

Lassen Sie sich helfen

# ReMed – das Unterstützungsnetzwerk der FMH für Ärztinnen und Ärzte

ReMed ist ein Unterstützungsnetzwerk für Ärztinnen und Ärzte, insbesondere in Krisensituationen. Ziele sind die Erhaltung der Gesundheit und ärztlichen Funktionalität sowie die Gewährleistung der Patientensicherheit und der hohen Qualität in der medizinischen Versorgung. Weiter verbreitet das Netzwerk Wissen und Erfahrungen über Gesundheitsförderung und Prävention bei Ärztinnen und Ärzten und sensibilisiert diese für die eigene Gesundheit.

Peter Christen<sup>a</sup>, Esther Kraft<sup>b</sup>

<sup>a</sup> Facharzt für Allgemeine Innere Medizin, ärztliche Projektleitung ReMed; <sup>b</sup> Leiterin Abteilung Daten, Demographie DDQ/FMH, nicht-ärztliche Programmleitung ReMed

Das Team von ReMed hat in den letzten zwölf Jahren rund 1500 Ärztinnen und Ärzte beraten, begleitet und unterstützt und wird es auch weiterhin tun: Die ärztliche Gesundheit ist und bleibt ein zentrales Thema. Über 250 Beratungsanfragen sind 2022 beim Netzwerk eingegangen. Gegenüber dem Vorjahr bedeutet dies eine Zunahme der Kontaktaufnahmen von 33%; die Dienste sind somit gefragter denn je. Wie in den letzten Jahren war die Problematik «Belastung am Arbeitsplatz» der meistgenannte Grund für die Kontaktaufnahme, dicht gefolgt von den Problemen «Depression», «Burnout» und «Angst».

## Ärztegesundheit

Verschiedene Faktoren stellen eine Herausforderung für die Gesundheit von Ärztinnen und Ärzten in der Schweiz dar: Lange Arbeitszeiten, hohe Verantwortung, starker Leistungsdruck, wenig Ausgleichsmöglichkeiten und eine schlechte Work-Life-Balance sind einige davon. Es ist dringend notwendig, dass die ärztliche Gesundheit mehr Beachtung findet. Denn Versorgungssicherheit und Behandlungsqualität hängen direkt mit dem Gesundheitszustand der behandelnden Ärztinnen und Ärzte zusammen. Deshalb engagiert sich die FMH in diesem Bereich und schafft mit der Charta Ärztegesundheit eine Argumentationsbasis, um für die Gesundheit der Ärztinnen und Ärzte einzustehen.

Mit der Veranstaltungsreihe «Prevention for Doctors, Gesunde Ärzte vom Studium bis zur Pensionierung» thematisiert die FMH seit 2016 die ärztliche Gesundheit. Aus diesen Veranstaltungen entstand 2019 die Idee, eine gemeinsame Basis zur Erhaltung und Förderung der Gesundheit aller Ärztinnen und Ärzte zu schaffen. Die gegründete Arbeitsgruppe<sup>1</sup> erarbeitete in den Jahren 2020 und 2021 die Charta «Ärztegesundheit – Gesunde Ärztinnen und Ärzte für gesunde Patientinnen und Patienten». Die Charta wurde am 7. April 2022 von der Delegiertenversammlung verabschiedet und an der Ärztekammer vom 19. Mai 2022 allen der FMH angeschlossenen Verbänden vorgestellt. Die 14 Kernaussagen und die Angaben, wie die Charta unterzeichnet werden kann, finden Sie auf der FMH-Webseite unter: FMH->Themen->Public Health->Ärztegesundheit (Link: <https://www.fmh.ch/themen/public-health/aerztegesundheit.cfm>).

## Angebot und Inanspruchnahme

Die ärztliche Gesundheit steht bei ReMed im Zentrum, mit besonderer Beachtung berufsspezifischer Risiken und der Prävention. Im Sinne einer (Erst-)Beratung nimmt ReMed

<sup>1</sup> Mit Vertretungen von Junge Haus- und KinderärztInnen Schweiz (JHaS), Haus- und Kinderärzte Schweiz (mfe), Schweizerische Gesellschaft für Arbeitsmedizin (SGARM), Schweizerisches Institut für Weiter- und Fortbildung (SIWF), Swiss Medical Students' Association (swimsa), Verband Schweizerischer Assistenz- und Oberärztinnen und -ärzte (VSAO), den FMH-Projekten «Coach my Career» und ReMed und den Abteilungen Berufsentwicklung, Daten, Demographie und Qualität (DDQ), Stationäre Tarife und Public Health.

