smartermedicine
Choosing Wisely Switzerland

Top-5-Liste
Spitex Pflege

Die Akademische Fachgesellschaft (AFG) Spitex Pflege des Schweizerischen Vereins für Pflegewissenschaft (VFP) gibt die folgenden Empfehlungen ab:

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

In stressigen Situationen und bei Personalmangel kann es zu einer Vernachlässigung der Anleitung und Befähigung von Klientinnen und Klienten kommen. Die Übernahme von Pflegeinterventionen – weil es schneller geht – führt dazu, dass Betroffene wichtige Fähigkeiten, die Motivation und das Wissen verlieren sowie routinemässige Bewegungsabläufe vernachlässigen, die zur Selbstpflege erforderlich sind. Dies kann die Selbstversorgung von Klientinnen und Klienten beeinträchtigen und zu Überversorgung und höherer Abhängigkeit führen. Professionelle Pflege zu Hause sollte die Klientinnen und Klienten sowie deren Angehörige immer zielorientiert, holistisch und personenzentriert einbeziehen und sie ermutigen, ihre vorhandenen Ressourcen und Fähigkeiten einzusetzen. Je mehr Erfahrung und Expertise Betroffene und Angehörige im Umgang mit der Krankheit und deren Auswirkungen gewinnen, umso mehr werden ihre Selbstwirksamkeit und Fähigkeit zum Handeln gestärkt. Auf eine Pflegekultur mit entsprechender Grundhaltung sollte über alle Skill- und Grade-Ebenen stets geachtet werden.

2 Erfasse das Erleben sowie den Unterstützungs- und Beratungsbedarf von Familien, und leite daraus gezielte Massnahmen ab.

Pflegende und betreuende Angehörige leisten einen unverzichtbaren Beitrag zum Gesundheitssystem. Wenn ein Familienmitglied erkrankt, ist immer auch die ganze Familie betroffen. Resultate einer Bevölkerungsbefragung aus der Schweiz zeigen, dass betreuende Angehörige ihre Rolle als wertvoll erleben, wobei physische, psychische, soziale und finanzielle Belastungen hoch sein können. Für betreuende Angehörige besteht ein erhöhtes Risiko, selbst gesundheitliche Einschränkungen zu erleiden. Ein regelmässiger Austausch über die Pflege- und die Betreuungssituationen zwischen Spitex-Mitarbeitenden und Angehörigen findet nicht immer statt. Um Belastungen frühzeitig zu erkennen, können Assessmentinstrumente gezielt eingesetzt und von Fachpersonen begleitend genutzt werden. Gerade in der Spitex begleiten wir Familien über längere Zeit und haben deshalb die Möglichkeit, sie kennenzulernen, ihre Leistungen wertzuschätzen und mit ihnen Lösungen in herausfordernden Situationen zu suchen. Konkret wissen wir, dass sie sich Gespräche mit Fachpersonen auf Augenhöhe, Hilfe in Notfallsituationen, Fahrdienste, Hilfe bei Geld- und Versicherungsangelegenheiten und Erholung wünschen.

