



Vertrauensvolle Versorgung

Bei chronischen Erkrankungen ist eine strukturierte Behandlung mit einem Hausarzt als zentrale Anlaufstelle besonders wichtig



Aufklärung ist wichtig: Fragen Sie nach, wenn Sie unsicher sind

Diagnose Diabetes – und was nun? Wird eine chronische Krankheit festgestellt, sind viele Patienten verunsichert. Um alle Fragen zu klären, sind Sie bei Ihrer Hausärztin/Ihrem Hausarzt in besten Händen.

Jetzt gilt es, Begleit- oder Folgeerkrankungen zu erkennen beziehungsweise deren Entstehung vorzubeugen. Denn chronische Krankheiten kommen meist nicht allein. So ist Typ-2-Diabetes häufig Teil des metabolischen Syndroms, einer komplexen Stoffwechselstörung, für die neben erhöhtem Blutzucker ein gestörter Fettstoffwechsel, Übergewicht und erhöhter Blutdruck kennzeichnend sind.

Diese müssen mitbehandelt werden, um lebensbedrohliche Folgen wie Herzinfarkt, Schlaganfall, diabetischen Fuß oder Netzhauterkrankungen zu vermeiden.

Generell machen chronische Krankheiten anfälliger für weitere Leiden. Deshalb ist es wichtig, einen Arzt oder eine Ärztin des Vertrauens zu haben, der/die den Überblick über die Therapie und Entwicklung der Krankheit behält, neu auftretende Beschwerden einordnen kann und bei Bedarf die richtigen Spezialisten hinzuzieht.

Besondere Leistungen

Hier kommt die Hausarztzentrierte Versorgung (HzV) ins Spiel. Sie kennen die HzV noch nicht? Dann sprechen Sie doch Ihre Hausärztin/Ihren Hausarzt darauf an. In der HzV wählen Sie eine Hausärztin/einen Hausarzt Ihres Vertrauens, die/der dann Ihre erste Anlaufstelle für alle Fragen und gesundheitlichen Probleme wird – Ihr persönlicher Leibarzt sozusagen. Einige besondere

Leistungen, die Ihnen als HzV-Patient offenstehen, sorgen für eine erstklassige Betreuung, von der Menschen mit chronischen Krankheiten besonders profitieren. Das ist wissenschaftlich belegt.

Aktuelle Erkenntnisse

Nachweislich bewährt haben sich auch *Disease-Management-Programme* (DMP). Das sind Behandlungsprogramme, mit denen durch koordinierte und fortlaufende medizinische Betreuung auf Grundlage aktueller medizinischer Erkenntnisse die Therapie verbessert werden soll.

Wenn Sie sich für die Teilnahme an einem DMP entscheiden, ist Ihre Mitarbeit gefragt: Sie werden in die Behandlung einbezogen, beispielsweise bei der Festlegung individueller Therapieziele. Um diese zu erreichen, müssen Sie selbst aktiv werden – was Sie tun können, erfahren Sie unter anderem durch Patientenschulungen zum Umgang mit Ihrer Erkrankung.

Dass dieses Konzept aufgeht, zeigen Auswertungen der DMP. Laut dem Ende Januar veröffentlichten Qualitätsbericht 2016 der Kassenärztlichen Bundes-



Dr. Petra Reis-Berkowicz ist
Vorstandsmitglied,
Presse- und
Medienreferentin
des Bayerischen
Hausärzte-
verbandes

vereinigung trägt die Teilnahme am DMP bei Typ-2-Diabetikern zur Normalisierung des Blutdrucks und zur Senkung des HbA1c-Wertes bei.

Dem aktuellen Qualitätsbericht der „Nordrheinischen Gemeinsamen Einrichtung DMP“ zufolge ist in den vergangenen zwölf Jahren bei Typ-2-Diabetikern, die am DMP teilnehmen, die Anzahl von Fußamputationen, neurologischen Schäden und Augenproblemen deutlich zurückgegangen. Zudem verbesserten sich die Blutzuckerwerte.

Wenn Sie von einer chronischen Krankheit betroffen sind, lohnt sich also für Sie die Teilnahme an einem DMP. Insbesondere in Kombination mit der HzV sichern die Behandlungsprogramme – es gibt sie für Typ-2-Diabetes, Brustkrebs, koronare Herzkrankheit (KHK), Herzinsuffizienz, Asthma bronchiale und COPD – eine optimale Therapie. □

Hilfe in der Gruppe

„Der Arzt bietet Schulung und Therapie. Die Selbsthilfegruppe bietet das wertvolle Gut Zeit und Verständnis für die Situation des anderen, weil sie jeder kennt.“ So beschreibt Marion Köstlmeier, stellvertretende Vorstandsvorsitzende des Diabetikerbunds Bayern, warum es sich lohnt, die Unterstützung einer Selbsthilfegruppe wahrzunehmen. Bei der Suche nach Adressen hilft Ihnen die „Selbsthilfe-koordination Bayern“ (www.seko-bayern.de).