**Plötzlich selbst betroffen.  
Krisen treffen auch  
Ärztinnen und Ärzte.**

Lassen Sie sich helfen. Kontaktieren Sie ReMed.

24-Stunden-Hotline  
0800 0 73633      [remed@hin.ch](mailto:remed@hin.ch)  
0800 0 ReMed      [www.swiss-remed.ch](http://www.swiss-remed.ch)

ReMed Unterstützungsnetzwerk  
für Ärztinnen und Ärzte

mit der ratsuchenden Kollegin, dem ratsuchenden Kollegen innert 72 Stunden Kontakt auf, versucht die Situation zu verstehen und erarbeitet Lösungen. ReMed kann über die 24-Stunden-Hotline 0800-0REMEDI (0800-073633), per E-Mail ([remed@hin.ch](mailto:remed@hin.ch)) oder übers Internet (<https://remed.fmh.ch/>) kontaktiert werden. Nach jeder Kontaktaufnahme meldet sich grundsätzlich innerhalb von 72 Stunden eine Erstberaterin, ein Erstberater. Im Gespräch mit den Rat suchenden Ärztinnen und Ärzten erfolgt eine Situationsanalyse, und die weiteren Massnahmen werden festgelegt und gemeinsam beschlossen. ReMed vermittelt für die allfälligen weiteren Schritte geeignete weiterbetreuende Fachpersonen aus bestehenden Angeboten der Region.

Die Unterstützung beinhaltet:

- Erreichbarkeit rund um die Uhr;
- die Bindung an das ärztliche Berufsheimnis;

- Gespräche auf Augenhöhe von Arzt zu Arzt;
- zentrale Stellung des Ratsuchenden;
- gemeinsames Erarbeiten von Handlungsmöglichkeiten;
- Verknüpfung eines bestehenden Unterstützungsnetzes;
- Vermittlung an eine Spezialistin, einen Spezialisten;
- Unterstützung, auch bevor es zur Krise kommt.

### Weitere Angebote von ReMed

Neben der Erstberatung führt ReMed auch regionale Intervisionen zum Erfahrungsaustausch für Kolleginnen und Kollegen durch, die Ärztinnen und Ärzte als Patientinnen und Patienten betreuen. Diese ermöglichen Vernetzung und Bildung von Peer-Groups, welche gemeinsam Fallfragen zu Mentoring, Coaching, Beratung, Therapie oder andern Aspekten (juristisch, versicherungsrechtlich etc.) erarbeiten. Ebenfalls besteht die Möglichkeit von Online-Coaching-Gruppen (ONLINE-Coaching-Gruppen (fmh.ch) (Link: <https://remed.fmh.ch/weitere-angebote/coaching-gruppen.html>)). Regelmässig werden Erfahrungsberichte – sogenannte Testimonials – von Ärztinnen und Ärzten publiziert, die selbst Krisen durchlebt haben (Erfahrungsberichte (fmh.ch) (Link: <https://remed.fmh.ch/erfahrungsberichte.html>)).

Der Austausch mit weiteren Organisationen ist für ReMed zentral – einerseits, um das eigene Angebot auf die Bedürfnisse der Ärztinnen und Ärzte auszurichten, andererseits, um die Erfahrungen und Expertise einzuholen. Hierzu steht ReMed im regelmässigen Austausch mit dem Verband Schweizerischer Assistenz- und Oberärztinnen und -ärzte

