

Das Projekt Selbsthilfe und Apotheken - Kompetenz zeigen - Selbsthilfe einbinden

Die bayernweite Netzwerkeinrichtung SeKo, Selbsthilfekoordination Bayern, versteht sich unter anderem als innovative, Kooperationen zwischen der Selbsthilfe und professionellen Anbieter/innen aus dem Gesundheitsbereich initiiierende Stelle, die dazu anregt Neues auszuprobieren und bei Erfolg möglichst dauerhaft zu etablieren. Seit über zehn Jahren geschieht dies unter anderem durch unterschiedliche Projekte. Ideen hierzu kamen und kommen aus dem ganzen Bundesgebiet, so auch 2008, als SeKo Partnerin in einem Bundesprojekt zum Thema „Selbsthilfefreundliche Arztpraxis“ wurde. In diesem Projekt ging es darum, Selbsthilfe als Option neben Medikamenten, Therapien oder Kliniken in das Bewusstsein niedergelassener Ärzt/innen zu bringen. Ziel des Projektes war, dass Ärztinnen und Ärzte die Selbsthilfe ‚automatisch‘ mitdenken, sprich: sie müssen zunächst von der Idee wissen und dann von der Wirksamkeit überzeugt werden. Grundsätzliches Ziel war auch, Begegnungen auf Augenhöhe möglich zu machen, erlernte Kompetenz der Mediziner/innen und Erfahrungskompetenz der Selbsthilfe miteinander zu verbinden. Es wurde ein Fortbildungsangebot speziell für niedergelassene Ärzt/innen entwickelt. Hauptaugenmerk war, dass Ärztinnen und Ärzte auch als Menschen angesprochen werden sollten und wenn möglich persönlicher Kontakt zwischen ihnen und örtlichen Selbsthilfegruppen hergestellt werden sollte.

Das Konzept dieses Projektes überzeugte auch die bayerische Apothekerschaft. So entstand die Idee, Ähnliches für Apotheken in Bayern anzubieten. Das eigentliche Projekt „Selbsthilfe und Apotheken – Kompetenz zeigen – Selbsthilfe einbinden“ startete 2010 und dauerte insgesamt vier Jahre bis Ende 2013. Finanziert wurde es von der Arbeitsgemeinschaft der Krankenkassenverbände und der bayerischen Apothekerschaft (Kammer und Verband). In eigens entwickelten Fortbildungsveranstaltungen sollten direkte Kooperationen vor Ort auf den Weg gebracht und umgesetzt werden, die Apotheken gemeinsam mit den Selbsthilfegruppen anbieten können. Bei der Auswahl der Veranstaltungsorte wurde Wert darauf gelegt, dass die Verteilung eine Veranstaltung in der Nähe jeder Apotheke ermöglichte, deshalb wurden in allen sieben bayerischen Regierungsbezirken insgesamt 20 Veranstaltungen angeboten.

Im Informationsteil der dreistündigen Veranstaltungen stellten die Selbsthilfegruppen und die Selbsthilfekontaktstelle zunächst ihre Arbeit mit Powerpointpräsentationen oder Kurzvorträgen vor. Die Themen der beteiligten Selbsthilfegruppen spiegelten sowohl hinsichtlich der Anzahl (97 Themen gesamt) als auch der Bandbreite (es wurden sowohl gesundheitliche als auch soziale Themen vorgestellt) die Vielfalt der regionalen Selbsthilfe wider. In wechselnden Kleingruppen wurden danach vor allem der Nutzen von Selbsthilfe und deren Unterstützungsmöglichkeiten seitens der Apotheken diskutiert.

Das Ergebnis des Projektes war je nach regionaler Voraussetzung unterschiedlich und spiegelt die Möglichkeiten und Wünsche der regionalen Kooperationspartner wieder. So entstanden einige Schaufensterprojekte in ganz Bayern, die seit dem ersten Entstehen immer weiter liefen und laufen. Auch heute noch – das ist die Nachhaltigkeit, die wir uns von diesem Projekt gewünscht hatten. Auch andere inhaltliche Verbindungen bestehen weiterhin. Es gibt Sprechstunden von Selbsthilfegruppen in Räumen von Apotheken, regelmäßige, gemeinsame Präsenz auf Messen, Apotheken stellen ihre Räume für Treffen von Gruppen zur Verfügung und legen Material zu unterschiedlichsten Themen aus.

