

Besser  
leben  
mit  
COPD!



1

Mathias Guler  
Projektleiter Lungenliga Schweiz  
06.05.2019

# Ziele von «Besser leben mit COPD»

2

## **Ebene der Betroffenen:**

- Förderung des Selbstmanagements
- Steigerung der Gesundheitskompetenz
- Förderung der Eigenverantwortung
- Selbstwahrnehmung: Symptome erkennen und rechtzeitig reagieren (Aktionsplan)
- Steigerung der Lebensqualität

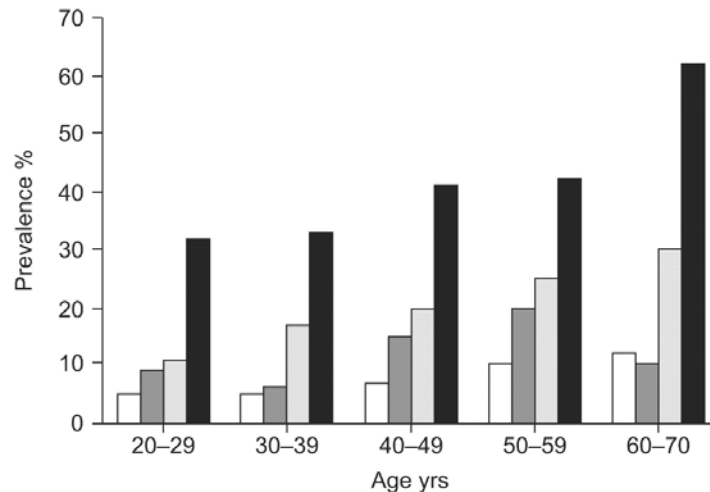
## **Ebene des Gesundheitswesens**

- Kostensenkung durch Reduktion der Hospitalisationen und Notfallaufnahmen

# Zielgruppe / Einige Fakten über COPD

3

- **COPD** = Chronic obstructive pulmonary disease  
= Chronisch obstruktive Lungenkrankheit
- **500'000 Betroffene** in der Schweiz (5-7% der Bevölkerung)
- Risikofaktoren: **Rauchen** oder länger währende **Schadstoffexposition**. Bsp: Staub (Landwirtschaft), Baustoffe, Lackierung, Desinfektionsmittel, Abgase, Schimmel, Duftstoffe etc.



Durchschnittsalter im Pilotprojekt:  
69 Jahre

European Respiratory Review 2009 18: 213-221;

