

Hintergrund und Entstehung Top-5 Liste Spitex Pflege

Smarter Medicine

- Verein, der sich gegen Über- und Fehlbehandlungen in der Medizin einsetzt
- Sensibilisierung der Gesellschaft
- Befähigung von Patientinnen und Patienten



AFG Spitex Pflege

- Vereinigung von akademisch ausgebildeten Pflegefachpersonen
- Stärkung der evidenzbasierten und fachlichen Weiterentwicklung der ambulanten Pflege

So entstand die Top-5 Liste der Spitex

- Wissenschaftliche Recherche
- Ideensammlung: Dreisprachige Umfrage unter Spitex Pflegepersonen. → 348 Vorschläge erhalten
- Sortierung und Bewertung: Relevanz? Werden Ressourcen gespart? Erhöht es die Sicherheit oder Zufriedenheit der Kundinnen und Kunden? Ist es wissenschaftlich belegbar?
- Danach erneute Priorisierung und erneute Umfrage → 5 Empfehlungen



Nutzen der Top 5 Liste für die Spitex

- Reduziert Fehl-, Über-, und Unterversorgung
- Anstoss zur Umsetzung, Reflexion, Evaluation und Optimierung
- Stärkt Qualität, Praxisentwicklung und den Blick auf relevante Themen
- Werkzeug in der interprofessionellen Zusammenarbeit und im Einsatz und Gespräch mit Kunden und Angehörigen



Mehr erfahren?

Die vollständige Top-5-Liste inkl. Quellenverzeichnis ist auf der Website von Smarter Medicine veröffentlicht.

Hör dir den Podcast an für weitere Informationen.



Podcast

Empfehlung 1/5: Nutze die Stärken und Kompetenzen der Betroffenen und übernimm Pflegeinterventionen nicht vollständig, wenn eine aktive Mitarbeit möglich ist.

Stärken und Kompetenzen erkennen

- Bei der Abklärung nach Ressourcen fragen: «*Was geht gut im Alltag? Was können Sie tun? Wo merken Sie, dass es schwieriger wird.*»
- Tätigkeiten in Teilschritte aufteilen: «*Welchen Teil können Sie sich weiterhin vorstellen, selbst zu übernehmen?*»
- Ressourcen in der Pflegeplanung festhalten und nutzen
- Ziele gemeinsam definieren, kleine Fortschritte sichtbar machen
- Einsatzzeit einplanen für Anleitung und Befähigung
- Evaluation: Im Verlauf erneut abklären und beobachten. «*Wo braucht es weiterhin Hilfe? Wo können wir befähigen?*»
- Über Körperpflege und Hauswirtschaft hinaus befähigen

Merke: Die Spitex ergänzt vorhandene Fähigkeiten – sie ersetzt diese nicht.



Beispiele für aktive Mitarbeit

- Medikamente gemeinsam richten
- Symptomtagebuch führen
- Medizinische Termine vorbereiten und Fragen notieren
- Hilfsmittel einsetzen, sodass mehr Eigenaktivität möglich ist z.B. Anziehhilfe etc.
- Bei der Wundversorgung und Beurteilung einbeziehen
- Zu Bewegungsübungen befähigen

Gemeinsame Haltung

- Stets kommunizieren: «Wir übernehmen nur das, was Sie selbst nicht tun können.»
- Das gesamte Team vertritt konsequent diese Haltung
- Ideen für zusätzliche Befähigungsmöglichkeiten mit Fallverantwortliche Person teilen



Mehr erfahren?

Die vollständige Top-5-Liste inkl. Quellenverzeichnis ist auf der Website von Smarter Medicine veröffentlicht.

Empfehlung 2/5: Erfasse das Erleben sowie den Unterstützungs- und Beratungsbedarf von Familien und leite daraus gezielte Massnahmen ab.

Die Situation der Familie wahrnehmen

- Angehörige leisten einen wesentlichen Beitrag zur Versorgung
- Frühes Erfassen von Bedarf ermöglicht passende Unterstützung und beugt Überlastung und stationäre Notfalleintritte vor
- Die Belastung hat direkten Einfluss auf die Gesundheit und Sicherheit aller
- Geno-Öko Beziehungsdigramm nutzen, um familiäre Ressourcen und Unterstützungsnetzwerke sichtbar zu machen

Was die Spitex tun kann

- Aktiv nachfragen: Wie geht es Ihnen als Angehörige/r mit der Situation?
- Auf Augenhöhe in die Pflege einbeziehen
- Belastung und Ressourcen durch ein Instrument erfassen (z.B. Zarit Burden Interview, Häusliche Pflege Skala, Fragebogen zur Angehörigen-Resilienz und –Belastung (FARBE))
- Verständnis aufzeigen für Dilemma: Verantwortung für den Kunden vs. sich Selbst und der eigenen Gesundheit Sorge tragen
- Beratung und Befähigung zu sicherer Umgebung, Umgang mit Herausforderungen, Vorgehen im Notfall etc.
- Vernetzen und weiterleiten – Spitex als Drehscheibe
- Wertschätzung ausdrücken
- Über Möglichkeiten informieren und gemeinsam passende Entlastung finden



Über Entlastungsmöglichkeiten informieren

- Betreuungsangebote, Ferienbett, Akutgeriatrie, Tagesklinik, Hauswirtschaft, MZD, Fahrdienst etc.
- Finanzielle und administrative Hilfe z.B. Soziale Beratung, Hilfenlosenentschädigung etc.
- Selbsthilfegruppen



Mehr erfahren?

Die vollständige Top-5-Liste inkl. Quellenverzeichnis ist auf der Website von Smarter Medicine veröffentlicht.

Merke: Das gesamte Familiensystem ist betroffen

Empfehlung 3/5: Nimm Hinweise auf häusliche Gewalt ernst und handle entsprechend.



