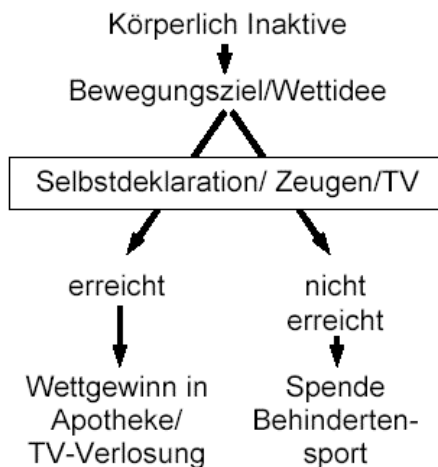


## **Bewegungsförderung über die Arztpraxis – Auf dem Weg zu einem praxistauglichen Ansatz**

**Dr. med. Brian Martin, MPH**  
**Bewegung und Gesundheit**  
**Eidgenössische Hochschule für Sport Magglingen**  
**Bundesamt für Sport**

*2. Schweizer Social Change Forum. Vom Motiv zur Motivation, Zürich, 05.06.08*

### **Grundidee <<Gesundheitswette>>**



## Lancierung «Gesundheitswette» September 2003

---

- Fernsehsendung «Gesundheit Sprechstunde» (300'000-500'000 Zuschauer)
  - Magazin Gesundheit Sprechstunde (Auflage 80'000)
  - Beitrag in Apothekerzeitschrift
  - Zuerst 170, dann 180 teilnehmende Apotheken
- 

Repräsentativer Bevölkerungssurvey November 2002, n=1501

- **Gestützter Bekanntheitsgrad 39% für ganze Schweiz, 50% in deutschsprachigem Landesteil**

Resultate aus Befragung der TV-Studiozuschauer (n=153)

- **Hoher Anteil körperlich Inaktiver (58%)**
- **Grundidee gut verstanden**

## Erfolg «Gesundheitswette» September 2003

---

- Fernsehsendung «Gesundheit Sprechstunde» (300'000-500'000 Zuschauer)
  - Magazin Gesundheit Sprechstunde (Auflage 80'000)
  - Beitrag in Apothekerzeitschrift
  - Zuerst 170, dann 180 teilnehmende Apotheken
- 

**→ 35 angenommene Wetten bei 55 Wetteingaben**

**→ 8 Wettgewinnerinnen und Wettgewinner**

„ (...) Der Arzt/die Ärztin wird als MultiplikatorIn sehr gut akzeptiert. In dieser formellen Beziehung sind die fachliche Kompetenz und die Autorität des Arztes/der Ärztin, sowie die Angst vor Beschwerden entscheidend für die Motivation der Teilnahme an einem Bewegungsprogramm (...)“



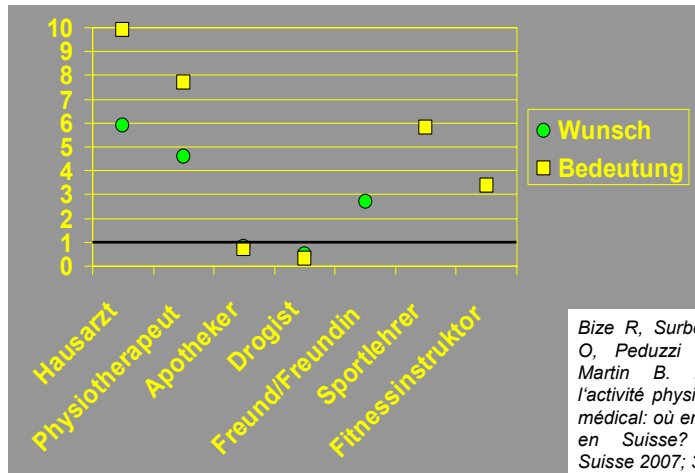
## Einstellung zur Bewegungsberatung über die Arztpraxis Bewegungssurvey 2004, n=811

„Wie wichtig ist für Sie der Ratschlag von Ihrem Hausarzt oder Ihrer Hausärztin bezüglich Ihres persönlichen Bewegungsverhaltens?“

<i>Wunsch nach Beratung</i>		<i>Bedeutung der Beratung</i>	
Deutlich begrüssen	47.5 %	50.5 %	sehr wichtig
Eher begrüssen	32.0 %	30.8 %	ziemlich wichtig
Weder noch	7.1 %	10.5 %	mittelmässig wichtig
Eher ablehnen	5.9 %	4.2 %	wenig wichtig
Deutlich ablehnen	7.5 %	4.0 %	gar nicht wichtig

## Bewegungsberatung durch verschiedene Personen

Wunsch nach und Bedeutung der Beratung ausgedrückt als Quotienten  
(2 zustimmende Kategorie / 2 ablehnende Kategorien)

