

Patienten außerhalb der Praxis begleiten

Der HausMed Coach ist eine gute Ergänzung zur Therapie

INTERVIEW „Ich will gesund werden“ – Mit einem Arztbesuch und einem Medikament ist es oft nicht getan. Bei vielen Krankheiten muss der Patient auch seinen Lebensstil verändern. Der HausMed Coach kann dem Patienten dabei helfen, begleitet ihn mit Rückmeldung an die Hausarztpraxis und führt zu einem besseren Krankheitsverständnis. Über seine Erfahrungen mit dem HausMed Coach „Depression“ berichtet der niedergelassene Hausarzt und Psychotherapeut *Ralph Krolewski*.



Ralph Krolewski, niedergelassener Hausarzt und Psychotherapeut, setzt den HausMed Coach „Depression“ in seiner Praxis bereits erfolgreich ein.

Rund 19 Prozent der Deutschen erkranken im Laufe ihres Lebens an einer Depression, die in der Regel der Hausarzt diagnostiziert. Für die meisten Hausärzte ist die Betreuung depressiver Patienten aber eine Herausforderung: Auf einen Psychotherapieplatz muss oft mehrere Monate gewartet werden und angesichts des Praxisbetriebs ist eine intensive psychologische Betreuung kaum möglich. Hier unterstützt der HausMed Coach „Depression“. Ralph Krolewski, Hausarzt und Psychotherapeut in Gummersbach und Mitglied im Landesverband des Hausärztesverbandes Nordrhein, setzt ihn bereits erfolgreich ein.

HausMed: Sie haben schon Erfahrungen mit dem HausMed Coach Depression. Wie lange nutzen Sie ihn schon?

Krolewski: Ich nutze den Depressionscoach seit letztem Jahr. Aufmerksam darauf wurde ich, da der HausMed eine Initiative unseres Verbandes ist und das The-

ma, das ärztliche Versorgungsangebot zu optimieren, bei uns im Qualitätszirkel vorgestellt wurde. Bisher gab es kaum Möglichkeiten, Patienten außerhalb der Praxis zu begleiten und Erkrankungsursachen im Lebensstil (Ernährung, Bewegungsmangel, Übergewicht, Stress) zu korrigieren. Wie wichtig solche Maßnahmen nach einem Herzinfarkt sind, hat eine skandinavische Studie aufgedeckt. Unter Patienten, die bei der Lebensstiländerung unterstützt wurden, sank die Sterblichkeit – im Vergleich zu einer medikamentösen Therapie – nach fünf Jahren um ein Vielfaches.

Wie bewerten Sie den HausMed Coach Depression?

Ich halte den Coach für eine sehr gute Ergänzung zu einer Therapie oder medikamentösen Behandlung. Er begleitet die Patienten mit Rückmeldung an die Hausarztpraxis strukturiert über 12 Wochen und regt zur Entwicklung eines effektiven Selbsthilfepotenzials und eines hilfreichen Krankheitsverständnisses an. Solche Hilfsmittel sind bereits in Großbritannien durch Leitlinien in der Versorgung depressiver Menschen verankert.

Welche Variante des HausMed Coach Depression setzen Sie bevorzugt ein: den Online- oder den PraxisCoach?

Eine Studie ergab, dass intensiv ärztlich betreute Patienten insgesamt bessere Fortschritte machen als standardmäßig betreute. Allerdings muss der Arzt nicht jede Kontaktaufnahme höchstpersönlich durchführen. Viele Aufgaben lassen sich auch durch speziell in der Thematik geschultes Fachpersonal verrichten. In diesem Sinne empfehle ich den PraxisCoach.

Wie überzeugen Sie Patienten davon, am Coach teilzunehmen?

Ich stelle meinen Patienten den Coach zunächst als internetbasierte, evaluierte Methode zur Stärkung der Selbstreflexion und des positiven Denkens vor. Besonders stark waren die Argumente Datenschutz und Begleitung durch die Hausarztpraxis. Eine hohe Erreichbarkeit des Arztes ist für Patienten sehr wichtig.

Sind Sie und Ihre Patienten zufrieden mit den Ergebnissen des Coachings?

Die erzielten Ergebnisse sind alle gut. Bemerkenswert ist, dass das Programm sogar über sein empfohlenes Anwendungsgebiet hinaus (leichte Depression) auch bei mittelschweren Depressionen gut geholfen hat. Ein Vorzeigebeispiel ist einer meiner Patienten, der im Coach angab, Selbsttötungsgedanken zu entwickeln. Durch meinen Ärztezugang konnte ich das sehen und zeitgerecht intervenieren.

Was raten Sie Patienten, die einen HausMed Coach nutzen möchten?

Sie sollten sich die Coach-Funktionen und die Kosten anschauen und sich fragen, wie viel einem die eigene Gesundheit wert ist. Da die Kosten einiger HausMed Coaches bei erfolgreicher Teilnahme von den Krankenkassen übernommen werden, sollte bei jedem Patienten ausreichend Engagement vorhanden sein.

Das Interview führte Katja Krug

MEHR INFORMATIONEN

www.hausmed.de/aerzte oder
unter Telefon: 030-609886-74