„Hausärztin zu werden fühlt sich gut an“



Mächtig motiviert: Stipendiatin Kristin Vogel mit Dr. Simon (l.) und Dr. Sören Sitter

Kristin Vogel ist eine der ersten Studentinnen im Praktischen Jahr (PJ), die von der Stiftung Bayerischer Hausärzteverband gefördert wird.

„Das ist genau das, was ich machen will. Mich motiviert der gesamte Arbeitsalltag. Der enge Kontakt zu den Patienten, die Begleitung der Menschen und das breite medizinische Spektrum“, begründet Kristin Vogel ihre Entscheidung. Die 26-Jährige absolviert im Rahmen ihres PJs ein Tertiäl in der Gemeinschaftspraxis Dres. Sitter in Bechhofen bei Ansbach. Die gebürtige Magdeburgerin ist eine der ersten Studierenden, die dabei von der Stiftung Bayerischer Hausärzteverband gefördert wird.

Damit noch mehr Studierende ihr PJ auch außerhalb ihres Heimat- oder

Studienortes absolvieren können, hat die Stiftung Bayerischer Hausärzteverband ein Förderprogramm aufgelegt. Das Ziel ist klar, wie Dr. Günther Beckstein, ehemaliger Ministerpräsident und Vorsitzender des Kuratoriums, erklärt: „Jede Woche schließt in Bayern eine Hausarztpraxis für immer, weil es zu wenig Nachwuchs gibt. Einen Teil dazu beizutragen, diesen Negativtrend zu stoppen, ist Ziel der Stiftung Bayerischer Hausärzteverband.“

Bewährte Doppelförderung

Gefördert werden deshalb nicht nur die Studierenden, sondern auch die PJ-Praxen. „Nur mit einer guten und engagierten Ausbildung können wir junge Studierende für eine spätere Karriere als Facharzt für Allgemein-

medizin begeistern“, begründet Stiftungsvorstand Dr. Jakob Berger diese Doppelförderung.

Dass ein früher Kontakt mit der Allgemeinmedizin durchaus die Berufswahl beeinflusst, kann Kristin Vogel nur bestätigen. „Ich habe in der 9. Klasse mein Schüler-Praktikum in einer Hausarztpraxis absolviert. Seitdem will ich nur eines: Hausärztin werden. Das Faszinierende an der Allgemeinmedizin ist für mich, dass man den Patienten immer als ganzen Menschen sieht und rundum betreut – und dies oft über viele Jahre.“

Das ganze Spektrum

Schon als PJ-Studentin wird Kristin Vogel deshalb voll in den Praxisalltag integriert. Dr. Simon Sitter: „In den ersten beiden Wochen hat sie mir und meinem Bruder Sören über die Schulter geschaut. Wir haben ihr dabei die praktischen Grundlagen der Hausarztmedizin gezeigt – und zwar das ganze Spektrum von der U3 über die Schmerztherapie bis zur Palliativmedizin. Anschließend hat sie die Führung der Disease-Management-Sprechstunden übernommen.“ Ob Asthma, COPD oder Diabetes, Kristin Vogel untersucht die Patienten und diskutiert anschließend mit den erfahrenen Hausärzten ihre Therapieansätze.

Über das Studium hinaus

„Bei uns lernt sie Dinge, die ihr im Studium garantiert nicht vermittelt werden, wie zum Beispiel den richtigen Umgang mit der Bürokratie“, ergänzt Simon Sitter. „Wir wollen aber auch, dass sie verordnungssicher wird und selbst langfristige Therapien planen kann. Außerdem ist sie bei Hausbesuchen und Notarzteinsätzen dabei.“

Diese Erfahrungen wird sie brauchen, denn die nächsten Schritte hat Kristin Vogel schon klar vor Augen: „Na-

türlich möchte ich mich niederlassen, am liebsten in einer Gemeinschaftspraxis. Nach meiner Ausbildung zur Fachärztin für Allgemeinmedizin kann ich mir zwecks Familienplanung vor-

stellen, zunächst ein paar Jahre als angestellte Ärztin zu arbeiten, aber mein großes Ziel ist die Freiberuflichkeit. Hausärztin zu werden, das fühlt sich gut an.“ □

Stiftung Bayerischer Hausärzteverband

Die gemeinnützige Stiftung Bayerischer Hausärzteverband wurde Ende 2013 vom Bayerischen Hausärzteverband ins Leben gerufen. Ihre Satzungszwecke sind die Förderung der Wissenschaft und Forschung, des öffentlichen Gesundheitswesens und der medizinischen Berufsbildung sowie des sozialen Engagements.

