

# Leibliche Regung, körperliches Symptom

Part 2

## DIENSTAGMITTAG-FORTBILDUNG

der Psychosomatik am Universitätsspital Basel 2011/12

[www.psychosomatik-basel.ch/www.sappm.ch](http://www.psychosomatik-basel.ch/www.sappm.ch)

Universitätsspital  
Basel

15.11.2011, 12.30 Uhr - ZLF, Kleiner Hörsaal

In Zusammenarbeit mit:



Dr. Ueli Grüninger, Schweizer Kollegium für Hausarztmedizin (KHM), Bern

## Gesundheitscoaching - Patient und Arzt als Partner

Das Projekt ‚Gesundheitscoaching KHM‘ wurde vom Kollegium für Hausarztmedizin (KHM) entwickelt und zusammen mit der Ärztesellschaft des Kantons St. Gallen in 20 Hausarztpraxen in einem 12 Monate dauernden Testprojekt umgesetzt und erprobt. Das Projekt ist mit dem Swiss Quality Award 2011 in der Kategorie Patienteninformation ausgezeichnet worden.

Die Grundhaltung und die Grundlagen des Gesundheitscoachings, die praktische Durchführung in der Hausarzt-Sprechstunde, die Trainingsangebote und die in der Praxis gesammelten Erfahrungen (inkl. bisherige Ergebnisse der Begleitevaluation) werden Ihnen in diesem Vortrag vorgestellt.

Das Gesundheitscoaching ist ein modular aufgebautes Programm, das die Beratung für die 6 wichtigsten Gesundheitsverhaltensweisen (Alkoholkonsum, Rauchen, Bewegungsmangel, Übergewicht, Ernährung und Stress) für die Sprechstunde integriert.

Das Gesundheitscoaching ist ein innovatives Interventionsangebot, welches moderne Konzepte (Empowerment,

Shared Decision Making, Gesundheitskompetenz, Motivierende Gesprächsführung) für die Praxis operationalisiert. Es gibt dem Patienten die Hauptrolle und macht den Arzt zum Coach. Das neue Instrumentarium erlaubt dem Patienten mit Unterstützung seines Arztes ein eigenes Gesundheitsprojekt zu entwickeln und schrittweise sein Gesundheitsverhalten zu verändern: Arzt und Patient arbeiten als Partner.



Ueli Grüninger...

...ist Facharzt für Innere Medizin FMH und Psychosomatische und Psychosoziale Medizin SAPPM. Er absolvierte an der Johns Hopkins University in Baltimore eine Weiterbildung

in Public Health und klinischer Prävention. Seine Arbeitsschwerpunkte in Klinik, Forschung und Projektentwicklung liegen im Bereich ‚Prävention in der Arztpraxis‘ und ‚Arzt-PatientInnen-Kommunikation‘. Er arbeitet sowohl als Hausarztmediziner in der eigenen Praxis, als auch an der Medizinischen Universitätspoliklinik Bern, wo er die Risikofaktorensprechstunde betreut, ausserdem am Institut für Sozial- und Präventivmedizin in Bern. Dort führt er Forschungsprojekte in ärztl. Prävention und in HIV-Beratung durch. Er erarbeitete für das Bundesamt für Gesundheit das neue Medizinalberufegesetz. Seit 2003 Geschäftsführer Schweizer Kollegium für Hausarztmedizin (KHM, Schweizerische Stiftung zur Förderung der Grundversorgung) in Bern.