



«Psychische Gesundheit ist ein vielschichtiger Prozess, der zahlreiche Aspekte des Lebens umfasst.»
Lea Meier, Projektleiterin psychische Gesundheit, BAG

Einen grossen Einfluss hat dabei die Lebensphase, in der sich ein Mensch gerade befindet. Gemäss dem 5. Bericht «Gesundheit und Lebensqualität im Alter», herausgegeben von der Stiftung Gesundheitsförderung Schweiz, lassen sich bezüglich der psychischen Gesundheit älterer Menschen grosse Unterschiede feststellen. Dabei lässt sich ein Phänomen beobachten, das als «Paradoxon des Alters» bezeichnet wird: Aufgrund von hohen Anpassungs- und Selbstregulationsleistungen stabilisiert sich das psychische Wohlbefinden im Alter trotz körperlicher und kognitiver Einbusse auf höherem Niveau.

Die gute psychische Gesundheit von älteren Menschen, die in Privathaushalten leben, zeigt sich unter anderem an folgenden Indikatoren:

- **Lebenszufriedenheit:** Ältere Menschen sind generell zufriedener mit dem eigenen Leben als jüngere, und neun von zehn Menschen im Pensionsalter bezeichnen ihre Lebensqualität als gut bis sehr gut.
- **Energie und Vitalität:** Keine andere Altersgruppe fühlt sich so häufig voller Energie und Vitalität wie die 65- bis 74-Jährigen (fast 72% der Befragten).
- **Optimismus und Wohlbefinden:** Optimismus und Wohlbefinden steigen mit zunehmendem Alter und sinken erst im hohen Alter. Zwischen 65 und 74 Jahren geben 72% hohe bis sehr hohe Werte für Optimismus und Wohlbefinden an. Wichtig ist dabei, dass einschneidende Übergänge zwischen einzelnen Lebensphasen wie eine Pensionierung begleitet und unterstützt werden. Angebote in diesem Be-

reich sollen ebenfalls im Rahmen des Dialogs NGP weiter ausgebaut werden. Und auch wenn sich ältere Menschen häufig gut fühlen und optimistisch sind, gilt es zu bedenken, dass Depressionen und Suizide im Alter häufig vorkommen – insbesondere bei Männern.

Wichtige Schnittstellen

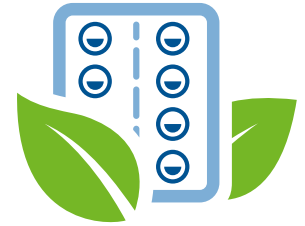
Die Strategie des Bundes zur psychischen Gesundheit ist eingebettet in die Strategie des Bundes im Kampf gegen nichtübertragbare Krankheiten wie Krebs oder Diabetes, kurz NCD-Strategie, und damit in die übergreifende Strategie Gesundheit2020. «Es gibt im Bereich NCD, Sucht und der psychischen Gesundheit viele Schnittstellen, welche in der Umsetzung bearbeitet und mitberücksichtigt werden», sagt Lea Meier. Diese werden gemeinsam koordiniert und umgesetzt. Die Strategie Gesundheit2020 hat der Bundesrat im Januar 2013 verabschiedet. Mit 36 Massnahmen sollen die Lebensqualität gesichert, die Chancengleichheit gestärkt, die Versorgungsqualität erhöht und die Transparenz verbessert werden. Dazu gehört auch die psychische Gesundheit. Denn sie ist ein zentraler Schlüssel zu langfristigem Wohlbefinden und Gesundheit. //

LINKTIPP

Sämtliche erwähnte Berichte können Sie auf www.bag.admin.ch herunterladen oder bestellen.

KOLUMNE

KOMPLEMENTÄRES



DIGITALE MEDIKATION

Mit der Gesetzgebung Elektronisches Patientendossier EPDG hat das Parlament erste Digitalisierungspflöcke eingeschlagen. Das Gesetz sieht vor, dass künftig behandlungsrelevante Dokumente eines Patienten im ePatientendossier abgelegt werden. Spitäler müssen ab 2020, Geburtshäuser und Heime ab 2022 ePatientendossiers anlegen.

Je älter die Menschen werden, desto mehr Krankheiten haben sie gleichzeitig. Die Zahl der Behandelnden pro Patient wird zunehmen. Damit steigt auch der Koordinationsbedarf unter den Leistungserbringern. Ausser Frage ist deshalb, dass elektronische Krankenakten und der elektronische Datenaustausch zum Normalfall werden. Die aktuelle Medikationsübersicht eMediplan der Patienten ist ein zentraler Inhalt des Patientendossiers. Die Digitalisierung ist im stationären Bereich weit fortgeschritten. Es bestehen IT-Tools, welche die Ärzte bei der Arzneimittelwahl, Dosierung und Substitution patientenspezifisch unterstützen. Nachholbedarf besteht im ambulanten Sektor. Maximal ein Drittel der Hausärzte dürfte einen Computer im Sprechzimmer haben. Der Nutzen der ePatientendossiers kann sich nur dann entfalten, wenn der Datenaustausch ohne Unterbruch zwischen Spitälern, Heimen und Hausärzten gewährleistet ist.

Die Entwicklung geht aber weiter: Die Diagnose, die Indikationsstellung und die Auswahl der idealen Arzneimittelkombination wird mittelfristig mit digitaler Unterstützung erfolgen. Die Verschreibung von Arzneimitteln wird auf Algorithmen basieren. Die Arzneimittelhersteller sind gefordert, die digitalen Weichen jetzt richtig zu stellen.

Walter Stüdeli, Geschäftsführer SVKH