Mitglieder des Kuratoriums sind der ehemalige bayerische Ministerpräsident Dr. Günther Beckstein und Dierk Neugebauer von der Geschäftsleitung des Unternehmens Bristol-Myers Squibb Deutschland. Dem Stiftungsvorstand gehören Dr. Jakob Berger (leitend), Hausarzt aus Herbertshofen und zweiter stellvertretender Vorsitzender des Bayerischen Hausärzteverbandes, sowie die Juristin Heike Blümmel, Geschäftsführerin der Hausärztlichen Service- und Wirtschaftsgesellschaft (HSW GmbH), an.

Spendenkonto: Stiftung Bayerischer Hausärzteverband,
IBAN: DE11 3006 0601 0003 8290 35

Bis zu 2400 Euro Förderung

Die Stiftung Bayerischer Hausärzteverband fördert im Rahmen eines Pilotprojekts 20 Studierende der Humanmedizin, die sich im Praktischen Jahr (PJ) für das Wahlfach Allgemeinmedizin entscheiden und einen Abschnitt ihrer Ausbildung in einer Praxis für Allgemeinmedizin absolvieren. Voraussetzung ist, dass diese als akademische Lehrpraxis im Freistaat Bayern akkreditiert ist und ihren Patientinnen und Patienten eine Hausarztzentrierte Versorgung (HzV) anbietet. Die Förderung der Studierenden dient der ärztlichen Ausbildung und soll einen gewissen finanziellen

Ausgleich des Mehraufwands für Unterhalt und Lebensführung am Ausbildungsort schaffen. Ziel der Stiftung ist die Stärkung des Bewusstseins für die Chancen einer Niederlassung in der ambulanten Versorgung in Bayern, speziell in ländlichen Regionen. Die Fördersumme beläuft sich auf insgesamt 80.000 Euro und beträgt pro Studierenden bis zu 2400 Euro pro Tertiäl sowie für die jeweils ausbildende HzV-Lehrpraxis bis zu 1600 Euro pro Tertiäl. Weitere Informationen finden Sie im Internet unter www.hausaerzte-bayern.de (Rubrik „Stiftung“).

Bleiben Sie gesund – körperlich und seelisch

Am 7. April 1948 wurde die Weltgesundheitsorganisation (WHO) gegründet. Seither steht der 7. April als „Weltgesundheitstag“ jedes Jahr ganz im Zeichen der Gesundheit – immer unter einem anderen Motto rund um das Thema „gesund bleiben“. Dieses Jahr geht es um „Depression – Let's talk“. Denn die Auseinandersetzung mit dem Thema Depressionen spielt eine entscheidende Rolle in der Vorbeugung und Therapie dieser Erkrankung. Sie kann jeden treffen: Betroffene ziehen sich

zurück und scheuen sich, über ihre Probleme zu reden oder Hilfe in Anspruch zu nehmen. Das Umfeld wiederum weiß nicht, wie es mit dem veränderten Verhalten umgehen soll, und lässt Betroffene oft mit ihrer Krankheit allein.

„Bitte stör mich“, heißt deshalb auch eine Kampagne gegen Depression, die Bayerns Gesundheitsministerin Melanie Huml gestartet hat. Auf den Internetseiten www.weltgesundheitstag.de und www.bitte-stoer-mich.de erfahren Sie, was Sie tun können, wenn Sie be-

troffen sind, und wie Sie Angehörigen oder Freunden helfen können, die an einer Depression leiden. Und denken Sie daran: In Ihrer Hausärztin/Ihrem Hausarzt finden Sie immer einen kompetenten Ansprechpartner – auch bei psychischen Erkrankungen. □