3 Nimm Hinweise auf häusliche Gewalt ernst, und handle entsprechend.

Im Jahr 2023 registrierte die Schweizer Polizei über 19 900 Fälle häuslicher Gewalt, doch dies widerspiegelt nur einen Bruchteil der tatsächlichen Vorfälle. Lediglich zwischen 10 und 22 Prozent der Betroffenen wenden sich an die Polizei, was auf eine beträchtliche Dunkelziffer hinweist. Häusliche Gewalt umfasst alle Formen von körperlicher, sexueller, psychischer oder wirtschaftlicher Gewalt, die sich innerhalb oder ausserhalb der Familie oder des Haushalts ereignen, unabhängig von der aktuellen Wohnsituation der beteiligten Personen. Diese Definition berücksichtigt, dass häusliche Gewalt in unterschiedlichen Beziehungskonstellationen auftreten kann und Personen unabhängig von ihrem Geschlecht davon betroffen sein können. Die Risiken von häuslicher Gewalt sind weitreichend und das Sterblichkeitsrisiko der betroffenen Personen, häufiger sind es Frauen, erhöht. Folgeerscheinungen weisen ein breites Spektrum auf. Hervorzuheben sind Angststörungen, Depression, Suizidalität und Stress. Die Auslöser von Gewalt können situativ entstehen (beispielsweise inadäquate Bewältigungsstrategien bei Stress) oder systematisch vorhanden sein (wie schwerwiegende instrumentalisierende Gewalt). Damit Spitex-Mitarbeitende Hinweise auf häusliche Gewalt erkennen und aktiv damit umgehen können, braucht es eine regelmässige Sensibilisierung durch Weiterbildungen und Fallbesprechungen, die sich unter anderem mit dem Thema Melderecht und Meldepflicht befassen. Bei Verdacht auf häusliche Gewalt ist es essenziell, persönliche Bedürfnisse und das Belastungserleben der betroffenen Personen zu erfassen. Dabei wird ein personen- und familienzentrierter Ansatz gewählt. Spitex-Mitarbeitende sollen sich an Behörden und Fachstellen wenden (auch anonymisiert möglich), das weitere Vorgehen besprechen und mögliche Massnahmen entwickeln. Dieser Austausch ermöglicht zusätzlich die Reflexion des eigenen Handelns und ist eine wichtige Aussensicht.

4 Sei sensibilisiert für Anzeichen von oder Hinweise auf Einsamkeit oder soziale Isolation, und reagiere darauf.

Einsamkeit ist ein subjektives Gefühl, bei dem die eigenen sozialen Beziehungen nicht den persönlichen Bedürfnissen an emotionaler Bindung und Kontakt entsprechen und als unzureichend empfunden werden. Im Gegensatz dazu ist soziale Isolation die objektive Einschränkung sozialer Kontakte. Soziale Isolation kann, muss aber nicht zu Einsamkeit führen. Weitere Risikofaktoren sind hohes Alter, Mobilitätseinschränkung, Seh- und Hörminderung, psychische Erkrankung, Demenz und sozioökonomische Benachteiligung. Einsamkeit hat vergleichbare gesundheitliche Folgen wie Rauchen und Übergewicht und kann zu Krankheit und verkürzter Lebenserwartung führen.
Spitex-Mitarbeitende können Zeichen von Einsamkeit oder sozialer Isolation bei Klientinnen und Klienten erkennen und ansprechen. Offene Fragen ermöglichen die Erfassung von Leidensdruck und Faktoren, die zur Einsamkeit oder sozialen Isolation beitragen. Einsamkeitsgefühl wird durch die Lebenserfahrung geprägt, deshalb ist es wichtig, Wertschätzung und Interesse an der Person zu vermitteln.
Spitex-Mitarbeitende können einen wichtigen Beitrag zur Linderung von Einsamkeit oder Isolation leisten. Einerseits durch regelmässige und zuverlässige Einsätze, andererseits indem sie zum Beispiel Informationen und den Zugang zu bedürfnisorientierten Angeboten des Gemeinwesens ermöglichen. Dazu gehören beispielsweise Besuchs- und Begleitdienste, soziale Aktivitäten, der Einsatz geeigneter Hilfsmittel wie Hörhilfen sowie die Organisation von Transportmöglichkeiten. Ebenfalls können Spitex-Mitarbeitende den Kontakt zu anderen Menschen fördern, indem sie die Nutzung elektronischer und digitaler Kommunikationshilfen unterstützen. Um Einsamkeit oder soziale Isolation zu lindern, müssen die Massnahmen auf individuelle Präferenzen abgestimmt sein und die Eigenaktivität und Selbstwirksamkeit stärken.