# Zielgruppe / Einige Fakten über COPD

4

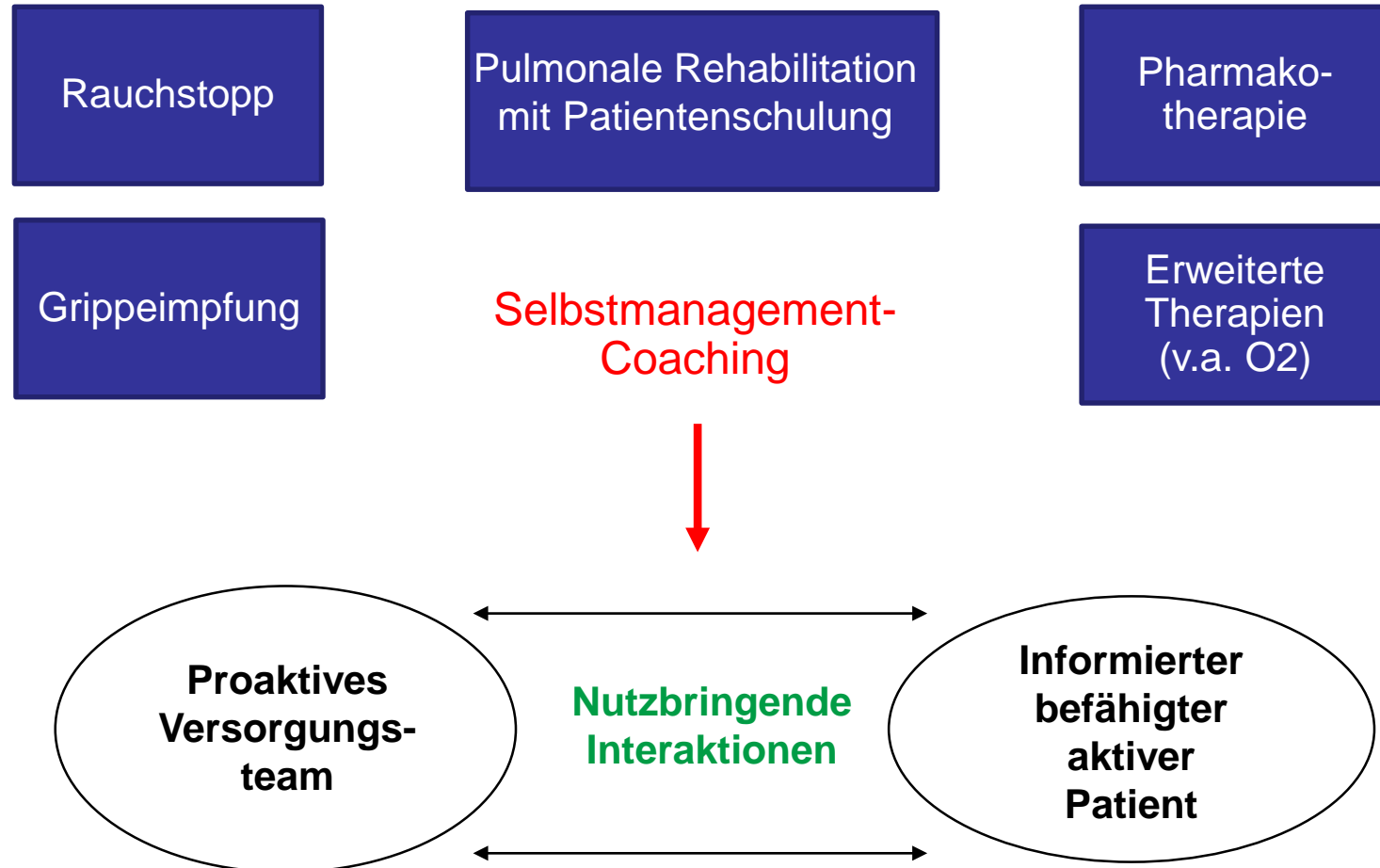
- **AHA - Symptome:** Atemnot – Husten – Auswurf
- **2030 : Dritthäufigste Todesursache** weltweit (WHO)