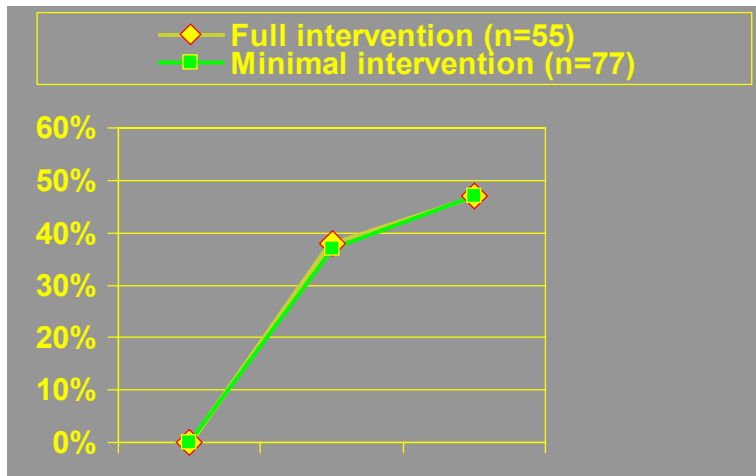


## Bewegungsberatung über die Arztpraxis – Ansätze in der Schweiz

- **Entwicklung von Intervention unter Einbezug von internationalen Erfahrungen, aber angepasst an lokale Verhältnisse**
  - Hinweise auf Wirksamkeit
  - Gute Akzeptanz bei allen Beteiligten
  - ! Aber: Schwierigkeiten bei der Rekrutierung der Praxen
- **Entwicklung von Modellen für die breite Umsetzung**

## Rat zur Tat Wirksamkeitsstudie 2000/2001

Zunahme des Bewegungsverhalten nach 6-8 Wochen und 14 Monaten



Anteil der körperlich aktiven Studienteilnehmer

Jimmy G. Martin BW. Implementation and effectiveness of a primary care based physical activity counselling scheme. Patient Education and Counselling, 2005.

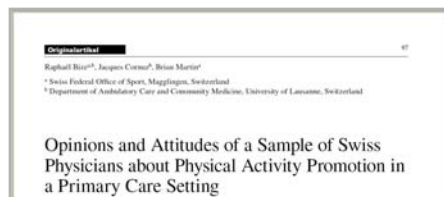
## Entwicklung von Modellen für die breite Umsetzung

- **Auswertung der bisherigen Erfahrungen**
- **Zusammenarbeit mit verschiedenen Partnern**
  - Eidgenössische Hochschule für Sport Magglingen, BASPO
  - Institut universitaire de médecine sociale et préventive de Lausanne
  - Institut für Sozial- und Präventivmedizin der Universität Basel
  - Institut für Sozial- und Präventivmedizin der Universität Zürich
  - Forschungsstelle Alter Spital Bern Ziegler
  - Pro Senectute
  - Université du 3<sup>e</sup> âge, Genève
  - Gesundheitsförderung Schweiz
  - bfu

## Entwicklung von Modellen für die breite Umsetzung

- **Auswertung der bisherigen Erfahrungen**
- **Zusammenarbeit mit verschiedenen Partnern**
- **Entwicklung und Austestung der Rohformen von Materialien und Abläufen**
  - *Expertenmeinungen*
  - *Austestung und Focusgruppen mit Patienten und Ärzten in Deutschschweiz (ISPM Zürich, ISPM Basel)*
  - *Qualitative Interviews mit Ärzten in der Romandie (PMU Lausanne)*

*„Barriers to counseling – (...) most important ones: lack of time, competition between the different topics of health promotion and preventive medicine, lack of reimbursement, lack of clear guidelines, lack of knowledge about downstream structures, lack of structural support to facilitate behavioral changes in patients (architectural and in town planning), or physician’s fear to be perceived as a «health moralist» (...)“*



*Schweizerische Zeitschrift für «Sportmedizin und Sporttraumatologie» 55 (3), 97–100, 2007*

## **Entwicklung von Modellen für die breite Umsetzung**

- **Auswertung der bisherigen Erfahrungen**
- **Zusammenarbeit mit verschiedenen Partnern**
- **Entwicklung und Austestung der Rohformen von Materialien und Abläufen**
- **Einbettung in Präventionskonzept des Kollegiums Hausarztmedizin**
- **Austestung der Abläufe und Materialien unter Praxisbedingungen**

## **Stand Sommer 2008**

---

- **Austestung Abläufe und Materialien in den Regionen Lausanne und Basel abgeschlossen**
- **Anpassungen und Produktion definitiver Materialien im Gange**
- **Entwicklung von Fortbildungsmodulen im Gange**
- **Nationale Umsetzung vorgesehen im Rahmen des Präventionskonzepts des Kollegiums Hausarztmedizin**

## Zusammenfassung

- **Bewegungsförderung über die Arztpraxis hat ein grosses Potential, besonders wegen der hohen Akzeptanz und Glaubwürdigkeit bei den Patienten**
- **Ärztinnen und Ärzte sind nicht einfach zu gewinnende Umsetzungspartner**
- **Die Untersuchung ihrer Motive und Barrieren bezüglich einer Verhaltensänderung hin zur Beratungstätigkeit kann wertvolle Informationen liefern**
- **Diese Untersuchungen können eine echte partizipative Entwicklung der Ansätze, strategische Partnerschaften sowie eine Austestung der Abläufe und Materialien unter Praxisbedingungen nicht ersetzen**

Bundesamt für Sport (BASPO), Bundesamt für Gesundheit (BAG), Gesundheitsförderung Schweiz, Netzwerk Gesundheit und Bewegung Schweiz. Gesundheitswirksame Bewegung: Ein Grundlagendokument. Magglingen, BASPO, 2006



Netzwerk Gesundheit und Bewegung Schweiz

[www.hepa.ch](http://www.hepa.ch)



Bize R, Surbeck R, Padlina O, Peduzzi F, Cornuz J, Martin B. Promotion de l'activité physique au cabinet médical: où en sommes-nous en Suisse? *Revue Med Suisse* 2007; 3: 2731-6