

Gesundheitsförderung als integrativer Bestandteil der primärmedizinischen Versorgung



Univ.-Prof. Dr. med. Tobias Esch

11-2019

Gesundheitsförderung als integrativer Bestandteil der primärmedizinischen Versorgung

...am Beispiel der...



Univ.-Prof. Dr. med. Tobias Esch

11-2019

Universitätsambulanz für Integrative Gesundheitsversorgung und Naturheilkunde (UnIG)

Universität Witten/Herdecke

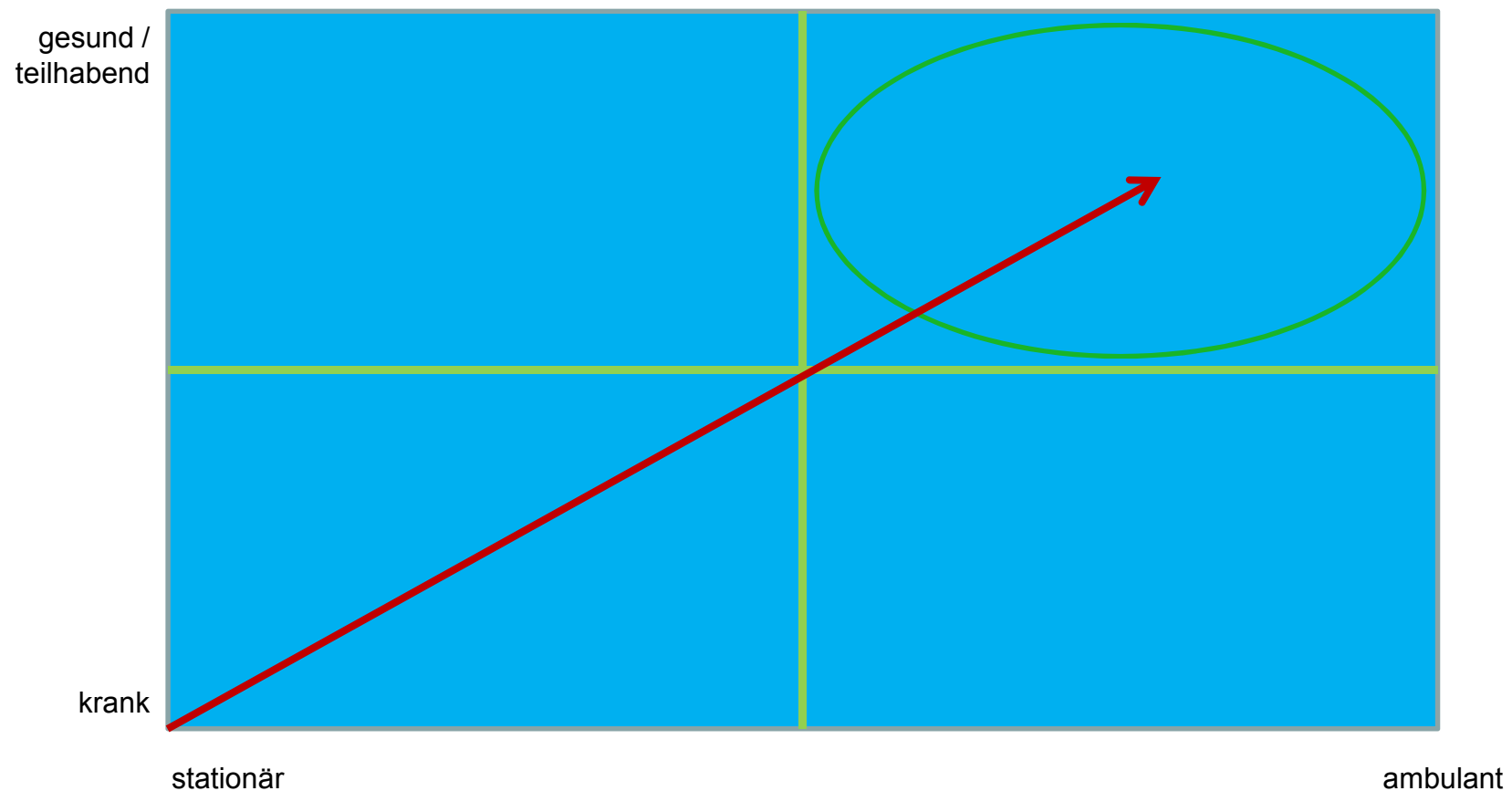


Tobias Esch, Witten, 11-2019

Ausgangssituation: Universitätsambulanz für Integrative Gesundheitsversorgung und Naturheilkunde

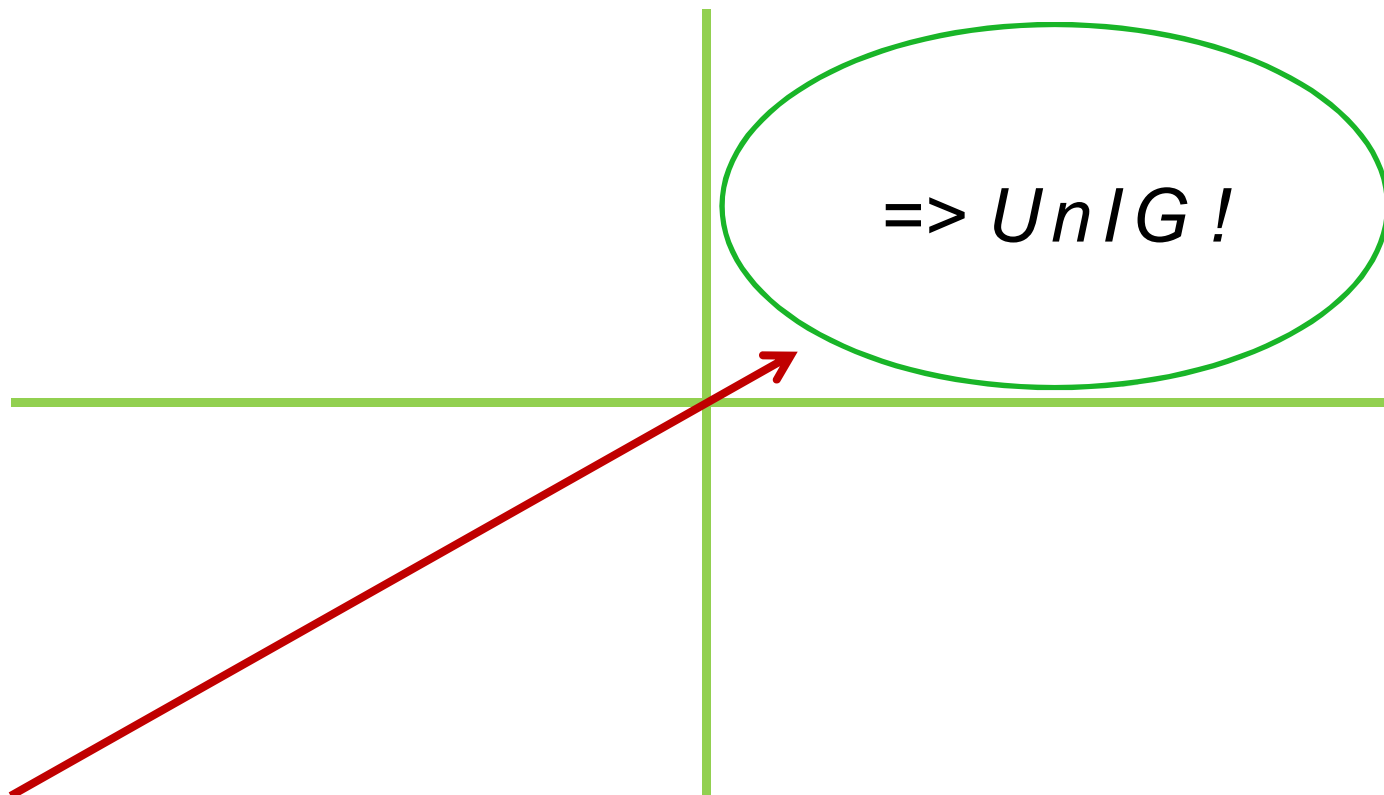


Ausgangssituation: Universitätsambulanz für Integrative Gesundheitsversorgung und Naturheilkunde