# Therapiemassnahmen bei COPD

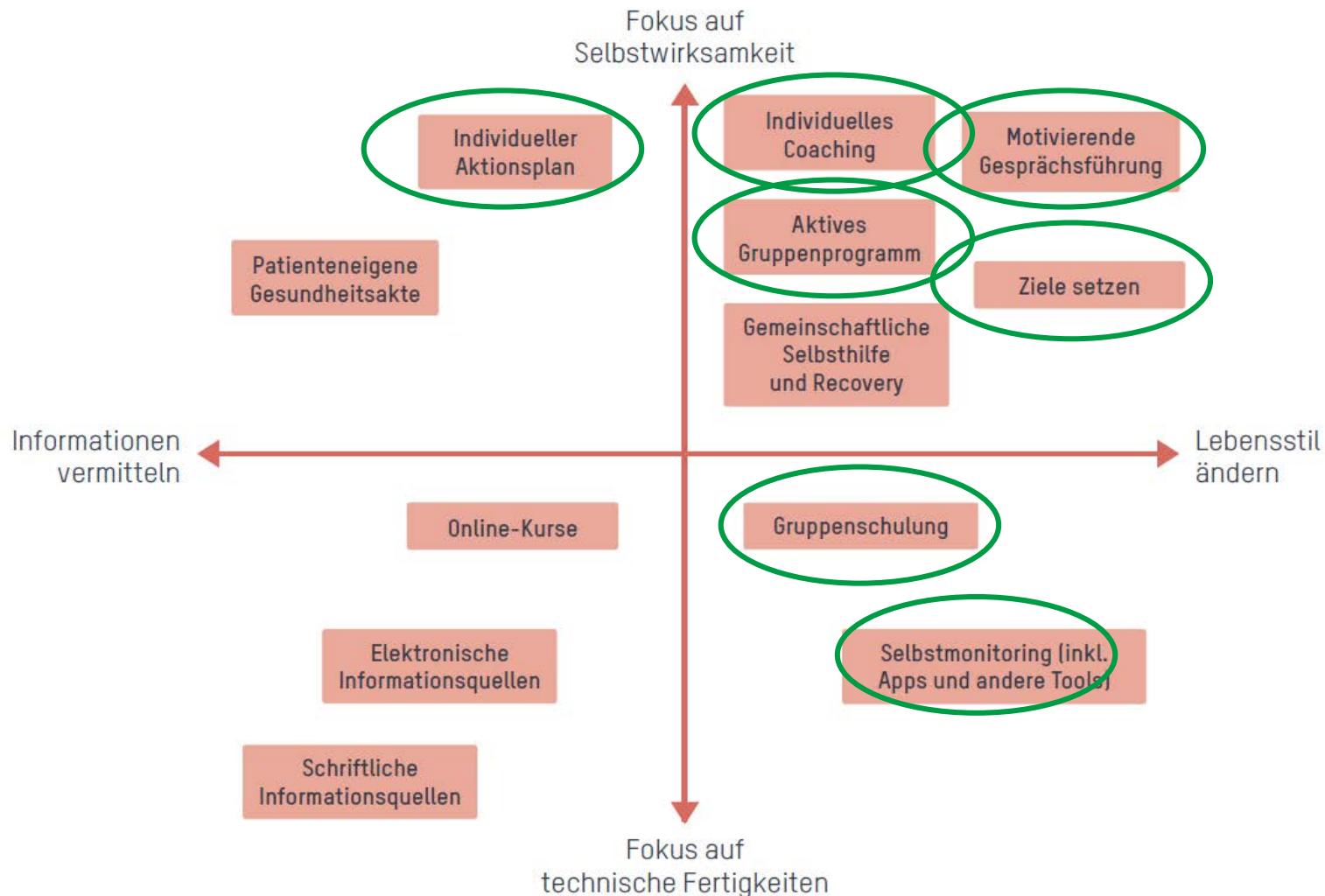
Swiss COPD Guidelines:

5



# Einordnung in die Selbstmanagement-Angebote

6



# «Besser leben mit COPD» – Das Konzept

7

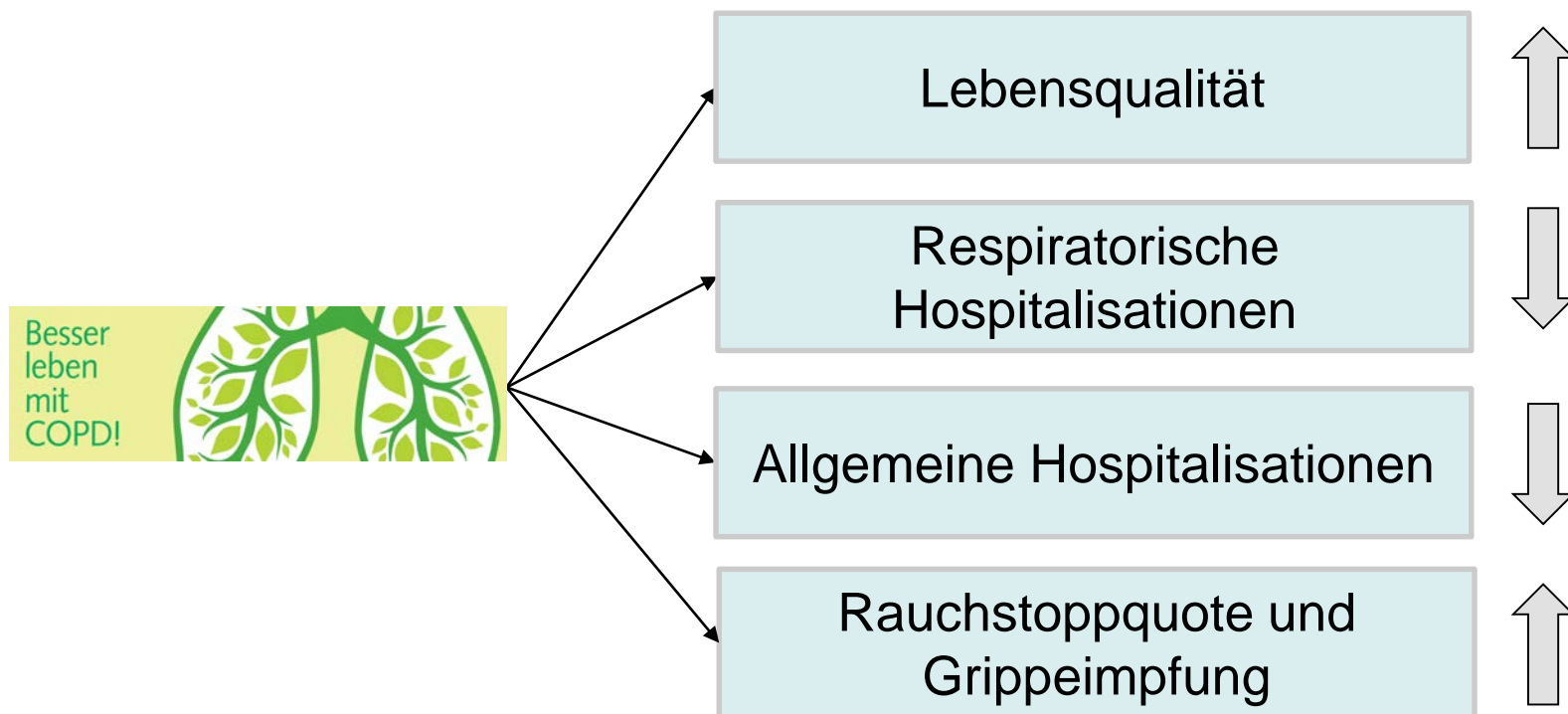
- Basiert auf «**Living well with COPD**» von Prof. Jean Bourbeau / Kanada



- Übersetzt und auf Schweizer Kontext angepasst von Prof. Dr. Steurer-Stey und Kaba Dalla Lana (Deutsch) und Prof. Dr. Pierre-Olivier Bridevaux und Karin Lörvall (Französisch)
- Akkreditiert von der Schweizerischen Gesellschaft für Pneumologie (SGP)
- Coaching Team: BeraterIn LL (Pflegefachperson / PhysiotherapeutIn) und Pneumologin / Pneumologe