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

Chronisch und mehrfach Erkrankte sowie gebrechliche Personen haben eine längere Verweildauer im Spital, schlechtere kognitive und funktionelle Ergebnisse, ein höheres Risiko für einen Heim- oder erneuten Spitaleintritt oder zu sterben. Eine vorausschauende Planung und die frühzeitige Erfassung des Willens, die dem ganzen Behandlungsteam zur Verfügung stehen, verbessern die Versorgung sowie die Zufriedenheit von Klientinnen, Klienten und Angehörigen. Um informiert Entscheidungen treffen zu können, brauchen Betroffene Informationen zu den möglichen Behandlungs- und Betreuungsoptionen. Ein frühzeitiges Erfassen von Symptomen und das Einbeziehen der physischen, psychosozialen und spirituellen Bedürfnisse unterstützen Klientinnen, Klienten und ihre Angehörigen dabei, besser mit ihren krankheitsbedingten Veränderungen umzugehen. Eine integrierte Zusammenarbeit zwischen allen involvierten Fachpersonen des Gesundheits- und Sozialwesens und eine einheitliche Dokumentation sind Schlüsselelemente für eine erfolgreiche bereichsübergreifende Kommunikation. Je höher die Kontinuität in der Beziehung zwischen Fachpersonen und Betroffenen, beim Management sowie beim Informationsaustausch ist, desto besser ist die Qualität der Gesundheitsversorgung. Die familiensystemische Arbeit steigert zudem das Gefühl der Sicherheit der Beteiligten.

Zur Entstehung dieser Liste

Zunächst stellten wir fest, dass keine ausländischen Empfehlungen übernommen werden konnten. Deswegen holten wir in einer dreisprachigen (d/i/f) Onlineumfrage Vorschläge von 230 Pflegepersonen der Spitex ein. Insgesamt wurden 348 Empfehlungen gesammelt und anschliessend thematisch sortiert. Danach konnten wir unsere Daten mittels einer Nutzwertanalyse (Kühnapfel, 2021) hinsichtlich Relevanz, Einfluss auf Ressourcen, Sicherheit und Zufriedenheit von Klientinnen und Klienten sowie der empirischen Belegbarkeit priorisieren. Anschliessend nahmen wir, angelehnt an eine Focusgroup Illustration Map (Pelz, Schmitt & Meis, 2013), eine erneute Priorisierung durch die Expertinnengruppe der AFG vor. Leitend waren Impact, Spitex-Relevanz und der Innovationsgrad der Empfehlung. Aus den verbliebenen neun Empfehlungen haben 36 Pflegeexpertinnen und -experten der Spitex in einem Online-Survey die relevantesten fünf Empfehlungen bestimmt. Im Tandem wurde jede Empfehlung mit Evidenz beschrieben. Schliesslich erfolgte die Vernehmlassung durch die AFG und den VFP.

Co-Projektleitung
Annina Cadruvi, Spitex Chur, annina.cadruvi@hotmail.com
Christine Reichart, Spitex Zürich, creichart@bluewin.ch

Projektgruppe
Azra Karabegovic, Bettina Messerli, Claudia Lötscher, Daniela Händler-Schuster, Elisa Dolci, Jennifer Kummli, Esmeralda Latifovic, Manuela Birnea, Rachel Jenkins, Sonja Bächi, Sonja Höhn, Sonja Santi

Die Akademische Fachgesellschaft (AFG) Spitex Pflege des Schweizerischen Vereins für Pflegewissenschaft (VFP) vereint akademisch ausgebildete Pflegefachpersonen, fördert evidenzbasierte häusliche Pflege, schafft Austausch und stärkt die ambulante Versorgung.

www.vfp-apsi.ch/fachgremien/spitex-pflege

smarter medicine – Choosing Wisely Switzerland
Der gemeinnützige Verein «smarter medicine – Choosing Wisely Switzerland» setzt sich seit 2017 für die optimale Patientenversorgung in der Schweiz ein.

www.smartermedicine.ch