

Inhalt



Arzneimittelkonsile	1
Terminvorschau	1
Tipp für Patienten.....	1
Netzkollegen stellen sich vor	2
Unspezifischer Rückenschmerz..	2
Rehasport verordnen.....	2

Terminvorschau



Termine im Gesundheitskiosk
Billstedt, Möllner Landstr. 18

Fokusgruppe Ambulant-Sensitive Krankenhausfälle

22.08.2018, 13:00 bis 14:30 Uhr
(12:30 gemeinsames Mittagessen)

MFA-Treffen

29.08.2018, 13:00 bis 14:30 Uhr

Wundmanagement

05.09.2018, 13:00 bis 14:30 Uhr

Mittags-Stammtisch

04.09.2018, ab 13:00 Uhr

Arzneimittelkonsil COPD

13.09.2018, 19:00 Uhr

Tipp für Patienten



Die Nordic Walking Gruppe in Kooperation mit der Volkshochschule wird sehr gut angenommen. Das offene Angebot findet jeden Montag statt, eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Den Flyer mit allen Angeboten und Terminen im Gesundheitskiosk erhalten Sie wie immer von unserem Team.



Liebe Leserinnen und Leser,

Ende Juni war Halbzeit für die Förderphase des Gesundheitsnetzes in Billstedt und Horn. Seit das Ärztenetz die Arbeit aufgenommen hat, sind viele neue Strukturen entstanden: der Gesundheitskiosk mit seinen Präventionsangeboten und Kontakten zu sozialen Einrichtungen, CME-zertifizierte Qualitätszirkel und Fortbildungen - eine davon stellen wir Ihnen in dieser Ausgabe vor. Und die Praxisteams konnten sich bei Netzwerktreffen besser kennen lernen. Seien Sie weiter mit dabei!

Ihr Redaktionsteam

Arzneimittelkonsile: Medikamente für Senioren nach FORTA-Systematik

An sieben der neun Arzneimittelkonsile nach der FORTA-Systematik (= **Fit for The Aged**)^{1,2} hat Internist Dr. André Ansell inzwischen teilgenommen. Sein Fazit: „Insgesamt eine gut strukturierte CME-Fortbildung mit wissenschaftlich fundierten, pharmunabhängigen Empfehlungen für die Praxis. Als Netzärzte werden wir zudem für unseren Zeitaufwand honoriert – besser kann es nicht sein“. Die Fortbildungen mit Prof. Wehling sind mit durchschnittlich 13 Teilnehmern gut besucht, 37 Kollegen waren mindestens einmal dabei. Nächster Termin zum Thema COPD ist der 13. September.



Medikamentenpläne hinterfragen

Für den erfahrenen Internisten vom VivaQ Mümmelmannsborg bietet das Konsil vor allem fachliche Absicherung, aber auch neue Impulse, die Medikation von Patienten anzupassen. „Viele ältere und multimorbide Patienten lassen ihre Verordnungen nicht regelmäßig kontrollieren, weit verbreitet sind beispielsweise Protonenpumpeninhibitoren als Dauermedikation“, so Ansell. Viele Bluthochdruckpatienten seien mit ACE-Hemmern besser und wirtschaftlicher versorgt als mit handelsüblichen Angiotensin-II-Antagonisten. Und zur Schlaganfallprophylaxe empfehle Wehling NOAK-Medikamente wie Dabigatran, Rivaroxaban und Apixaban anstelle von Marcumar.

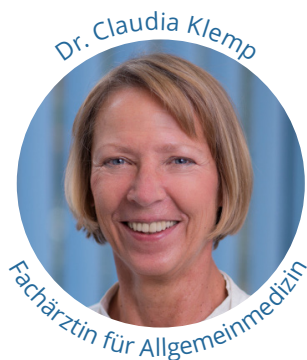
Nachschlagwerk und App für den Praxisalltag

Die FORTA-Systematik benennt in einer Positiv-Negativ-Liste nicht nur ungeeignete sondern auch nachweislich nützliche Medikamente für Ältere Menschen. In der Bewertung sind Medikamente nach Wirkung, Nebenwirkungen und Wirtschaftlichkeit priorisiert. Das Nachschlagwerk gibt jungen und erfahrenen Ärzten Sicherheit und ist einfach zu handhaben. Die Liste steht inzwischen auch als kostenlose Android-App zur Verfügung.