Ausgangssituation: Universitätsambulanz für Integrative Gesundheitsversorgung und Naturheilkunde

gesund /
teilhabend



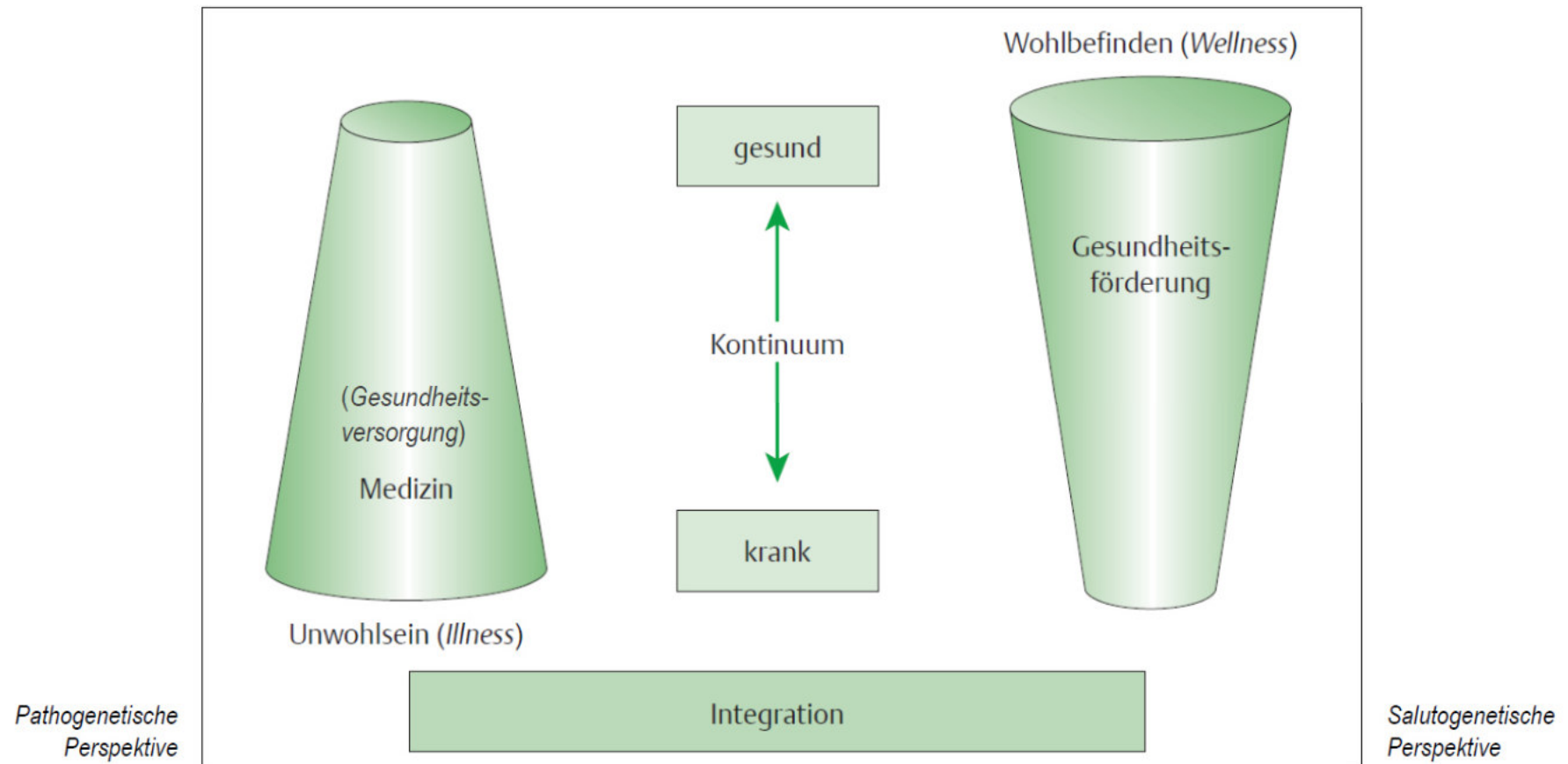
ambulant

Behandlungskonzept: Universitätsambulanz für Integrative Gesundheitsversorgung und Naturheilkunde



= Integrative Gesundheitsversorgung

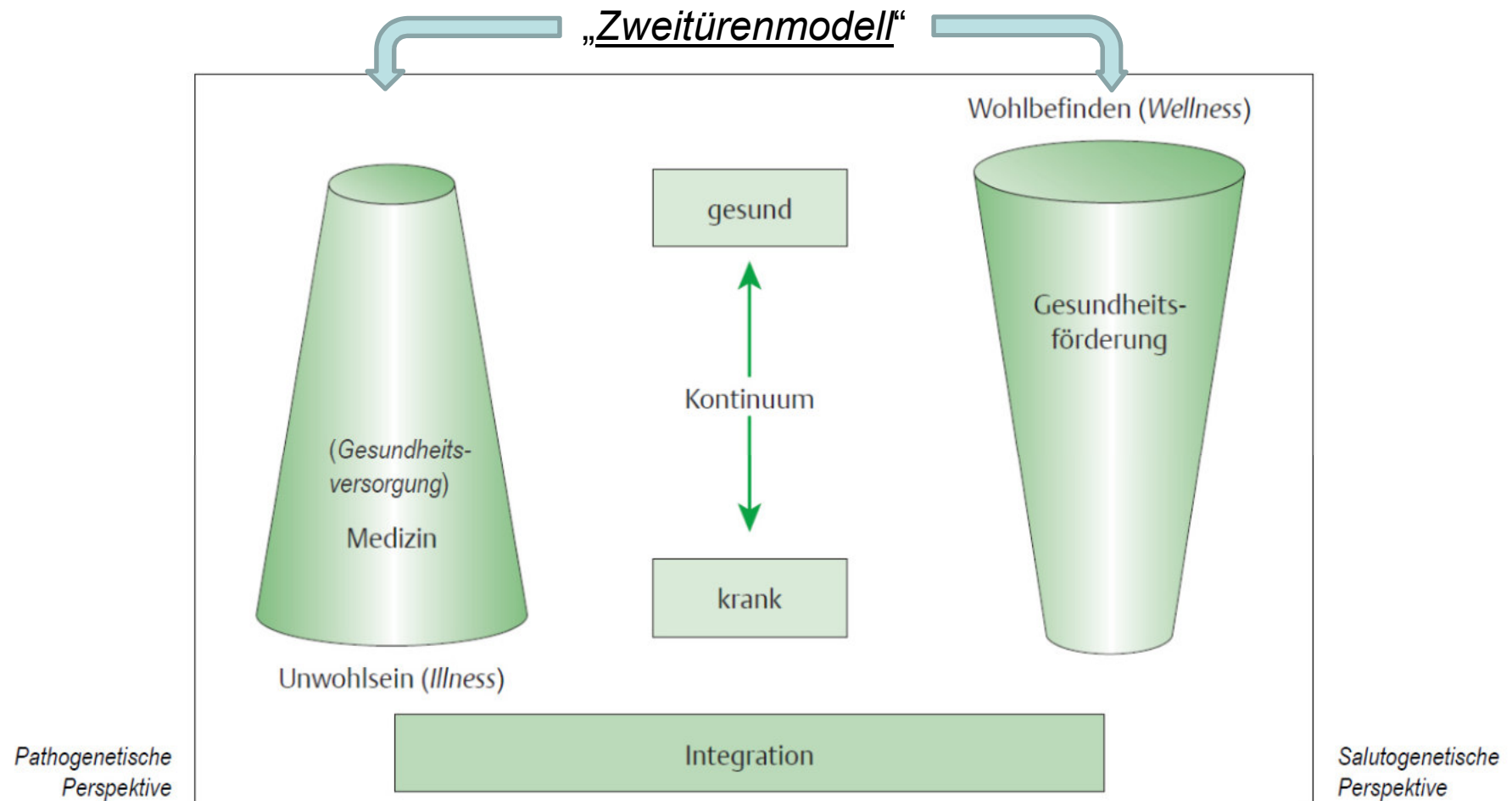
Behandlungskonzept: Universitätsambulanz für Integrative Gesundheitsversorgung und Naturheilkunde



Esch 2013, 2015

= Integrative Gesundheitsversorgung

Behandlungskonzept: Universitätsambulanz für Integrative Gesundheitsversorgung und Naturheilkunde



