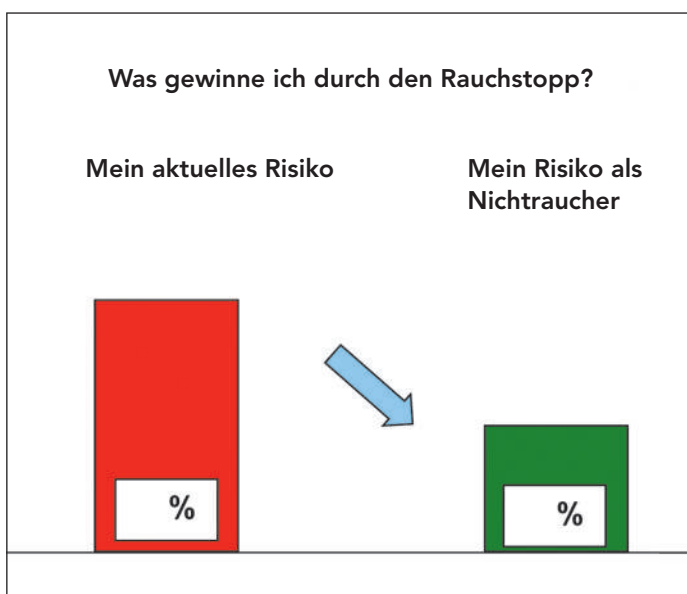


Abbildung 1

Das visuelle Tool im Rauchstopp-Beratungsinstrument «VISTO».

Das absolute kardiovaskuläre Risiko steigt im Alter zwar, aber das Rauchen allein verdoppelt das kardiovaskuläre Risiko nahezu in jedem Alter. Darum kann man das relative Risiko eines Rauchers in jedem Alter grafisch doppelt so hoch darstellen wie das Risiko eines Nichtraucherers. Die Studiengruppe entwickelte daraufhin ein generisches Informationsblatt mit einem einfachen Balkendiagramm. Abbildung 1 zeigt das Ergebnis: links, der hohe rote Balken zeigt das Risiko des Rauchers, rechts, der grüne Balken zeigt das halbierte Risiko des Nichtraucherers. Ein deutlich nach unten gerichteter Pfeil hebt die Reduktion zusätzlich hervor.

Ein Blatt, alle Informationen

Unter den Balken stehen kurze vorgedruckte Informationstexte mit Freiraum für Ziffern. Hier kann der Rauchstoppberater das altersspezifische absolute Risiko des Patienten, das er der Tabelle entnimmt, in Prozent und als Verhältniszahl (1 von x) eintragen. Ausserdem kann das «Lungenalter» des Patienten eingetragen werden, also das Alter, in dem ein Nichtraucher das gleiche Risiko hat, wie ein Raucher heute. Beispiel: Ein 40-jähriger Raucher hat ein Risiko von 1.9%, ein Nichtraucher hat dieses Risiko erst mit 46 Jahren, das Lungenalter des Rauchers ist damit 46 Jahre.

Das Informationsblatt enthält somit alles, was nach moderner Kommunikationsforschung geeignet ist, um komplexe Informationen zu transportieren und ein Risiko auszudrücken.

Praxistest

Um sicherzustellen, dass das neuentwickelte Instrument funktioniert, wurde die Studie randomisiert: Die eine Hälfte der Hausärzte führte Rauchstoppberatungen mit Hilfe des Leitfadens der *International Primary Care Respiratory Group (IPCRG)* durch, die andere Hälfte nahm das Informationsblatt mit den Balkendiagrammen hinzu. Dieses Studiendesign ist bemerkenswert, denn es ist die erste Studie ihrer Art in der der IPCRG-Leitfaden als «state of the art» der Rauchstoppberatung in der Praxis definiert wurde. Die Absicht war, so den Ablauf der Rauchstoppberatungen zu standardisieren, so dass abweichende Resultate in der Interventionsgruppe mit grösserer Sicherheit dem neuen Informationsblatt zugeordnet werden können und nicht der Tatsache, dass das Balkendiagramm ansonsten unstrukturiert geführten Gesprächen erst eine Struktur gegeben hätte.