1 Wehling M. Dtsch Med Wochenschr 2008;133, 2289-2291.

2 Wehling M. J Am Geriatr Soc. 2009;57(3):560-561.

Netzkollegen stellen sich vor



„Schon als Kind wollte ich unbedingt Ärztin werden, weil ich gern Menschen helfe und mich ein detektivischer Spürsinn antreibt. Die Allgemeinarztstelle im MVZ VivaQ in Mümmelmannsberg habe ich vor zwei Jahren übernommen. Daher überschneidet sich die Zeit meiner Eingewöhnung größtenteils mit der Aufbauphase des Ärztenetzes und ich kann Kollegen, deren Namen ich auf Verordnungen und Arztberichten las, gleich persönlich kennen lernen. Ins Netz bringe ich meine Expertise aus der Betreuung des AWO Seniorenzentrums in die Qualitätszirkel zur Pflege ein. Die Erfahrungen als Ärztin in Kamerun haben mich sehr geprägt – unsere Patienten leiden viel häufiger unter psychischen und sozialen Problemen, die dort von der Familie aufgefangen werden. Meine Kinder sind erwachsen, so bleibt viel Zeit, mich zusammen mit meinem Mann in einer kleinen kirchlichen Gemeinde im Chor und „auf der Kanzel“ zu engagieren.“

Blick in die Presse

- 30. Juni: taz



Redaktion

Dr. Gerd Fass, Dr. Dirk Heinrich,
Antje Jonas
Redaktionsanschrift:
a.jonas@gesundheit-bh.de



Unspezifischen Rückenschmerz behandeln

Für die meisten Rückenschmerzen gibt es keinen spezifischen Grund (ICD M54.8 und M54.9). „Wir wollen den Betroffenen helfen, sich nicht in einer Odyssee aus unnötigen bildgebenden Untersuchungen oder Schmerzmittelverordnungen zu verlieren“, berichtet Dr. Markus Ertl, Orthopäde in Mümmelmannsberg. „Oft reichen schon kleine Veränderungen im Bewegungsverhalten oder eine Gewichtsreduktion aus, die Schmerzen zu verringern.“ Für den Transfer in den Alltag setzt der Orthopäde auf die engmaschige Begleitung im Gesundheitskiosk.

Fallbeispiel aus dem Gesundheitskiosk

Anfang des Jahres kommt Kerstin S. (Name geändert) auf Überweisung ihres Orthopäden in den Gesundheitskiosk. Die 42-Jährige leidet unter chronischen Rückenschmerzen und ist adipös (BMI 37). Nach Analyse ihrer Lebenssituation plant sie gemeinsam mit Beraterin Jennifer Lazidis, wie sie ihre Lebensgewohnheiten ändern kann: „Kerstin S. ist sehr motiviert: Sie achtet beispielsweise darauf, abends weniger zu essen, trinkt über den Tag verteilt mehr Wasser und nutzt kostenlos die „Kaia-App“ mit täglichen Rückenübungen.“ Außerdem verwendet Kerstin S. einen Schrittzähler für ihr Tagesziel von 12.000 Schritten und möchte langfristig in einer Sportgruppe mitmachen. Ihre Familie ist involviert und unterstützt sie. Im Moment kommt sie regelmäßig zum Wiegen. „Das sind immer kleine Motivationspritzen, die ihr helfen, am Ball zu bleiben.“ Eine der Rückmeldungen an den Arzt: Die Schmerzen sind weniger geworden und bis heute hat die Patientin bereits über 7 Kilo (BMI 35) abgenommen. 20 weitere sollen folgen.

Rehasport unbegrenzt verordnen

Manche Praxisinhaber fürchten, mit der Verschreibung von Rehasport ihre Heilmittelrichtgröße zu überschreiten. Diese Angst ist unbegründet, denn das Recht auf Rehabilitationssport ist eine ergänzende Leistung zur medizinischen Rehabilitation (§ 44 Abs. 1 Nr. 3 und 4 SGB IX). Im Gesundheitskiosk gibt es für Patienten mit Diabetes oder Herzerkrankungen inzwischen zwei Rehasportgruppen, die von den Kardiologen Dr. Jens Stadtmüller und zwei externen Kollegen ärztlich betreut werden. Patienten mit Reha-Verordnung bei Rückenschmerzen vermitteln die Berater an die Anbieter im Stadtteil weiter.

- Verordnung über Antragsformular 56
- Termine im Gesundheitskiosk: Donnerstag von 9 - 10 und 10 - 11 Uhr.

Ein gemeinsamer Newsletter von

Ärztenetz Billstedt-Horn e.V.

Praxis Dr. Gerd Fass
Oskar-Schlemmerstr. 15
22115 Hamburg
Tel. 040 71 59 12 55
praxis@drfass.de

Gesundheit für Billstedt/Horn UG

Möllner Landstr. 31
22111 Hamburg
Tel. 040 736 77 130
info@gesundheit-bh.de
www.gesundheitskiosk.de