Esch 2013, 2015

= Integrative Gesundheitsversorgung

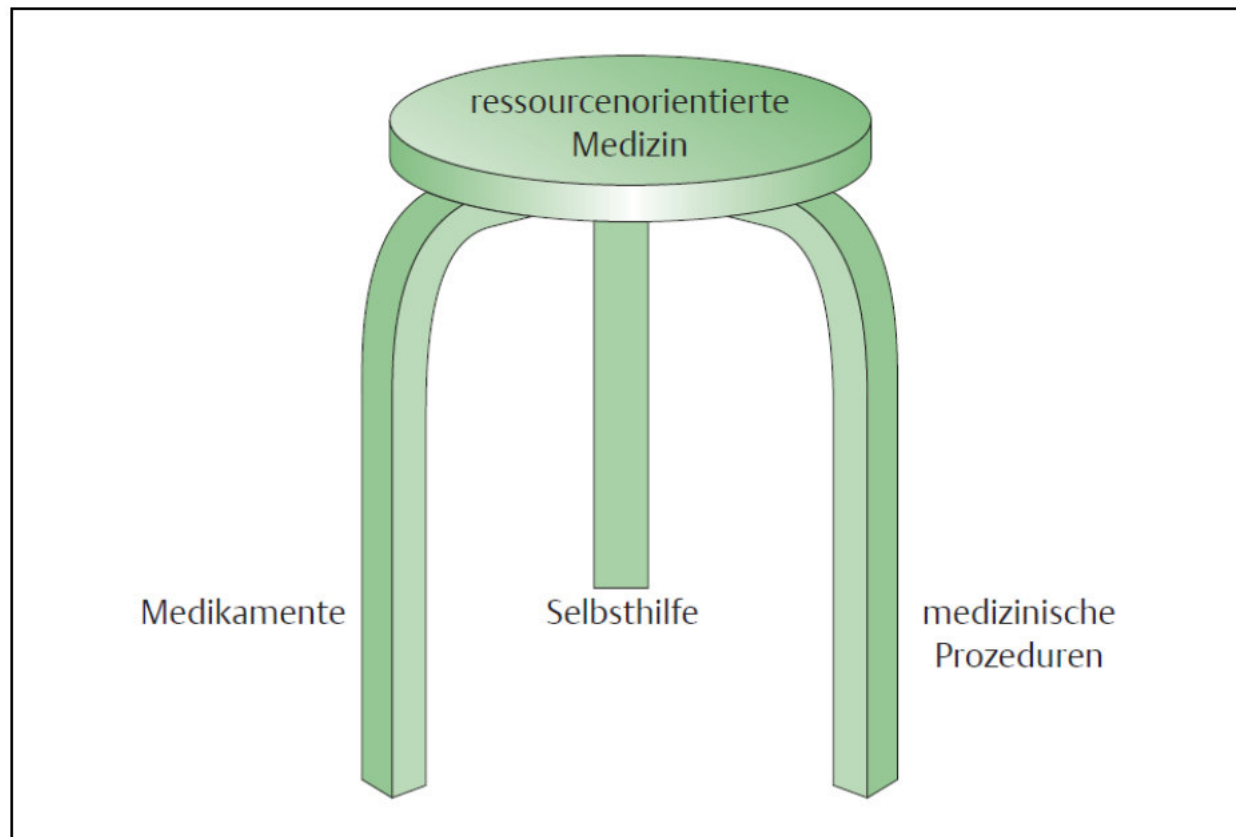
Behandlungskonzept: Universitätsambulanz für Integrative Gesundheitsversorgung und Naturheilkunde



Esch 2013, 2015

= Integrative Gesundheitsversorgung

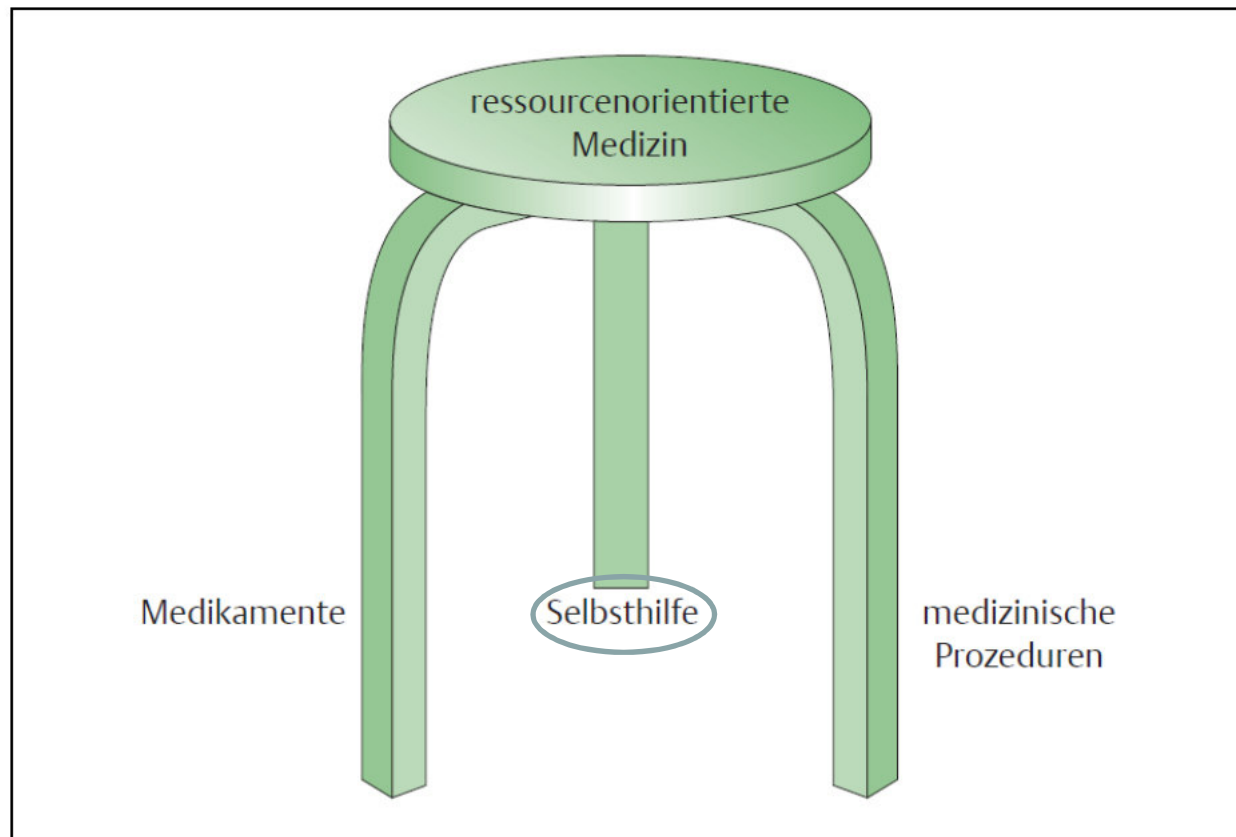
Behandlungskonzept: Universitätsambulanz für Integrative Gesundheitsversorgung und Naturheilkunde



Esch 2013

= Integrative Gesundheitsversorgung

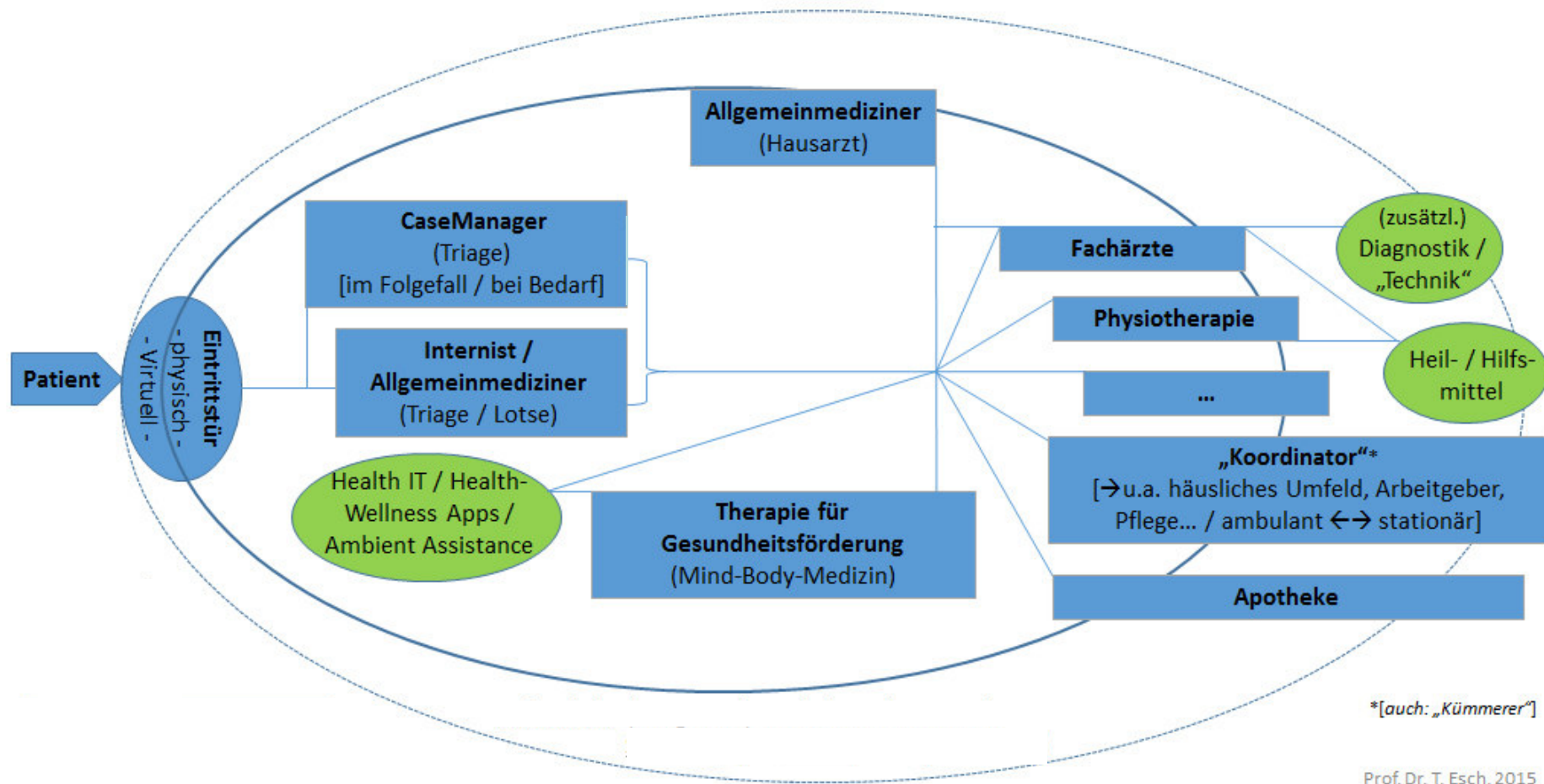
Behandlungskonzept: Universitätsambulanz für Integrative Gesundheitsversorgung und Naturheilkunde