Ursprünglich sah das Konzept vor, dass eine Selbsthilfekontaktstelle vor Ort vorhanden sein sollte. Im letzten Projektjahr wurden aber über das ursprüngliche Konzept hinaus zwei größere Städte ohne Selbsthilfekontaktstelle ausgewählt, da es vor Ort sowohl einige interessierte Apotheken als auch Selbsthilfegruppen gab - hier übernahmen angrenzende Selbsthilfekontaktstellen die Organisation und Moderation. Dies trug u.a. dazu bei, dass es in Bayreuth mittlerweile verstärkt Bemühungen zur Gründung einer Selbsthilfekontaktstelle gibt. Die hier ansässigen Selbsthilfegruppen hatten sich dies schon länger gewünscht und dies immer wieder engagiert an die Stadt Bayreuth herangetragen.

Evaluation

Bereits während der Veranstaltungsphase wurde das Projekt durch Fragebögen unter den teilnehmenden Selbsthilfeaktiven, Selbsthilfefachkräften und Apotheken evaluiert.

Insgesamt nahmen 486 Personen an den 20 Fortbildungen teil, im Durchschnitt 25 Teilnehmer/innen pro Termin. Davon waren 166 Apotheker/innen (34 Prozent), 54 pharmazeutische Angestellte (11 Prozent), 222 Selbsthilfeaktive (45 Prozent) und 44 Mitarbeiter/innen aus den örtlichen Selbsthilfekontaktstellen (9 Prozent). Den Evaluationsbogen füllten 158 Apotheker/innen und pharmazeutische Angestellte und 169 Selbsthilfevertreter/innen aus. Dies entspricht einer Rücklaufquote von 74 Prozent.

Das Hauptziel des Projektes wurde erreicht

Fast 60 Prozent der befragten Apotheker/innen bzw. pharmazeutischen Angestellten gaben an, vor dem Projekt keinen Kontakt zu Selbsthilfegruppen gehabt zu haben. Umgekehrt gaben 46 Prozent aller befragten Selbsthilfevertreter/innen an, vor dem Projekt als Selbsthilfegruppe noch keinen Kontakt zu Apotheker/innen gehabt zu haben. Als ein guter Grund für die Teilnahme wurde denn auch sowohl von den Apotheken als auch den Selbsthilfegruppen wiederholt das allgemeine Interesse am Thema Selbsthilfe und der Wunsch nach Kontaktaufnahme sowie Kooperation mit den Selbsthilfegruppen respektive das Bedürfnis nach Kontakt- und Kooperationsmöglichkeiten mit Apo-

thekern/innen genannt. 90 Prozent der Apotheken gaben an, dass sie neue Informationen zum Thema Selbsthilfe gewinnen konnten.

Damit konnte ein wichtiges Ziel unseres Projektes, nämlich neue Kontakte zu knüpfen, erfüllt werden. Als besonders hilfreich stellte sich hierbei die Größe der Veranstaltungen heraus, die den persönlichen Austausch möglich machen sollte (25 Teilnehmer/innen). 81 Prozent der Selbsthilfevertreter/innen und 81 Prozent der Apothekenteams empfanden die Teilnehmerzahl als angemessen.

Inhaltliche Bewertung der Veranstaltungen

Bei allen Teilnehmer/innen sind die Veranstaltungen auf positive Resonanz gestoßen. 97 Prozent aller Befragten gefielen die Fortbildungen sehr gut oder gut, ebenso viele würden die Veranstaltungen weiterempfehlen.

Auf die Frage, was den Teilnehmenden besonders gut gefallen hat, wurden das Kennenlernen des jeweils Anderen, der Austausch im Gespräch und die gute Atmosphäre am häufigsten genannt. Als sehr interessant wurde der Einblick in die Tätigkeit des jeweils Anderen bewertet. Aber auch gegenseitige Offenheit, Achtung und Verstehen wurde als sehr positiv gesehen und als unkompliziertes Miteinander bezeichnet.

Beide Seiten nannten als positiv: gute praxisbezogene Ergebnisse, konkrete praktische Ideen, neue Aspekte und definitive Absprachen von Kooperationsmöglichkeiten.

Den befragten Apothekenteams gefielen die Vorstellung, das Kennenlernen der einzelnen Selbsthilfegruppen und deren Arbeitsweisen und die Übersicht über die Selbsthilfelandchaft in der Region besonders gut. Die Selbsthilfevertreter/innen empfanden das Interesse und die Unterstützungsbereitschaft der Apothekenteams als sehr positiv.