# Wissenschaftlich belegte Effekte

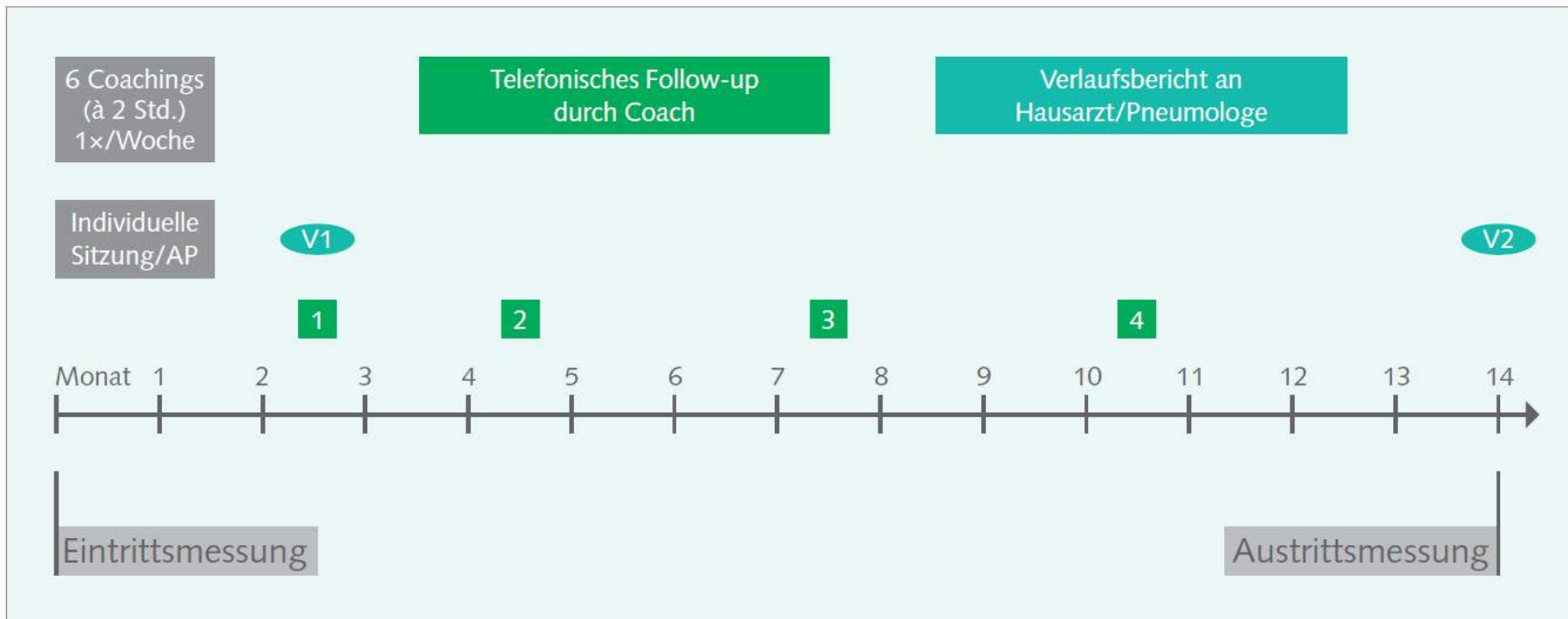
8





# Komponenten des Selbstmanagement-Coachings

9



# Inhalte der Module 1-6

10

**M 1:** COPD - Ursache und Symptome

**M 2:** Medikamente und Notfallmanagement (Aktionsplan bei  
«Lungenattacke» / Verschlechterung der Leitsymptome)

**M 3:** Atem- und Hustentechniken

**M 4:** Alltagsplanung/Umgang mit Stress/Energiemanagement

**M 5:** Körperliche Aktivität/Training (Bewegungsplan)

**M 6:** Selbstmanagement und gesunder Lebensstil  
(z. B. Rauchen, Ernährung, Schlaf, Mobilität, Reisen)

# Arbeitsinstrumente

11



BEREICH GESELLSCHAFT  
FÜR PNEUMOLOGIE  
SOCIÉTÉ DE PNEUMOLOGIE  
ETÀ SVIZZERA DI PNEUMOLOGIA



# Aktionsplan

12



## Notfallmanagement:

**Grün:** Stabile Phase: «Normale» Symptome

**Gelb:** Vorsicht, die Symptome verschlechtern sich

**Rot:** Weitere Intensivierung der Therapie und Kontakt mit dem Arzt ist nötig

## Ziel

Richtiges und rechtzeitiges reagieren

Aktionsplan



**Besser leben mit COPD**

Mein Aktionsplan

Dieser Aktionsplan gehört:

Ausgestellt von:

Datum:

SCHWEIZERISCHE GESELLSCHAFT  
FÜR PNEUMOLOGIE  
SOCIÉTÉ SUISSE DE PNEUMOLOGIE  
SOCIETÀ SVIZZERA DI PNEUMOLOGIA

LUNGENLIGA

LUNGENLIGA  
LIGUE PULMONAIRE  
LEGA POLMONARE

# Pilotprojekt 2018

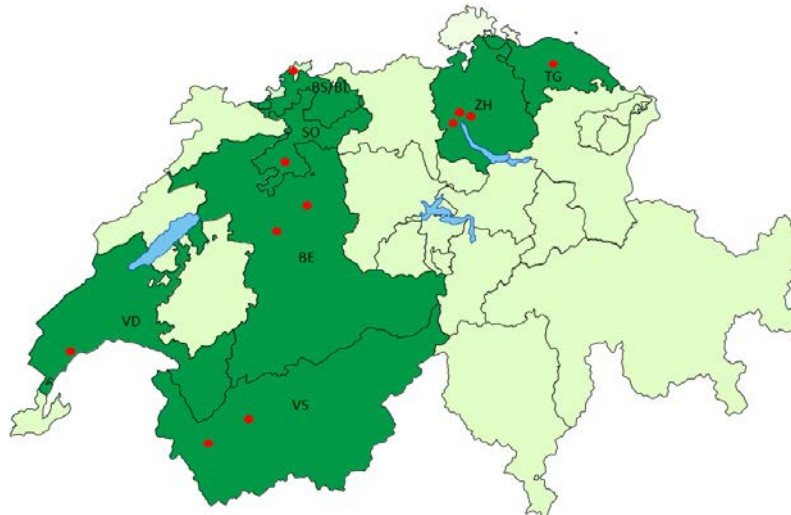
13



SCHWEIZERISCHE GESELLSCHAFT  
FÜR **PNEUMOLOGIE**  
SOCIÉTÉ SUISSE DE **PNEUMOLOGIE**  
SOCIETÀ SVIZZERA DI **PNEUMOLOGIA**



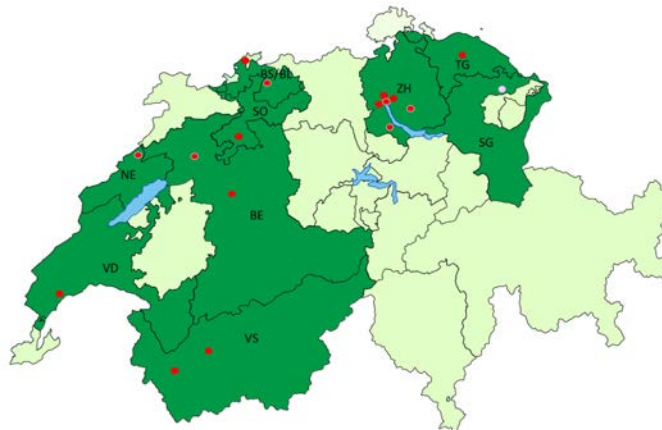
- Schulung von 20 Coaches und 12 Programm-Pneumologen
- 12 Standorte in 7 kantonalen Lungenligen
- Einschluss von rund 120 Patienten
- Begleitstudie durch Institut für Epidemiologie, Biostatistik und Prävention (Universität Zürich) und Universität Lausanne



# Roadmap 2019 / 2020

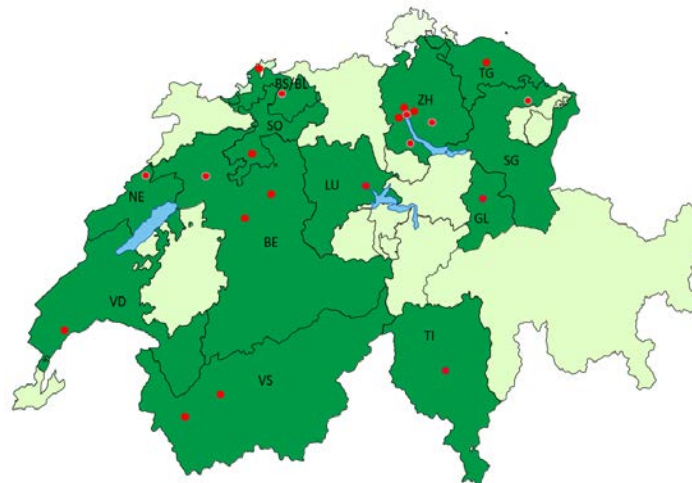
14

2019



17 Standorte in 9  
Kantonen

2020



25 Standorte in 12  
Kantonen

# Aktuelle Finanzierung

15

KLV 7: Alle 1 zu 1 Aufwände am Patienten	CHF	450
BSV: 1 Tageskurs	CHF	150
PGV Fonds (GFCH; CHF 400'000 / 4 Jahre)	<u>CHF</u>	<u>350</u>