Esch 2013

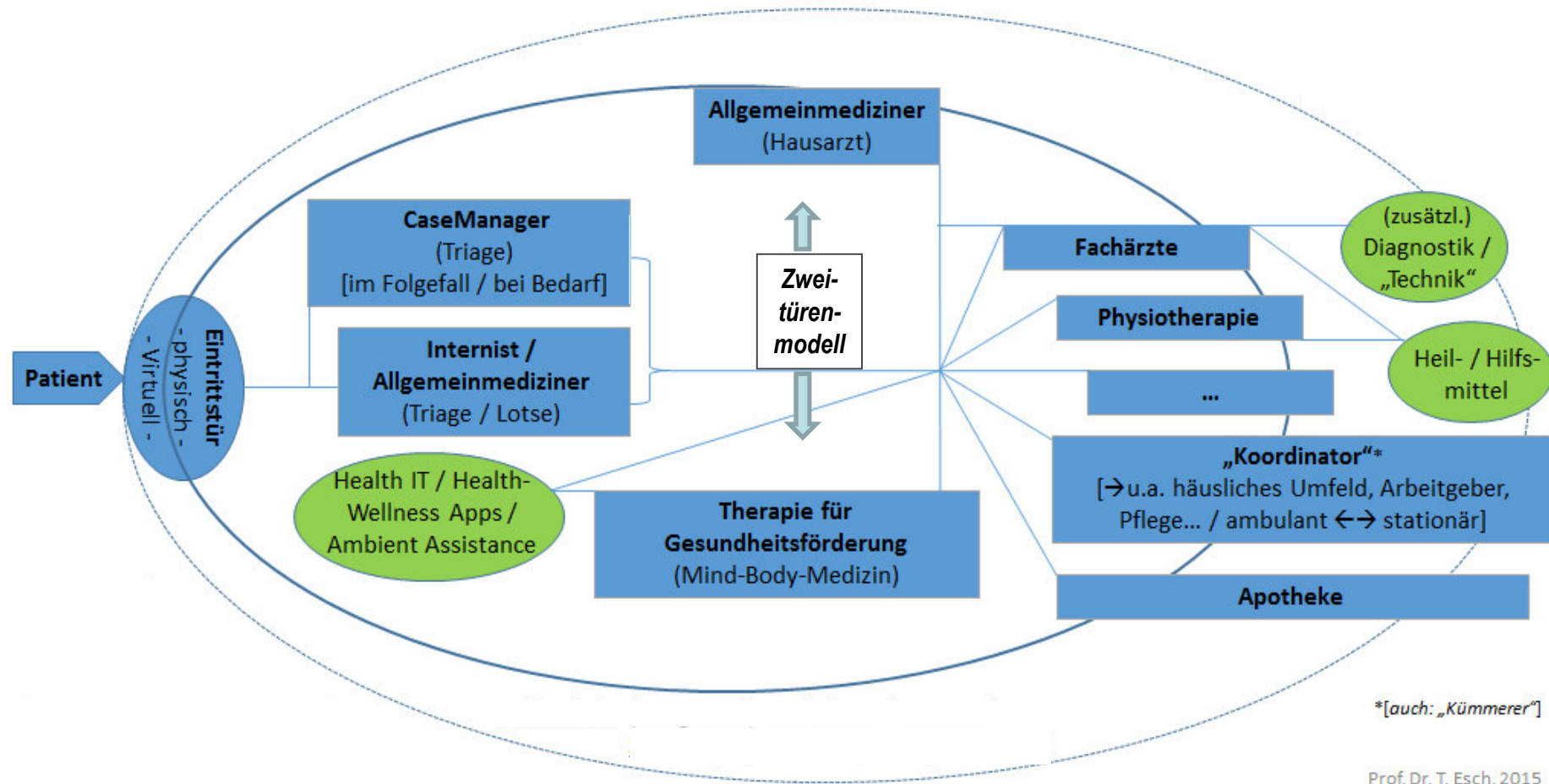
= Integrative Gesundheitsversorgung

Behandlungskonzept: Universitätsambulanz für Integrative Gesundheitsversorgung und Naturheilkunde



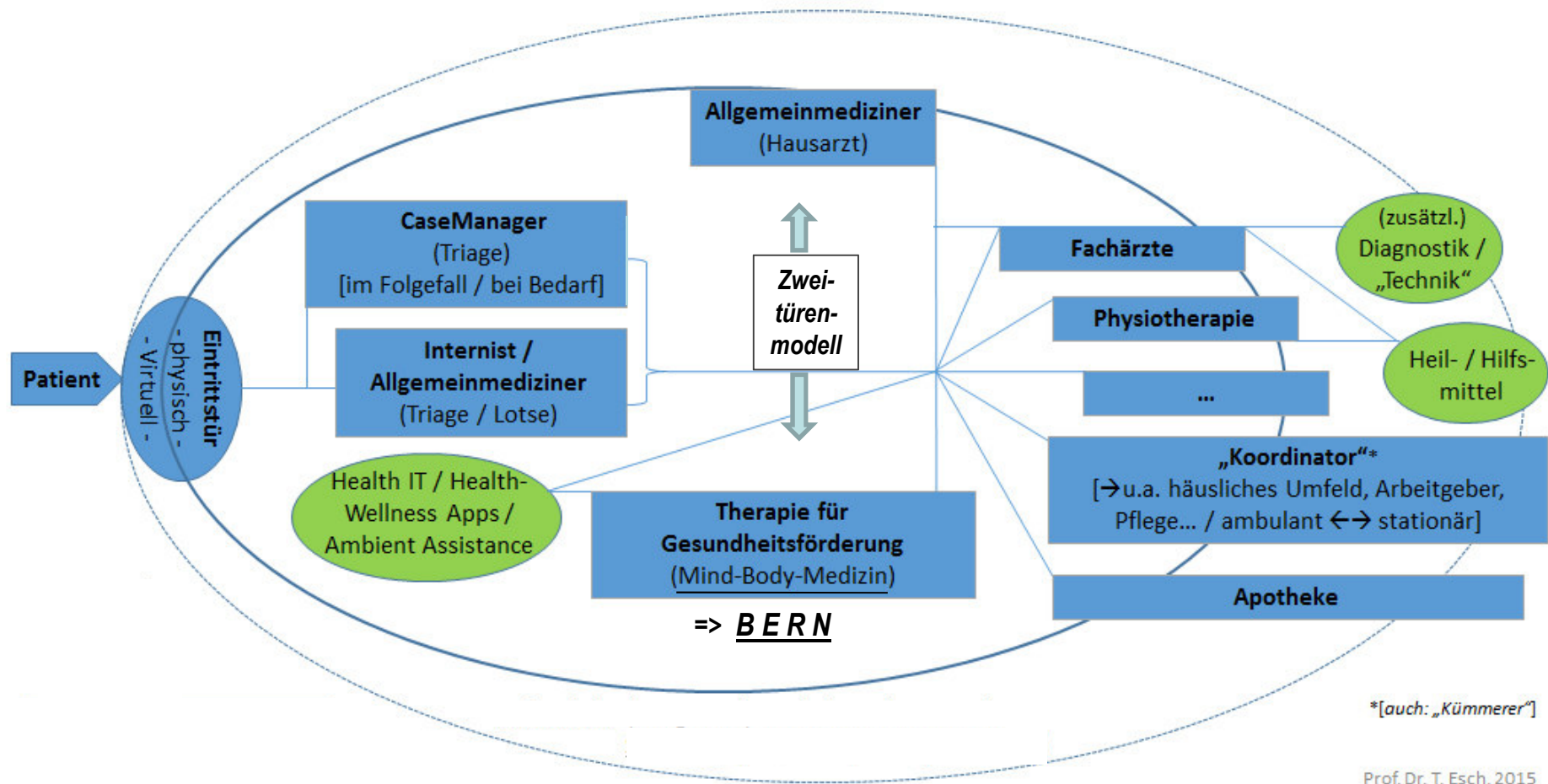
= Integrative Gesundheitsversorgung

Behandlungskonzept: Universitätsambulanz für Integrative Gesundheitsversorgung und Naturheilkunde



= Integrative Gesundheitsversorgung

Behandlungskonzept: Universitätsambulanz für Integrative Gesundheitsversorgung und Naturheilkunde