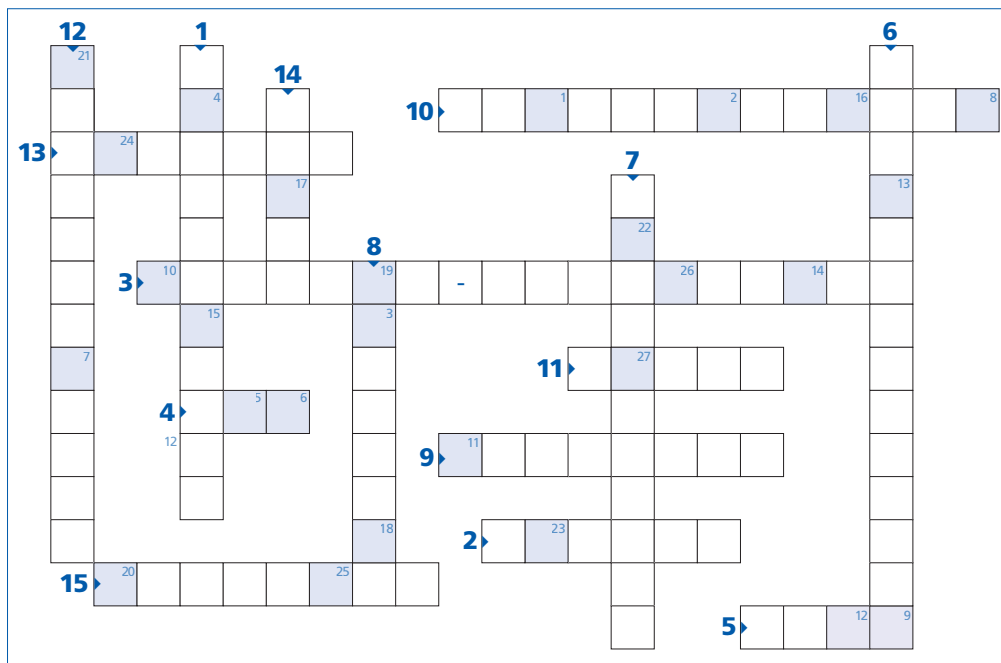
IMPRESSUM

Herausgeber dieser Beilage:
Bayerischer Hausärztesverband,
Orleansstraße 6,
81669 München
Druck: Druckerei Baumann GmbH & Co. KG,
95326 Kulmbach

Rätsel-Spaß

Machen Sie mit und gewinnen Sie eines von **20 Vorsorge-Büchern** im Wert von **14,90 €!**

Die fehlenden Wörter in den Sätzen 1 bis 15 ergänzen und ins Rätselgitter eintragen. Die Buchstaben in den farbig unterlegten Feldern ergeben in der richtigen Reihenfolge die Lösung. Wenn Sie den Text auf den vorherigen Seiten aufmerksam lesen, fällt es Ihnen sicher leicht, den Lösungssatz zu ergänzen.



Lösungswort: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27

Bitte senden Sie das Lösungswort bis 30. Juni 2017 an

Bayerischer Hausärztesverband, Stichwort: Kreuzworträtsel, Orleansstr. 6, 81669 München

Oder teilen Sie uns das Lösungswort ganz einfach per Mausclick mit unter www.hausaerzte-bayern.de/Patienten/Hausarzt-Patienten-Magazin.



Dr. Marianne Koch:
„Das Vorsorge-Buch“

Mit Gesundheits-Check-up und Listen, für wen wann welche Vorsorgeuntersuchung sinnvoll ist.

- 1 Bei ... Krankheiten ist eine strukturierte Behandlung mit einem Hausarzt besonders wichtig.
- 2 Beispiel für chronische Krankheit
- 3 DMP = Abkürzung für ...-Programm
- 4 Abkürzung für Hausarztzentrierte Versorgung
- 5 Abkürzung für Chronisch obstruktive Lungenerkrankung
- 6 Selbsthilfegruppe bei Diabetes = ... Bayern
- 7 PJ = Abkürzung für ... Jahr
- 8 Die ... Bayerischer Hausärztesverband fördert 20 Studierende der Humanmedizin.
- 9 Vorsitzender des Stiftungskuratoriums = ehemaliger ...präsident Dr. Günther Beckstein
- 10 ... über Depression spielt eine entscheidende Rolle in der Vorbeugung und Therapie dieser Erkrankung.
- 11 Name der Kampagne gegen Depression in Bayern: „Bitte ... mich“
- 12 Ihre Hausärztin/Ihr Hausarzt ist immer ein kompetenter Ansprechpartner – auch bei psychischen ...
- 13 + 14 „Bleiben Sie gesund – körperlich und seelisch“ anders gesagt: „... (13) und ... (14) gesund halten“
- 15 Was können Sie bei diesem Rätsel gewinnen? Das ...buch von Dr. Marianne Koch

Wir gratulieren den Gewinnern des Kreuzworträtsels der Ausgabe IV/2016 zu ihrem Buch-Gewinn „Der große Ratgeber: Gesunder Rücken“ von Prof. Grifka: E. Abstein, B. Bergold, R. Ehinger, K. Essig, P. Fischer, C. Gamsreiter, G. Köhnlechner, U. Löschner, S. Maier, H. Pettinger, H. Resch, V. Roßgotterer, R. Schaf, R. Schneider, K. Schroeter, R. Seßler, E. Ullmann, B. Wagenbauer, R. Weber