**Pro Patient** **CHF 850**

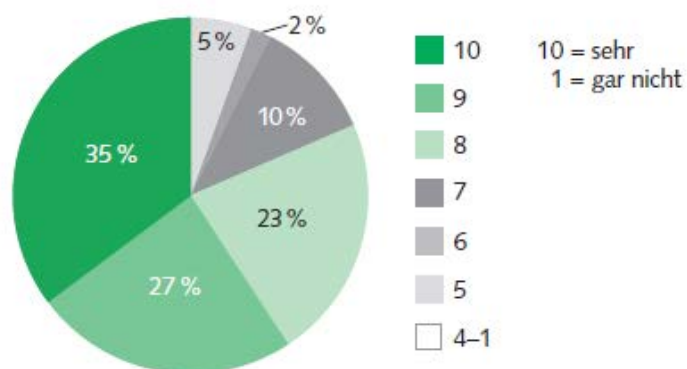
Kostenschätzung pro Patient: CHF 2'000

Aktuelles Defizit, finanziert durch LL: CHF 1'150



# Stand der Evaluation

War der Inhalt generell hilfreich, um mit Ihrer COPD besser umzugehen?

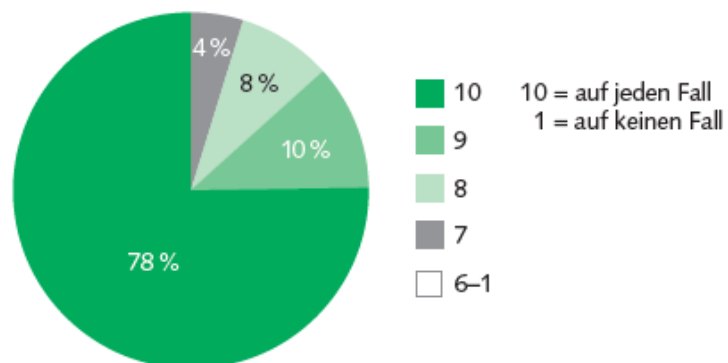


## Besserer Umgang mit COPD



Der Programminhalt wird als sehr hilfreich wahrgenommen: 85 % im Wertebereich 8-10

Würden Sie das Programm einer anderen Person mit COPD empfehlen?



## Gewinn weiterer Betroffenen



78 % der Teilnehmenden würde das Programm auf jeden Fall einer anderen Person weiterempfehlen

16



# Herausforderungen

17

- Zeitmangel: Modulzeit wurde im Verlauf von 90 auf 120 Minuten erhöht
- Langfristige Finanzierung
- Ausfüllen der Aktionspläne, wenn unterschiedliche Ärzte involviert sind (Programm-Pneumologe, behandelnder Pneumologe, Hausarzt)

# Lernerfahrungen

18

- Es braucht «human resources» und «teamcare»
- Sensibilisierung des Gesundheitswesens und Politik
  - Wichtigkeit und Wirksamkeit
- Rekrutierung der Betroffenen
  - Hausärzte, Pneumologen, Krankenversicherer, Berater/innen der kantonale Lungenligen
- Politisches Commitment und Finanzierung

## Zitat einer Patientin

19

Der Kurs hat mir geholfen die Krankheit besser zu verstehen, ich habe gelernt was man dagegen unternehmen kann.



## Leben heisst atmen

Weitere Infos zu «Besser leben mit COPD»:

[www.lungenliga.ch/copdcoaching](http://www.lungenliga.ch/copdcoaching)  
[m.guler@lung.ch](mailto:m.guler@lung.ch)  
031 / 378 20 56