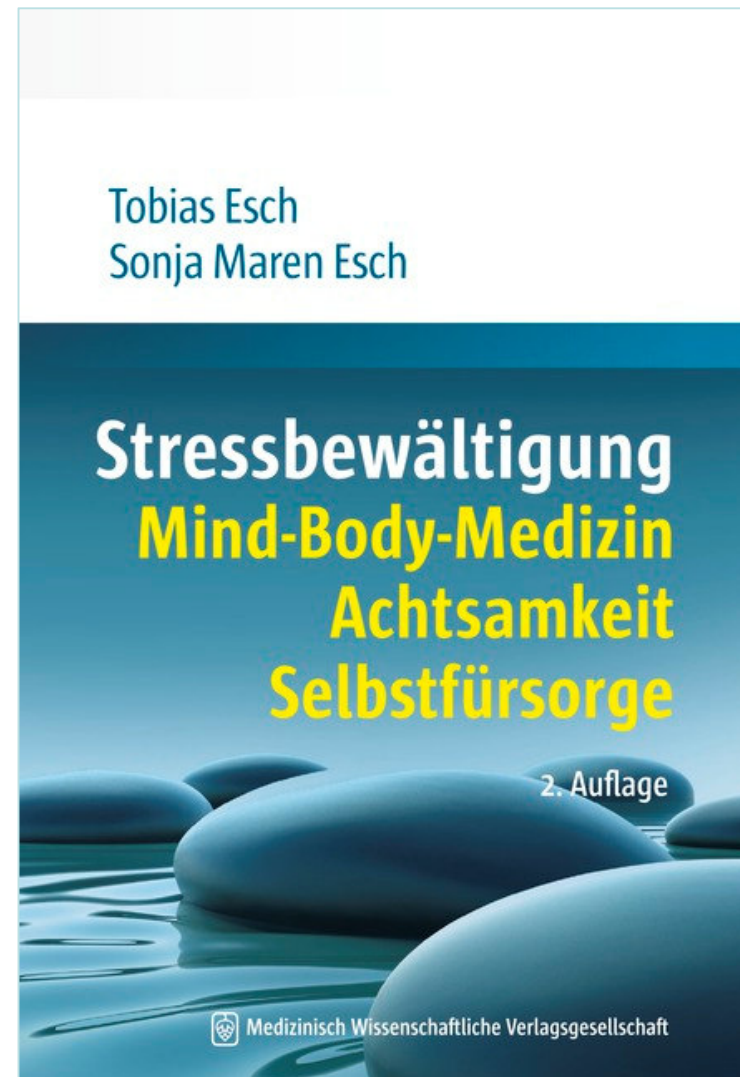


= Integrative Gesundheitsversorgung

B E R N

=

Mind-Body-Medizin

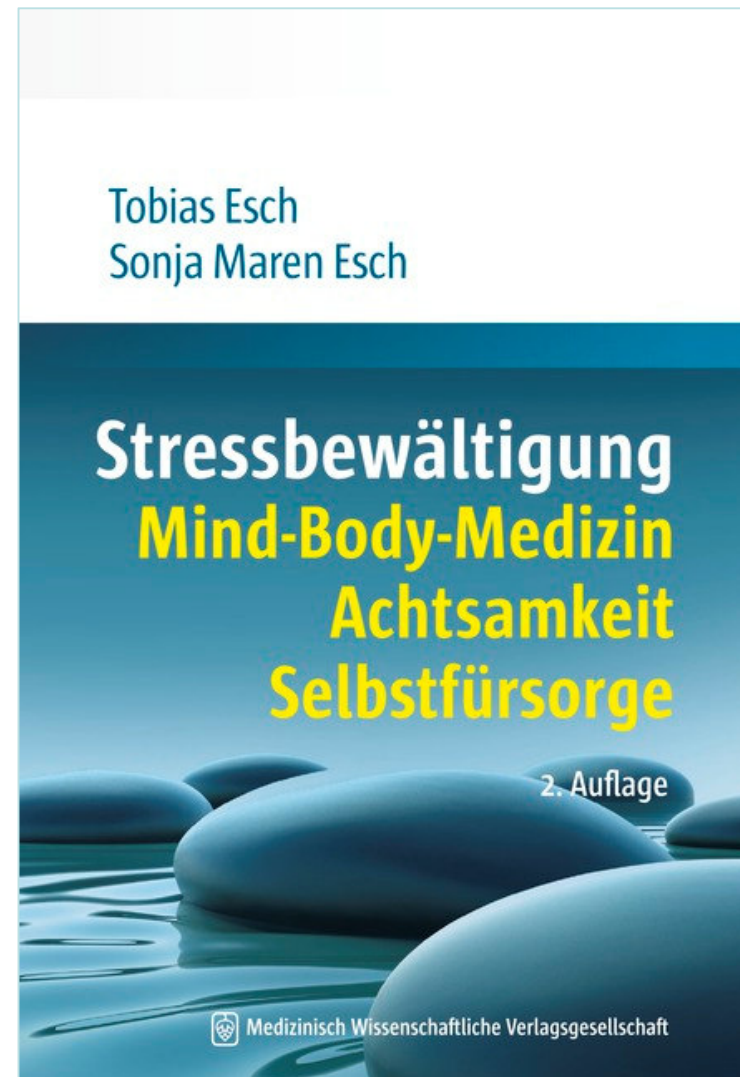


B E R N

=

Mind-Body-Medizin

***B** – Behavior (Verhalten)
E – Exercise (Bewegung)
R – Relaxation (Entspannung)
N – Nutrition (Ernährung)*



**Gesundheit
&
Wohlbefinden**

A-C-H-T-S-A-M-K-E-I-T

Gedanken- & Verhaltensmuster

Bewegung & Freizeitgestaltung

Tagesrhythmus & Entspannung

Bewusste & gesunde Ernährung

„Mein Weg zur Selbsthilfe“

Behandlungskonzept: Univer Integrative Gesundheit

Gesundheit &



...zum Beispiel:



Programm zur Gesundheitsförderung

Modul 1	Modul 2	Modul 3	Modul 4	Modul 5	Modul 6	Modul 7	Modul 8
<i>Einführung</i>	<i>Stress und Stressreaktion</i>	<i>Achtsamkeit</i>	<i>Entspannung</i>	<i>Bewegung als Regulation</i>	<i>gesunde und ausgewogene Ernährung</i>	<i>Sprache und Ausdruck</i>	<i>Rückblick und Ausblick</i>
Inhalt:							
Willkommen und Kennenlernen	Willkommen und Ankommen	Willkommen und Ankommen	Willkommen und Ankommen	Willkommen und Ankommen	Willkommen und Ankommen	Willkommen und Ankommen	Willkommen und Ankommen
kleine Bewegungsübung im Stehen	kleine Bewegungsübung	kleine Bewegungsübung	kleine Bewegungsübung	Übungen aus dem Qigong	kleine Bewegungsübungen	kleine Bewegungsübung	kleine Bewegungsübung oder QG
1 Minute der Achtsamkeit mit Klangschale	2 Minuten der Achtsamkeit mit Klangschale	3 Minuten der Achtsamkeit mit Klangschale	4 Minuten der Achtsamkeit mit Klangschale	5 Minuten der Achtsamkeit mit Klangschale	6 Minuten der Achtsamkeit mit Klangschale	7 Minuten der Achtsamkeit mit Klangschale	Mitgeföhlsmeditation
Zeitlicher Ablauf + Orga	Thema Stress und Stressreaktion	Thema Achtsamkeit	Thema Entspannung	Thema Bewegung als Regulation	Thema gesunde und ausgewogene Ernährung	Thema Sprache und Ausdruck	Thema Rückfallprävention
Progressive Muskel Entspannung (PME)	Atemmeditation nach H. Benson	Body Scan kurz	Imagination-Phantasiereise	Gehmeditation	Übungen aus dem achtsamen Yoga im Stehen	Übungen aus dem achtsamen Yoga im Liegen	
Abschluss	"HA", Abschluss	"HA", Abschluss	"HA", Abschluss	"HA", Abschluss	"HA", Abschluss	"HA", Abschluss	Abschlussritual

„Mein Weg zur Selbsthilfe“

Behandlungskonzept: Universitätsambulanz für Integrative Gesundheitsversorgung und Naturheilkunde



