

Das ressourcenorientierte Gesundheitsförderungsprogramm für LymphödempatientInnen – eine notwendige Ergänzung zu den Rehabilitationsmaßnahmen

Sawczak W¹, Flaggel F², Döller W³

¹Sawczak & Partner new level Unternehmensberatung,

²LKH Wolfsberg, Klinische Psychologie, Zentrum für Lymphologie,

³LKH Wolfsberg, Zentrum für Lymphologie

Methode: Das Gesundheitsförderungsprogramm ist ein ressourcenorientiertes Selbstmanagementtraining in der Gruppe. Das Trainingsprogramm integriert verschiedene Ansätze aus psychologischer Theorie und Praxis, wobei den aktuellen neurowissenschaftlichen Erkenntnissen und deren Auswirkungen auf die praktische Arbeit besondere Bedeutung zukommt. Durch das konsequente Selbstmanagement lernen die PatientInnen Einfluss auf ihr Gefühlsleben und auf ihre Handlungen zu nehmen. Das von Außenreizen gesteuerte Reagieren wird durch zielgerichtetes Handeln ersetzt, was zu einer zunehmenden Stabilität der Stimmungslage und des subjektiv empfundenen Kontrollerlebens führt. Eigene Ressourcen werden entdeckt und gezielt genutzt. Durch die Entwicklung von neuen Handlungsmustern wird die Eigenkompetenz trainiert und der Entscheidungsspielraum vergrößert.

Ziele: Verbesserung der biopsychosozialen Gesundheit und der gesundheitsbezogenen Lebensqualität. Der defizitorientierte Zugang (bedingt durch die chronische Erkrankung) wird durch das (Wieder)Einbeziehen und Nutzen der persönlichen Ressourcen der PatientInnen ergänzt: durch die Förderung der gesunden Anteile sollen die PatientInnen in die Lage versetzt werden die notwendigen Selbstbehandlungsmaßnahmen auch im Alltag durchzuführen.

Ergebnisse: Die Ergebnisse zeigen, dass die angestrebten Ziele erreicht wurden. Die Auswertung der qualitativen Evaluation (Interviews) ergibt, dass die meisten PatientInnen über eine Verbesserung ihrer biopsychosozialen Gesundheit berichten. Im Vordergrund dabei stehen eine Verbesserung der Gesamtbefindlichkeit, eine positive Veränderung der Lebenseinstellung, die Stärkung des Selbstvertrauens und ein verbesserter Umgang mit der Lymphödemerkrankung. Diese Aussagen werden auch durch die durchgeführte quantitative Evaluation bestätigt. Zur Erfassung der allgemeinen Lebensqualität wird die SWLS (Satisfaction with Life Scale) eingesetzt. Bei 90% der PatientInnen zeigt sich im Laufe des Gesundheitsförderungsprogramms eine signifikante Verbesserung der Lebensqualität.

Schlussfolgerungen: Um eine hohe gesundheitsbezogene Lebensqualität und Motivation zur Durchführung der Selbstbehandlungsmaßnahmen bei LymphödempatientInnen aufrecht zu erhalten, ist es notwendig neben dem problemorientierten Zugang in der Behandlung auch eine ressourcenorientierte, an den Stärken der Betroffenen orientierte Perspektive in die Behandlung einzuführen.

Sawczak & Partner new level Unternehmensberatung

Mag.^a Waltraud Sawczak

Althofen 35

A - 9131 Grafenstein

Tel.: +43(0)650/84 94 940

Fax: +43(0)4227/20725

Email: waltraud.sawczak@newlevel.at

Zentrum für Lymphologie – LKH Wolfsberg

Mag. Franz Flaggel, Organisatorischer Leiter – Klinische Psychologie

Paul Hackhoferstraße 9

A - 9400 Wolfsberg

Tel.: +43(0)4352/533-77021

Fax: +43(0)4352/533-78021

Email: franz.flaggel@lkh-wo.at

Zentrum für Lymphologie – LKH Wolfsberg

Prim. Dr. Walter Döller

Paul Hackhoferstraße 9

A - 9400 Wolfsberg

Tel.: +43(0)4352/533-291

Fax: +43(0)4352/533-292

Email: sekretariatlymph@lkh-wo.at