Ideale Kurzintervention

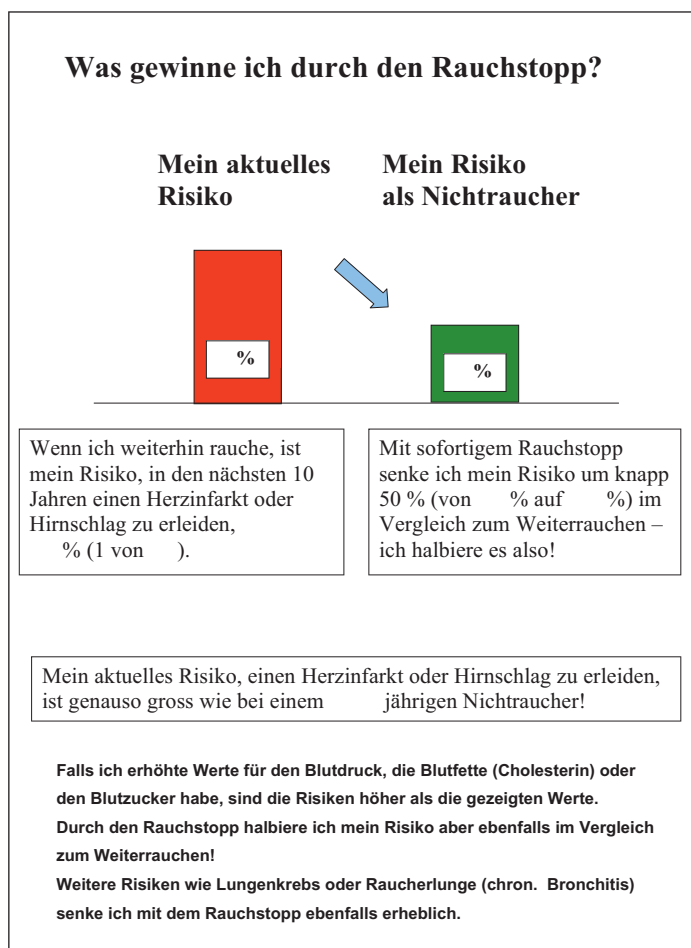
Bestandteil der Studie war es, die Motivation der Patienten jeweils vor und nach der Beratung mithilfe einer visuellen Analogskala zu messen. Wie sich zeigte, nahm die Motivation in beiden Gruppen zu, ohne signifikante Unterschiede zwischen den Gruppen. Da die Studie dazu designt war, die Nicht-Unterlegenheit des neuen Werkzeugs zu zeigen, ist dies ein positives Ergebnis.

Sowohl Hausärzte als auch Patienten waren mit dem neuen Werkzeug sehr zufrieden. Die Handhabung wurde allgemein als sehr einfach und praktisch beschrieben und die Gesprächszeit verlängerte sich in der Interventionsgruppe trotz des Zusatzes nicht. In beiden Gruppen dauerten die Rauchstoppgespräche nur knapp

10 Minuten – ideal für eine Kurzintervention, die den Patienten aktivieren und motivieren soll, sich mit dem Rauchstopp auseinanderzusetzen.

Jetzt zu bestellen

Wer das Informationsblatt (Abb. 2) gerne für seine Arbeit in der Praxis einsetzen möchte, kann kostenlose Kopiervorlagen beim Institut für Hausarztmedizin Zürich per E-Mail bestellen: anke.schickel[at]usz.ch.



© Stefan Neuner-Jehle, Institut für Hausarztmedizin, 8091 Zürich (2014)

Literatur

- Neuner-Jehle S, Knecht MI, Steurer-Stey C, Senn O: Acceptance and practicability of a visual communication tool in smoking cessation counseling: a randomized controlled trial. Prim Care Respir J. 2013;22(4):412-416. <http://dx.doi.org/10.4104/pcrj.2013.00086>

Korrespondenz:

Dr. med. Sima Djalali
Wissenschaftliche Mitarbeiterin
Institut für Hausarztmedizin, Universität Zürich
Pestalozzistrasse 24, 8091 Zürich
sima.djalali[at]usz.ch
www.hausarztmedizin.uzh.ch

PrimaryResearch – das Fenster zur Forschung

In dieser Artikelserie stellen wir Forschungsarbeiten aus dem Institut für Hausarztmedizin der Universität Zürich (IHAMZ) vor. Die Originalarbeiten sind entweder «open access» zugänglich oder beim jeweiligen Autor auf Anfrage erhältlich. Die Ergebnisse geben einen spannenden Einblick in die täglichen Herausforderungen, aber auch die Leistung der Hausarztmedizin. An dieser Stelle ein herzlicher Dank an alle Kolleginnen und Kollegen, die sich an den Projekten beteiligen und die hier präsentierten Ergebnisse erst ermöglicht haben!



Universität
Zürich^{uzh}

Institut für Hausarztmedizin

Abbildung 2

Individualisierbares Informationsblatt zur Abgabe in der Praxis.