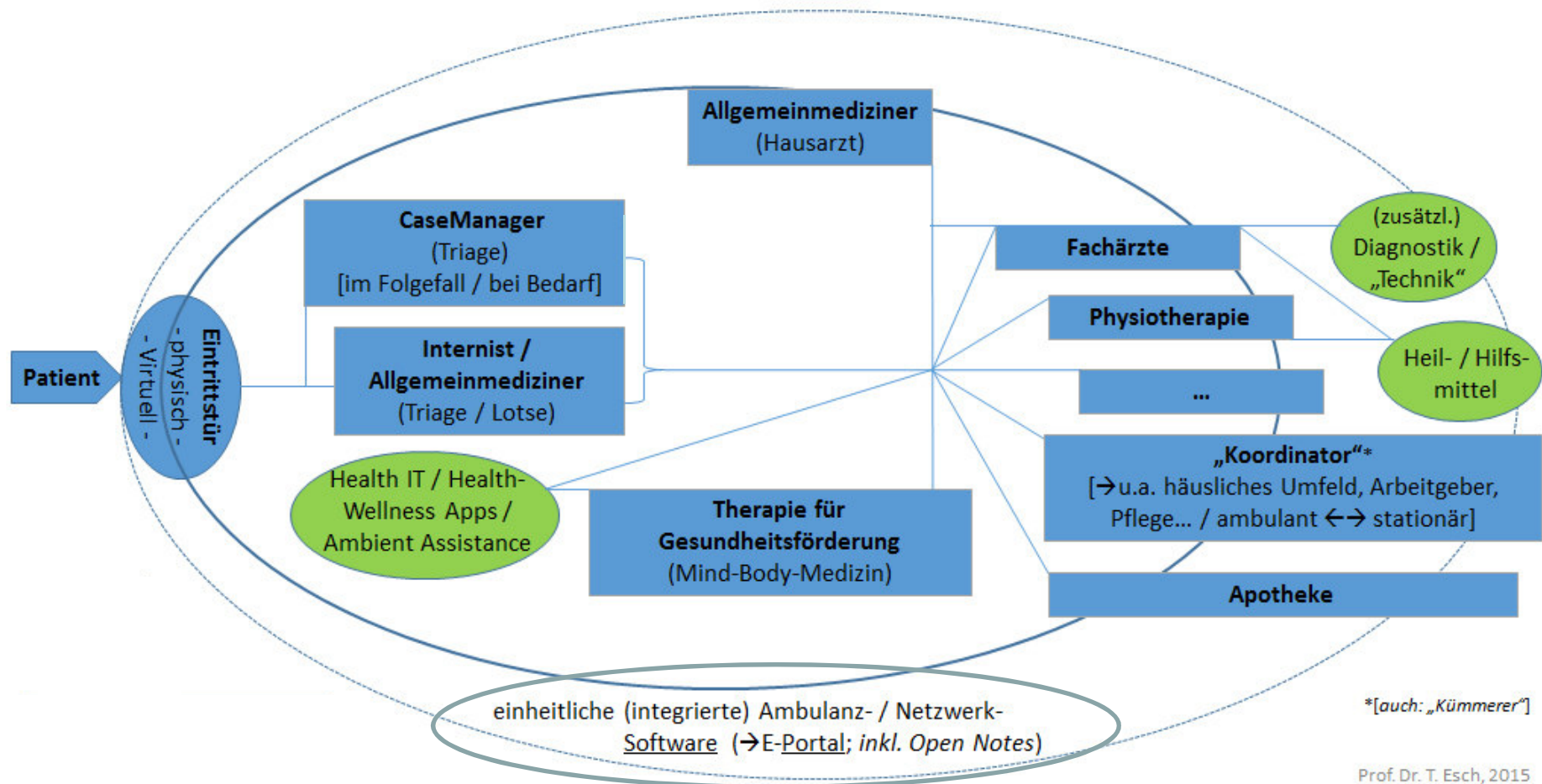
Programm zur Gesundheitsförderung

Patient

Modul 1	Modul 2	Modul 3	Modul 4	Modul 5	Modul 6	Modul 7	Modul 8
Einführung	Stress und Stressreaktion	Achtsamkeit	Entspannung	Bewegung als Regulation	gesunde und ausgewogene Ernährung	Sprache und Ausdruck	Rückblick und Ausblick
Inhalt:							
Willkommen und Kennenlernen	Willkommen und Ankommen	Willkommen und Ankommen	Willkommen und Ankommen	Willkommen und Ankommen	Willkommen und Ankommen	Willkommen und Ankommen	Willkommen und Ankommen
kleine Bewegungsübung im Stehen	kleine Bewegungsübung	kleine Bewegungsübung	kleine Bewegungsübung	Übungen aus dem Qigong	kleine Bewegungsübungen	kleine Bewegungsübung	kleine Bewegungsübung oder QG
1 Minute der Achtsamkeit mit Klangschale	2 Minuten der Achtsamkeit mit Klangschale	3 Minuten der Achtsamkeit mit Klangschale	4 Minuten der Achtsamkeit mit Klangschale	5 Minuten der Achtsamkeit mit Klangschale	6 Minuten der Achtsamkeit mit Klangschale	7 Minuten der Achtsamkeit mit Klangschale	Mitgeföhlsmeditation
Zeitlicher Ablauf + Orga	Thema Stress und Stressreaktion	Thema Achtsamkeit	Thema Entspannung	Thema Bewegung als Regulation	Thema gesunde und ausgewogene Ernährung	Thema Sprache und Ausdruck	Thema Rückfallprävention
Progressive Muskel Entspannung (PME)	Atemmeditation nach H. Benson	Body Scan kurz	Imagination-Phantasiereise	Gehmeditation	Übungen aus dem achtsamen Yoga im Stehen	Übungen aus dem achtsamen Yoga im Liegen	
Abschluss	"HA", Abschluss	"HA", Abschluss	"HA", Abschluss	"HA", Abschluss	"HA", Abschluss	"HA", Abschluss	Abschlussritual

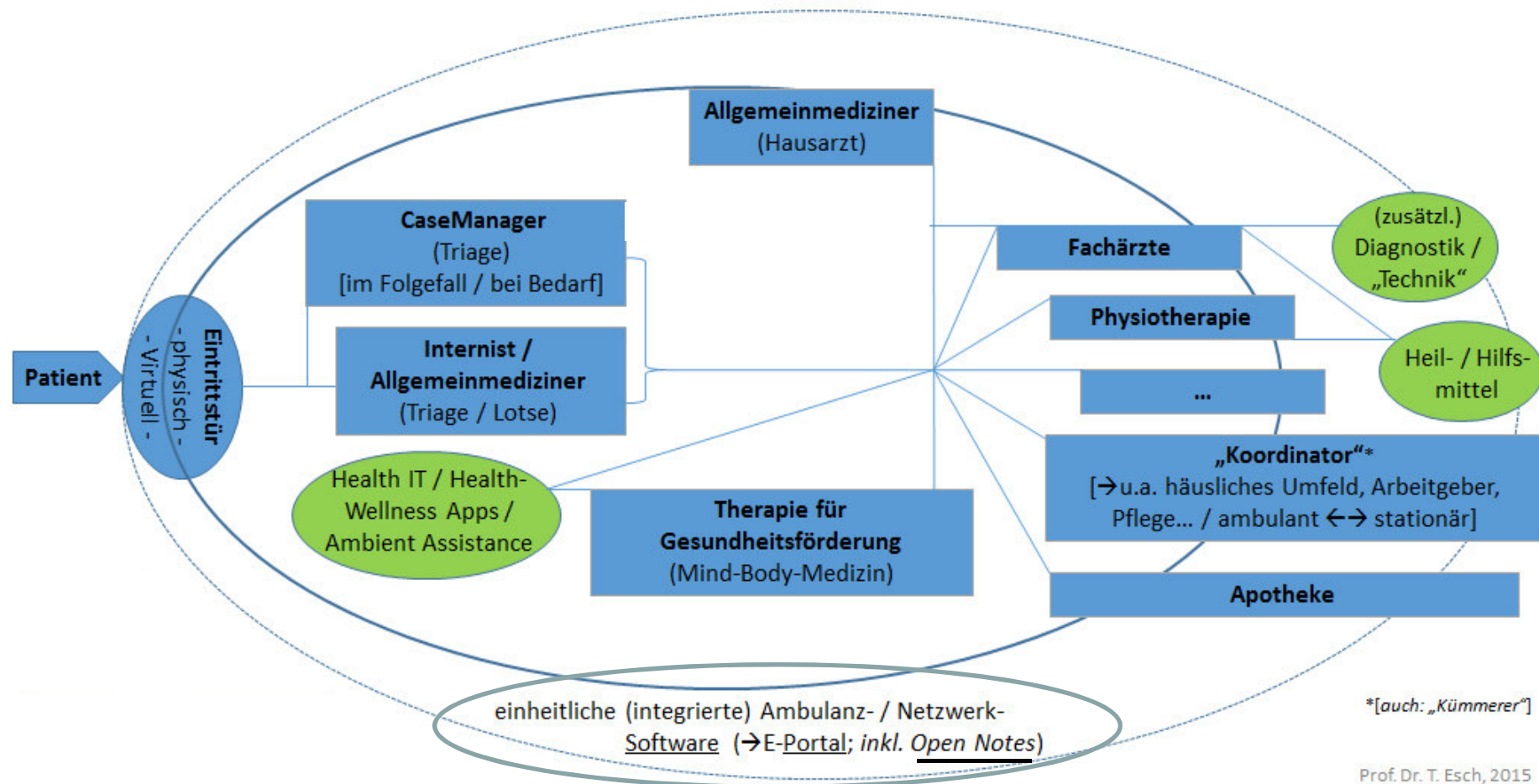
= Integrative Gesundheitsversorgung

Behandlungskonzept: Universitätsambulanz für Integrative Gesundheitsversorgung und Naturheilkunde



= Integrative Gesundheitsversorgung

Behandlungskonzept: Universitätsambulanz für Integrative Gesundheitsversorgung und Naturheilkunde



= Integrative Gesundheitsversorgung

Behandlungskonzept: Universitätsambulanz für Integrative Gesundheitsversorgung und Naturheilkunde



= Integrative Gesundheitsversorgung

Behandlungskonzept: Universitätsambulanz für
Integrative Gesundheitsversorgung und Naturheilkunde



FAZIT...