Formen von Gewalt

Körperlich: Grobes Anfassen, Festhalten, Schubsen, Affekthandlungen, Strafen, Zwangsmassnahmen, Ruppige Verrichtungen

Vernachlässigung: Unterlassen von unterstützenden Massnahmen, Selbstbestimmung einschränken

Psychisch: Drohen, Beschimpfen, Kontrollverhalten

Sexuell

Finanziell: missbräuchliche Nutzung von Vermögen

Merke: Gewalt nimmt bei Alter und Krankheit nicht ab, die Fähigkeit, sich Hilfe zu holen schon.



Mehr erfahren?

Die vollständige Top-5-Liste inkl. Quellenverzeichnis ist auf der Website von Smarter Medicine veröffentlicht.

Gewalt Wahrnehmen

- Veränderungen im Verhalten, Stimmung oder Pflegezustand
- Angst, ungeklärte Verletzungen oder Rückzug beachten
- Aussagen ernst nehmen
- Auf dein Bauchgefühl hören

Weiterleiten

- Gefährdung einschätzen und bei akuter Gefahr sofort handeln (z.B. Polizei, Notruf)
- Internes Meldesystem nutzen
- Vorgesetzte Person informieren
- Beobachtungen sachlich, zeitnah und nachvollziehbar dokumentieren
- Beobachtungen im Team besprechen
- Im interdisziplinären Netzwerk zusammenarbeiten (Opferhilfe, KESB; Forensic Nurse etc.)

Ansprechen durch geschulte Person

- In ruhiger, sicherer Atmosphäre das Belastungserleben ansprechen
- Offen und wertfrei fragen, nicht drängen, keine Suggestivfragen
- Signalisieren, Hilfe ist möglich. Sie sind nicht allein

Empfehlung 4/5: Sei sensibilisiert auf Anzeichen von oder Hinweise auf Einsamkeit oder sozialer Isolation und reagiere darauf.

Bedeutung von sozialer Isolation und Einsamkeit

Einsamkeit = subjektives Gefühl

Soziale Isolation = objektiv messbar

Gesundheitliche Folgen sind vergleichbar mit Rauchen und Übergewicht

Risikofaktoren wie Hör- oder Sehbeeinträchtigungen, Demenz, eingeschränkte Mobilität oder den Verlust nahestehender Personen erkennen und wenn möglich präventiv handeln.



Einsamkeit erkennen

- InterRAI Frage: Fühlen Sie sich einsam?
- Rückzug, wenig soziale Kontakte, Interessensverlust
- Verlassen selten oder nie die Wohnung.
- Traurigkeit
- Äussern, dass Ihnen Gemeinschaft fehlt
- Berichten von sozialen Kontakten, die sie nicht mehr haben
- Sorgen sich um die eigene Gesundheit

Was die Spitex tun kann

- Zuhören und ernst nehmen. Art und Ausmass der Einsamkeit einschätzen
- Individuelle Unterstützung planen und gemeinsame Ziele definieren
- Ressourcen im Umfeld nutzen: Angehörige, Nachbarn, Freunde aktiv einbeziehen
- Angebote vermitteln und Begleitung dorthin organisieren (Treffpunkte, Gruppenangebote etc.). Besuchs-/ Betreuungsdienst vermitteln
- Hörprobleme, Sehbeeinträchtigungen, Schmerzen etc. abklären und behandeln
- Telefonischer Austausch ermöglichen



Mehr erfahren?

Die vollständige Top-5-Liste inkl. Quellenverzeichnis ist auf der Website von Smarter Medicine veröffentlicht.

Merke: Weniger Einsamkeit, mehr Lebensqualität, bessere Gesundheit.

Empfehlung 5/5: Keine stationären Aufenthalte von chronisch und mehrfach Erkrankten sowie gebrechlichen Personen, ohne das Ziel und das Vorgehen mit den Beteiligten abzusprechen.

Spitalaufenthalte bei chronisch, mehrfach Erkrankten birgt ein hohes Risiko!

- Längere Verweildauer im Spital
- Schlechtere kognitive und funktionelle Ergebnisse
- Höheres Risiko für ein Heim- oder erneuten Spitaleintritt oder zu sterben



Folgende Punkte sind wichtig und erhöhen die Qualität der Gesundheitsversorgung

- Vorausschauende Planung und frühzeitiges erfassen des Patientenwillens
- Transparente Information zu Behandlungsoptionen ermöglichen eine informierte Entscheidungsfindung
- Gemeinsam die Pflege- und Behandlungsziele festlegen
- Bedürfnisse sollten frühzeitig und ganzheitlich erfasst werden
- Integrierte Zusammenarbeit und einheitliche Dokumentation
- Hohe Kontinuität stärkt die Sicherheit und ermöglicht einen Beziehungsaufbau

In der Praxis

- Bei jedem Assessment und Reassessment das Vorliegen sowie den Inhalt einer Patientenverfügung bzw. eines Advance Care Planning (ACP) besprechen und dokumentieren
- Alle Mitarbeitende achten auf Verschlechterung des Gesundheitszustandes und reagieren frühzeitig indem Sie es an die fallverantwortliche Person weiterleiten (z.B. unterstützend durch Instrument Stop and Watch)
- Behandlungswünsche bei Verschlechterung erneut thematisieren
- Interdisziplinäre Ressourcen nutzen (HA, PEX, Fachspitex etc. einbeziehen)
- Auf Kontinuität in der Planung achten



Mehr erfahren?

Die vollständige Top-5-Liste inkl. Quellenverzeichnis ist auf der Website von Smarter Medicine veröffentlicht.

Merke: Gemeinsam entscheiden, Lebensqualität erhalten.