Nutzen der Zusammenarbeit und zusätzliche Anregungen zur Durchführung

96 Prozent der befragten Teilnehmer/innen waren der Auffassung, dass Veranstaltungen wie in unserem Projekt die Zusammenarbeit zwischen Apotheken und der Selbsthilfe verbessern können. Gefehlt habe vor allen Dingen Zeit, besonders für noch mehr persönliche Gespräche und zur Vertiefung der vorangegangenen Inhalte bzw. um konkreter zu den Umsetzungsmöglichkeiten zu kommen. Dies kann jedoch auch in weiteren Treffen vorangebracht werden, die außerhalb der Veranstaltung stattfinden könnten – in einigen Regionen geschah dies bereits (auch dies ein Zeichen der Nachhaltigkeit der Veranstaltungsreihe). Mehrere Apothekenteams hätten gerne noch einen tieferen Einblick in die Arbeitsweise einzelner Gruppen gehabt und noch mehr verschiedene Selbsthilfegruppen kennengelernt. Einige Selbsthilfevertreter/innen regten an, eine Liste aller selbsthilfefreundlichen Apotheken für ihre Landkreise zu erstellen. Gewünscht wurden weitere gemeinsame Veranstaltungen, um Ergebnisse, Fortschritte und auch Fehlschläge zu erörtern.

Im Jahr nach dem Projektende (2014) wurden deshalb noch zwei Ideenwerkstätten (Nord und Süd) angeboten, die sich speziell mit der weiteren nachhaltigen Vernetzung beschäftigten. In München und in Nürnberg kamen Apotheker/innen und Mitarbeiter/innen von Selbsthilfekontaktstellen zusammen. Thema war die Rolle der Kontaktstellen als Netzwerkeinrichtungen und Vermittlungsstellen zu Selbsthilfegruppen in ihren Regionen.

Fazit

Wir waren zu Projektbeginn davon ausgegangen, dass viele Apotheker/innen noch nicht mit Selbsthilfegruppen zusammenarbeiten, was sich auch bestätigte. Das Projekt sollte die Zusammenarbeit verbessern und Apothekenpersonal über Selbsthilfe informieren und für Selbsthilfe interessieren. Diese Erwartung wurde durch das Projekt erfüllt. Selbsthilfevertreter/innen, Selbsthilfekontaktstellen und Apothekenmitarbeiter/innen lernten sich durch die Veranstaltungen auf regionaler Ebene besser kennen und entwickelten Ideen für eine lokale Zusammenarbeit. Viele konkrete Projekte wurden auf den Weg gebracht. Die Kooperationsergebnisse zwischen Apotheken und Selbsthilfe sind nachhaltig und der Gedanke der Selbsthilfe wird über den Projektzeitraum hinaus weiter getragen. Es gibt zahlreiche Verbindungen, die durch dieses Projekt entstanden sind und auch nach dem offiziellen Projektende mit Leben gefüllt werden.

Das Projekt kann durch das erstellte Konzept leicht von anderen interessierten Bundesländern übernommen und durchgeführt werden. Das Konzept umfasst die Fortbildungsinhalte einschließlich einer Power Point Präsentation, die Leitfäden für die Selbsthilfekontaktstellen und Selbsthilfegruppen, das Einladungsschreiben für die Apothekenteams und die Evaluationsbögen für die Selbsthilfekontaktstellen, Selbsthilfegruppen und Apothekenmitarbeiter/innen. Voraussetzung für eine erfolgreiche Umsetzung sind gute örtliche Strukturen und zentrale Ansprechpartner/innen sowohl auf der Seite der Apotheken als auch der Seite der Selbsthilfe, die das Heft organisatorisch und inhaltlich in die Hand nehmen. Darüber hinaus erfordern die gemeinsame Planung, die Aufteilung der entsprechenden Arbeitsfelder und die Durchführung der Veranstaltungen ausreichende Ressourcen an Zeit und auch an Geldmitteln. Die Verantwortlichen brauchen ein gehöriges Maß an Enthusiasmus und Stehvermögen. Kooperationen müssen sich entwickeln und nicht alles funktioniert gleich zu Beginn reibungslos.

Irena Tezak, Sozialpädagogin, ist stellvertretende Geschäftsführerin der Selbsthilfekoordination (SeKo) Bayern und dort verantwortlich insbesondere für die Arbeitsschwerpunkte Zusammenarbeit mit Professionellen aus dem Gesundheitsbereich und besondere Projekte. Sonja Stipanitz arbeitet als selbständige Apothekerin und engagiert sich als Delegierte und Referentin der Bayerischen Landesapothekerkammer sowie als Landesbeauftragte für Selbsthilfegruppen des BAV (Bayerischer Apothekerverband).