Behandlungskonzept: Universitätsambulanz für Integrative Gesundheitsversorgung und Naturheilkunde

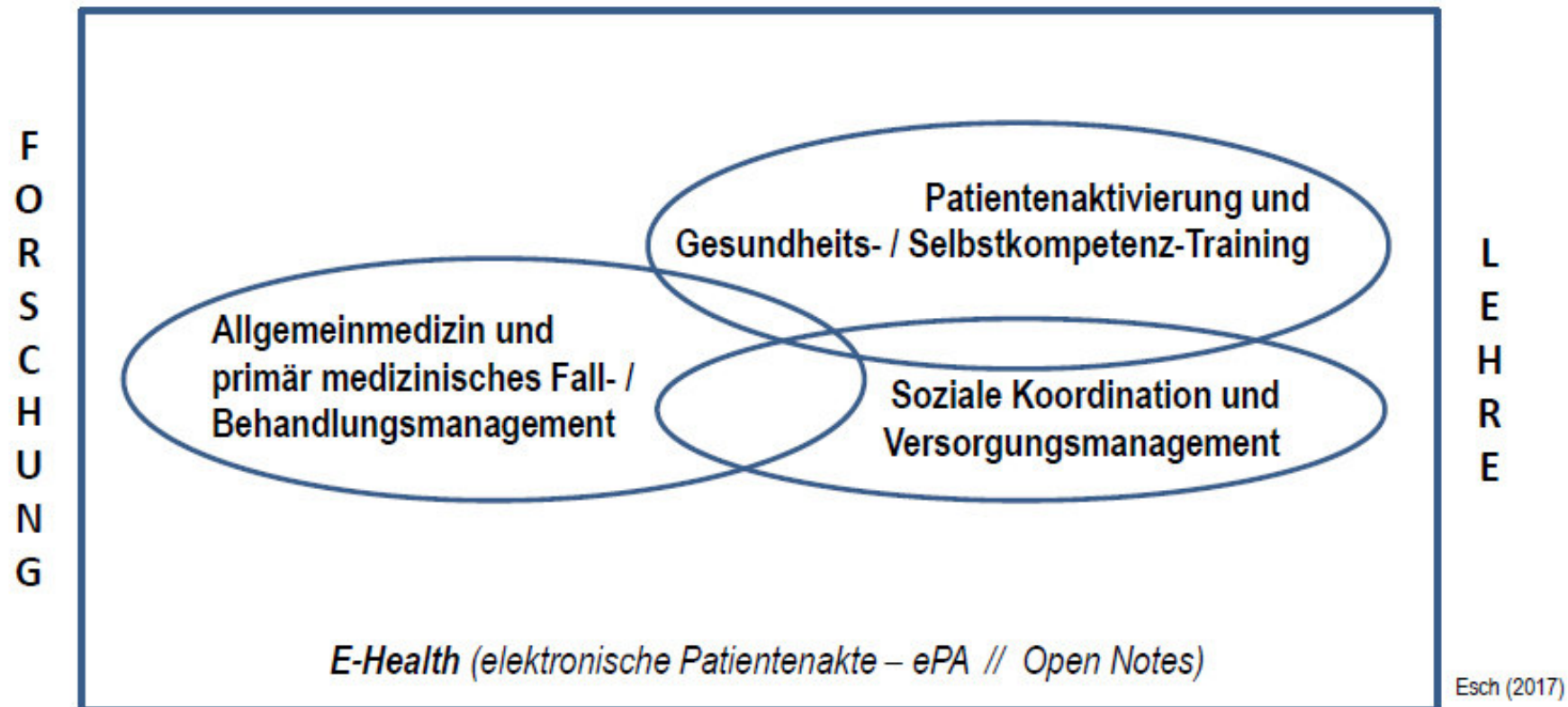


F
O
R
S
C
H
U
N
G

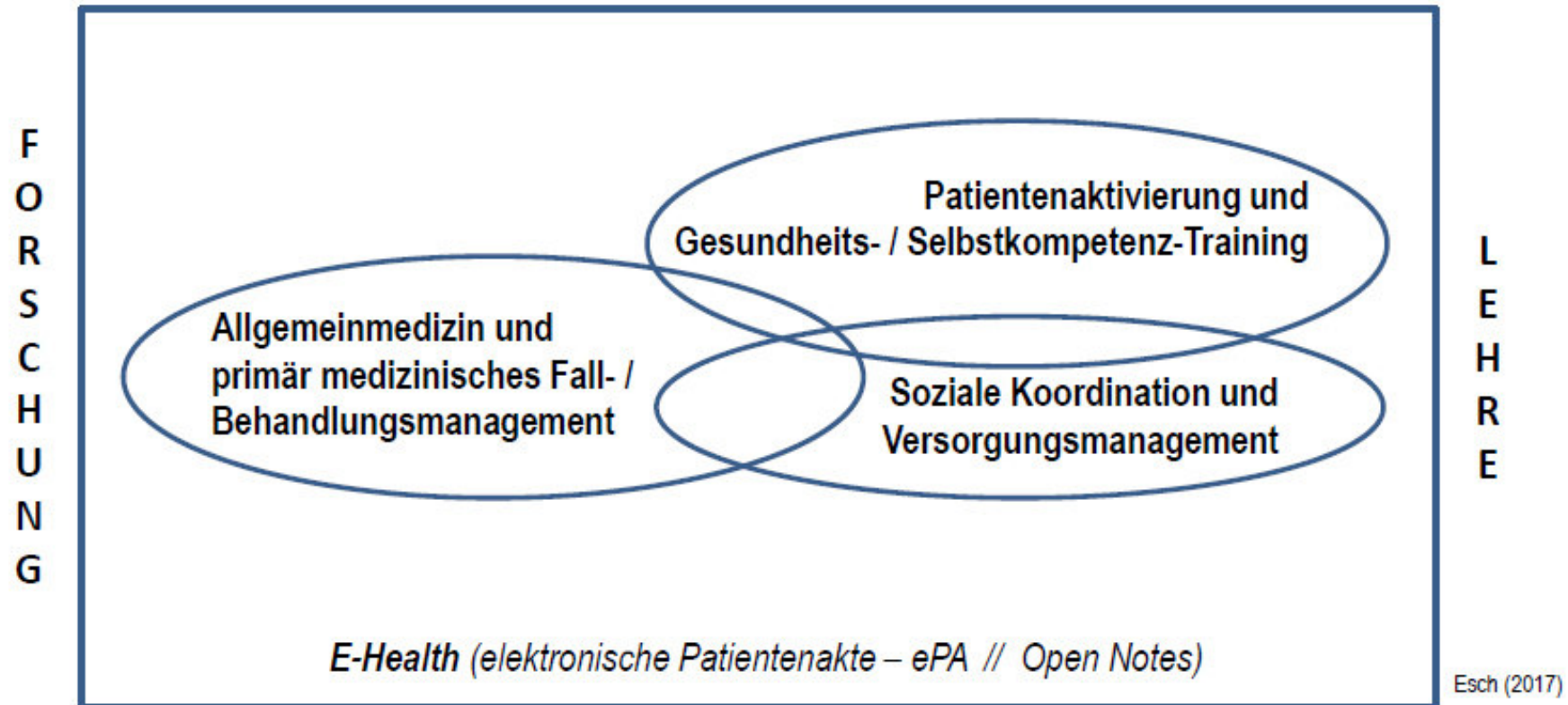
L
E
H
R
E

E-Health (elektronische Patientenakte – ePA // Open Notes)

Behandlungskonzept: Universitätsambulanz für Integrative Gesundheitsversorgung und Naturheilkunde



Behandlungskonzept: Universitätsambulanz für Integrative Gesundheitsversorgung und Naturheilkunde

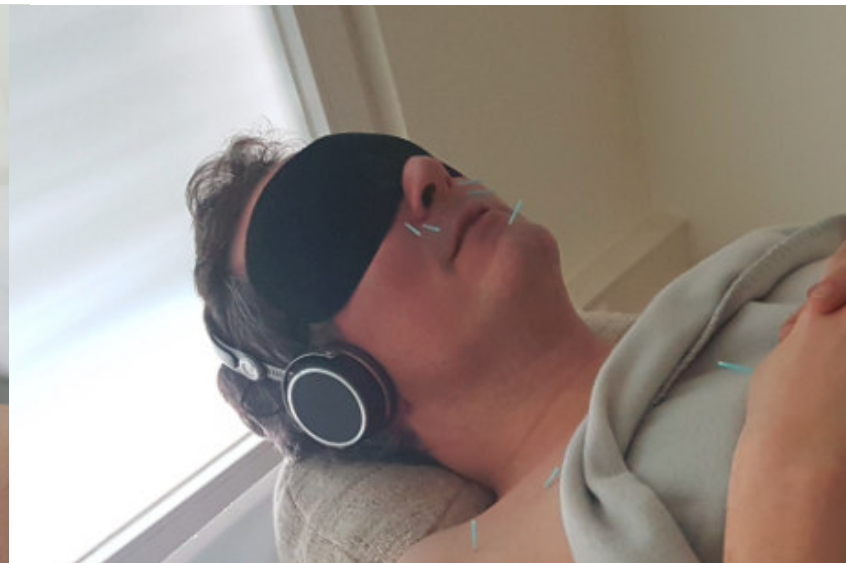


...und **evidenzbasierte Naturheilkunde** (ausgewählte Indikationen)