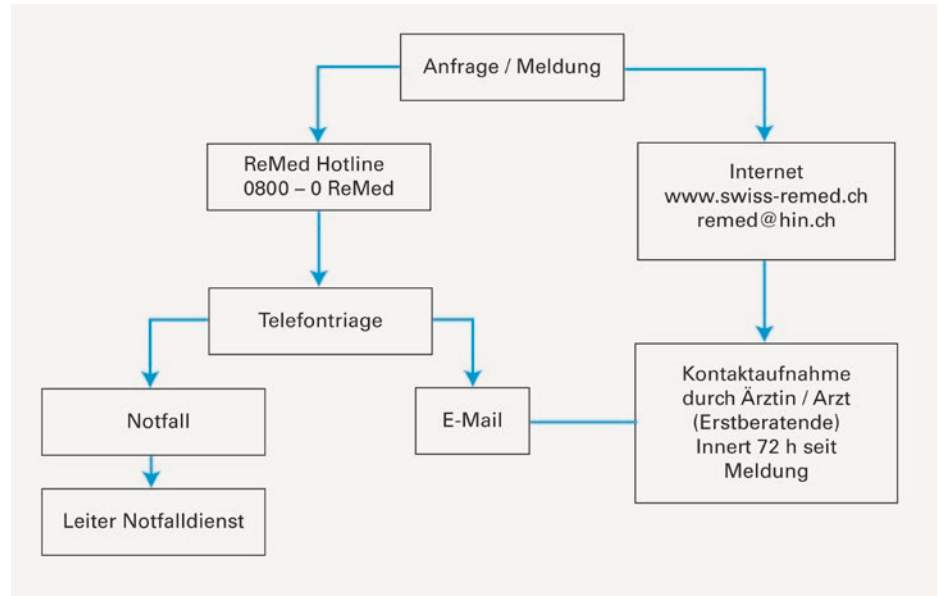


Abbildung 1: Ablaufschema bei Kontaktaufnahme (Quelle ReMed).

(VSAO) und dem Schweizerischen Institut für ärztliche Weiter- und Fortbildung (SIWF).

### Wirkung

Für ReMed war und ist es wichtig, die eigene Arbeit zu reflektieren und weiterzuentwickeln. So erfolgte 2016 eine externe Evaluation und 2021 eine prospektive Studie realer Beratungsfälle. Zweiundneunzig Prozent fanden die Reaktionszeit (sehr) gut, 98% schätzten die Möglichkeiten zur Kontaktaufnahme als (sehr) gut ein. Das Angebot hat 95% der Rat suchenden Ärztinnen und Ärzte (teilweise) geholfen. Die Ergebnisse aus der prospektiven Studie zeigen ein durchwegs positives Bild mit einer (sehr) guten Beurteilung der Strukturqualität von

97%. Der Anteil bei der Prozessqualität lag bei 90% und bei der Ergebnisqualität bei 82%. Die Studie zeigte aber auch Entwicklungspotential, etwa bei der Strukturierung der Gespräche, der Bekanntheit des Angebots oder der Webseite sowie bei der strukturierten Begleitung bei einer potenziellen Nachbehandlung.

### Korrespondenz

Peter Christen,  
Esther Kraft  
Programmleitung Redmed  
ReMed  
Postfach  
CH-3000 Bern 16  
[info\[at\]swiss-remed.ch](mailto:info[at]swiss-remed.ch)

## ReMed ist für Sie da

Brauchen Sie oder jemand aus Ihrem Umfeld professionelle Hilfe? Wenden Sie sich an ReMed: Das Unterstützungsnetzwerk für Ärztinnen und Ärzte respektiert das Arztgeheimnis und berät Sie kompetent. Auch bei anderen beruflichen und persönlichen Krisen kann Ihnen ReMed Lösungswege aufzeigen. Dieses Angebot gilt auch für Personen aus dem Umfeld von Ärztinnen und Ärzten, 24 Stunden am Tag. Die ärztlichen Beratenden melden sich innerhalb von 72 Stunden: [mailto: remed\[at\] hin.ch](mailto:remed[at]hin.ch) / 0800 0 73633.

## Rahmenbedingungen

Nach einem erfolgreichen Pilotprogramm wurde 2010 das nationale Unterstützungsnetzwerk ReMed ins Leben gerufen. ReMed wird durch die Verbindung der Schweizer Ärztinnen und Ärzte FMH getragen. Die operative Umsetzung findet ausserhalb der FMH-Strukturen statt. Das Angebot beruht auf Vertraulichkeit und Selbstverantwortung der einzelnen Ärztin, des einzelnen Arztes. ReMed handelt immer und nur mit dem ausdrücklichen Einverständnis der Rat suchenden Ärztin, des Rat suchenden Arztes. Diese geniessen ab Kontaktaufnahme innerhalb von ReMed die gleichen Rechte wie andere Patientinnen und Patienten: Es gilt das Patientengeheimnis, und die Datenschutzbestimmungen werden jederzeit eingehalten. ReMed ist kein Aufsichtsorgan, hat weder Abklärungs- noch Sanktionskompetenzen und orientiert sich in seiner Vorgehensweise an den gesetzlichen Rahmenbedingungen sowie an der Standesordnung der FMH.

Auch wenn ReMed von der FMH finanziert wird, hat die Standesorganisation zu keinem Zeitpunkt Einblick in die Personen- und Betreuungsakten. ReMed ist an das ärztliche Berufsgeheimnis gebunden, ärztliche und administrative Aufgaben sind klar getrennt.