

Projekt Körperstress – zum gelingenden interprofessionellen Umgang mit psychosomatischen Störungen in der Grundversorgung

Jeder dritte Hausarztpatient leidet unter psychosomatischen Symptomen – für den Grundversorger oft eine grosse Belastung im Praxisalltag. Wir helfen auf die Sprünge: mit der neuen, intuitiven Diagnostik als «Körperstress-Erkrankung» im ICD 11 und einem praxisnahen Algorithmus, den wir im Rahmen eines interprofessionellen Projektes in einer grossen Gruppenpraxis in Zürich entwickelt haben. Die zentrale Intervention ist die gelungene Patientenedukation mithilfe von Schulungsunterlagen. Die Motivation zu mehr körperlicher Aktivität, welche initial durch Physiotherapeutinnen angeleitet wird, ist ein zentraler Baustein einer erfolgreichen Therapie. In Zukunft sollen auch achtsamkeitsbasierte Verfahren ins Projekt integriert und evaluiert werden.