Behandlungskonzept: Universitätsambulanz für Integrative Gesundheitsversorgung und Naturheilkunde



F
O
R
S
C
H
U
N
G



L
E
H
R
E



...und evidenzbasierte Naturheilkunde (ausgewählte Indikationen)

VIELEN DANK



www.uniambulanz-witten.de

ANHANG



Behandlungskonzept: Universitätsambulanz für Integrative Gesundheitsversorgung und Naturheilkunde



Rangliste für die **häufigsten Beratungsergebnisse („Diagnosen“)**
in der **Allgemeinmedizin / Primärversorgung** (Deutschland):

= Integrative Gesundheitsversorgung

Behandlungskonzept: Universitätsambulanz für Integrative Gesundheitsversorgung und Naturheilkunde



Rangliste für die **häufigsten Beratungsergebnisse („Diagnosen“)**
in der **Allgemeinmedizin / Primärversorgung** (Deutschland*):

* Laux G, Kühlein T, Gutscher A, Szecsenyi J (Hrsg.) Versorgungsforschung in der Hausarztpraxis. Ergebnisse aus dem CONTENT-Projekt 2006–2009. Springer, München, 2010

= Integrative Gesundheitsversorgung

Rangliste für die **häufigsten Beratungsergebnisse („Diagnosen“)**
in der **Allgemeinmedizin / Primärversorgung** (Deutschland*):

- Muskuloskelettale Erkrankungen und Beschwerden
(inkl. Schmerzerkrankungen; *chron.-entzündl.* = „*Rheuma*“)
- Fettstoffwechselstörungen // Endokrinologische und metabolische bzw.
ernährungsbedingte Erkrankungen // Diabetes mellitus (II)
- Bluthochdruck
- Depressive Störung(en)
- Magen-Darm-Funktionsstörung(en)

* Laux G, Kühlein T, Gutscher A, Szecsenyi J (Hrsg.) Versorgungsforschung in der Hausarztpraxis. Ergebnisse aus dem CONTENT-Projekt 2006–2009. Springer, München, 2010

= Integrative Gesundheitsversorgung

Rangliste für die **häufigsten Beratungsergebnisse („Diagnosen“)**
in der **Allgemeinmedizin / Primärversorgung** (Deutschland*):

- Muskuloskelettale Erkrankungen und Beschwerden
(inkl. Schmerzerkrankungen; *chron.-entzündl.* = „*Rheuma*“)
- Fettstoffwechselstörungen // Endokrinologische und metabolische bzw.
ernährungsbedingte Erkrankungen // Diabetes mellitus (II)
- Bluthochdruck
- Depressive Störung(en)
- Magen-Darm-Funktionsstörung(en)
- Akute Atemwegserkrankungen (*Infekte*)

* Laux G, Kühlein T, Gutscher A, Szecsenyi J (Hrsg.) Versorgungsforschung in der Hausarztpraxis. Ergebnisse aus dem CONTENT-Projekt 2006–2009. Springer, München, 2010

= Integrative Gesundheitsversorgung

Rangliste für die **häufigsten Beratungsergebnisse („Diagnosen“)**
in der **Allgemeinmedizin / Primärversorgung** (Deutschland*):

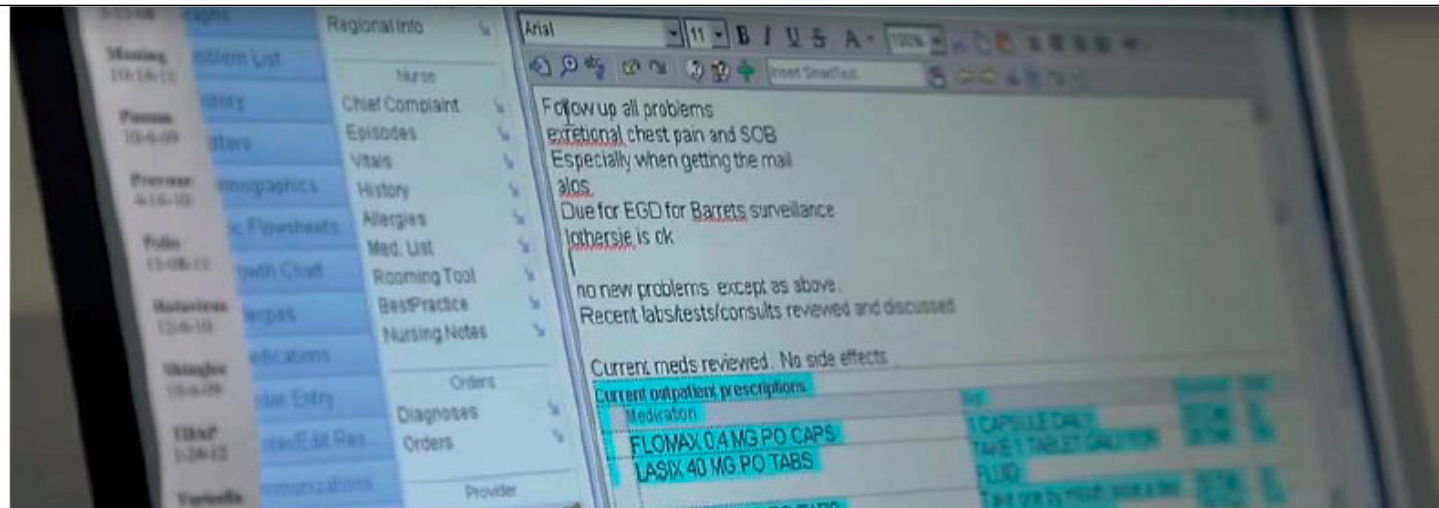
- Muskuloskelettale Erkrankungen und Beschwerden
(inkl. Schmerzerkrankungen; *chron.-entzündl.* = „*Rheuma*“)
- Fettstoffwechselstörungen // Endokrinologische und metabolische bzw.
ernährungsbedingte Erkrankungen // Diabetes mellitus (II)
- Bluthochdruck
- Depressive Störung(en)
- Magen-Darm-Funktionsstörung(en)

Zusätzlich unterstützende Behandlung bei Krebserkrankungen, begleitende Suchtbehandlung
(z.B. Raucherentwöhnung), allgemeine Vorsorge / Gesundheitsförderung und Stressreduktion

* Laux G, Kühlein T, Gutscher A, Szecsenyi J (Hrsg.) Versorgungsforschung in der Hausarztpraxis. Ergebnisse aus dem CONTENT-Projekt 2006–2009. Springer, München, 2010

= Integrative Gesundheitsversorgung

Behandlungskonzept: Universitätsambulanz für Integrative Gesundheitsversorgung und Naturheilkunde



Pati

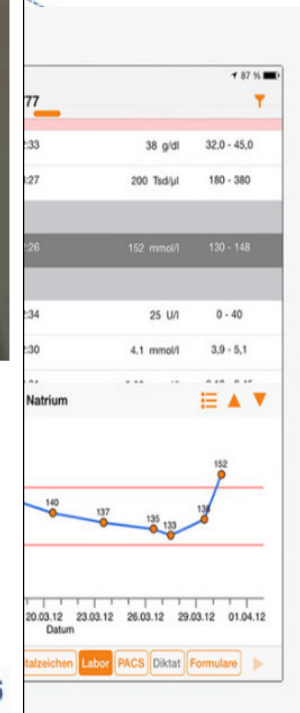
OPEN NOTES

Transparenz in der Arzt-Patienten-Kommunikation

Tobias Esch, Jan Walker, Tom Delbanco

Deutsches Ärzteblatt | Jg. 113 | Heft 39 | 30. September 2016

Software



Prof. Dr. T. Esch, 2015

= Integrative Gesundheitsversorgung



Leadership **Patient Engagement** Care Redesign New Marketplace

OpenNotes, Patient Narratives, and Their Transformative Effects on Patient-Centered Care

Article · October 4, 2018
Tobias Esch, MD

Institute for Integrative Medicine, Witten/Herdecke University, Germany

= Integrative Gesundheitsversorgung



Leadership **Patient Engagement** Care Redesign New Marketplace

BMJ Open Engaging patients through open notes: an evaluation using mixed methods

Tobias Esch,^{1,2} Roanne Mejilla,¹ Melissa Anselmo,¹ Beatrice Podtschaske,³
Tom Delbanco,¹ Jan Walker¹

Article · October 4, 2018

Tobias Esch, MD

Institute for Integrative Medicine, Witten/Herdecke University, Germany

= Integrative Gesundheitsversorgung