

ALLGEMEINMEDIZIN

Wissen über Querschnittlähmung

Im Rahmen eines SwiSCI-Projekts werden Hausärztinnen und Hausärzte spezifisch zum Thema Querschnittlähmung geschult – zum Vorteil von Betroffenen in der Schweiz.

Von Teresa Brinkel, SwiSCI-Kommunikationsverantwortliche

Patricia Arnold ist seit zehn Jahren Paraplegikerin. Die 61-Jährige wohnt mit ihrem Mann in einem kleinen Ort im Bündnerland. Bei gesundheitlichen Problemen konsultiert sie ihren Hausarzt im Nachbarort, der sich in paraplegiologischen Themen weitergebildet hat. «Ich bin sehr froh, dass ich einen Hausarzt in der Nähe habe, der etwas von Querschnittlähmung versteht. Er prüft meine Blutwerte und den Urinstatus regelmässig, und bei Problemen klärt er das weitere Vorgehen zuerst mit Spezialisten des Paraplegikerzentrums. Als querschnittgelähmte Person fühle ich mich gut betreut und kann mir so die eine oder andere Fahrt ins nächste Paraplegikerzentrum sparen.»

Diese Zusatzausbildung von Hausärztinnen wurde durch ein Pilotprojekt der Schweizer Kohortenstudie für Menschen mit Rückenmarksverletzungen (SwiSCI) initiiert, das sogenannte Hausarztprojekt. Es soll gewährleisten, dass sich Menschen mit Querschnittlähmung bei gesundheitlichen Problemen zunächst an einen fachkundigen Hausarzt in ihrer Nähe wenden können.

Dieser ist in der Lage, ihre gesundheitliche Situation spezifischer zu beurteilen als ein Hausarzt ohne zusätzliche Kenntnisse. So ist er bei Kontrollen und Behandlungen auf querschnittspezifische Komplikationen und Risiken sensibilisiert und weiss, auf welche Symptome, Organe oder Laborwerte er besonders achten muss. Gleichzeitig schätzt er besser ein, wann eine Überweisung zum Spezialisten angezeigt ist.

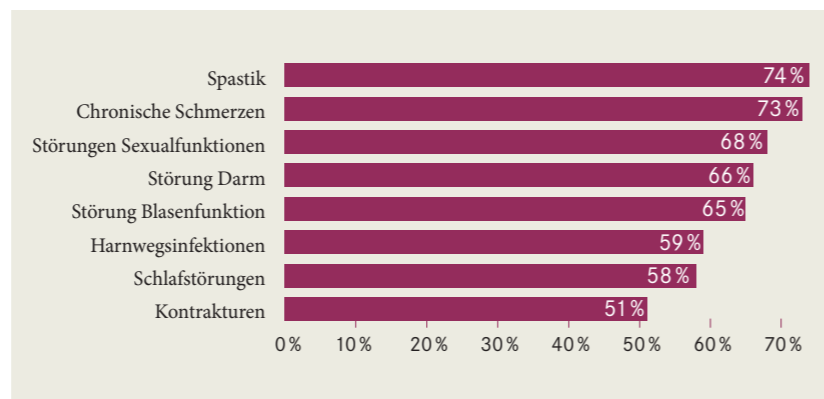
Lebenslange Nachsorge

Menschen mit Querschnittlähmung sind oftmals mit einer Vielzahl an gesundheitlichen Problemen konfrontiert. Dazu gehören häufig Spastik, Schmerzen und Störungen der Blasen- und Darmfunktionen.

Zugleich ist das Risiko für altersbedingte Gesundheitsprobleme, wie zum Beispiel Diabetes, Herzkrankheiten und bestimmte Krebsformen bei Menschen mit einer Querschnittlähmung erhöht. Betroffene sind deshalb auf eine breitere Palette an Gesundheitsdiensten angewiesen als Menschen ohne Querschnittlähmung. Umso höher ist die Bedeutung der lebenslangen Nachsorge: Sie ist wichtig, um medizinischen Problemen vorzubeugen, sie frühzeitig zu diagnostizieren und den Rehabilitationsprozess regelmässig zu überprüfen.

Zahlen

Die Grafik zeigt, wie viele Menschen mit Querschnittlähmung von den häufigsten Erkrankungen und Komplikationen betroffen sind.



«Ein wichtiges Element der lebenslangen Nachsorge sind die ambulanten Jahreskontrollen», so Dr. med. Inge Eriks-Hoogland, leitende Ärztin und Leiterin des Ambulatoriums am Schweizer Paraplegikerzentrum (SPZ). «Hier klären wir interdisziplinär sowohl medizinische als auch rehabilitative Probleme wie Spitexbedarf, Hilfsmittel oder Therapien. Gleichzeitig schauen wir zusammen mit der Patientin, wie sich ihr Arbeitspensum oder die Wohnsituation auf ihre Gesundheit auswirken. Gegebenenfalls können wir dann Massnahmen definieren.»

Der Blick aufs Ganze trägt in der lebenslangen Nachsorge also nicht nur zu einer bestmöglichen Gesunderhaltung bei, sondern ist wichtig für die Lebensqualität und die Teilnahme am gesellschaftlichen Leben.

Einfluss auf die Lebenserwartung

Resultate der SwiSCI-Studie heben die wichtige Bedeutung der klinischen Nachsorge hervor. Demnach haben die ambulanten Kontrollen sogar Auswirkungen auf die Lebenserwartung: Nehmen Betroffene ihre Nachsorge nicht wahr, so haben sie statistisch eine kürzere Lebenserwartung. Dies gilt vor allem für Menschen mit einer traumatischen, also unfallbedingten Querschnittlähmung. Das Sterberisiko ist bei ihnen etwa dreimal höher im Vergleich zu Personen, die ihre Nachsorge-Untersuchungen jedes Jahr wahrnehmen.

Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftler schliessen daraus, dass sich unerkannte oder zu spät behandelte Erkrankungen langfristig negativ auf den Gesundheitszustand und damit auch auf die Lebenserwartung auswirken. Muss sich der Körper häufig oder gar dauerhaft mit Infektionen oder Herz-Kreislauf-Erkrankungen auseinandersetzen, so verliert er seine Regenerationsfähigkeit und altert schneller. Dies setzt die Lebenserwartung nachweislich herab.

Dezentrale ambulante Versorgungsangebote

Bestimmte Personengruppen tendieren eher dazu, ihre regelmässigen Kontrollen nicht wahrzunehmen. Dazu gehören Personen, bei denen die Querschnittlähmung erst in höherem Alter eintrat (über 60), Personen mit inkompletten Lähmungsformen sowie Personen, die mehr als 30 Minuten Fahrtzeit vom nächsten Paraplegikerzentrum entfernt wohnen.

Gerade für den letztgenannten Faktor, die längere Fahrzeit, konnten in den letzten Jahren bereits Massnahmen umgesetzt werden, die vielen Betroffenen eine Erleichterung brachten: Dazu gehört die Eröffnung der beiden dezentralen Ambulatorien in Lausanne und Bellinzona. Sie haben dazu geführt, dass Menschen mit Querschnittlähmung aus diesen Regionen eine bestmögliche ambulante Versorgung erhalten und nicht mehr in ein weit entferntes spezialisiertes Zentrum fahren müssen.

Nun kann auch das SwiSCI-Hausarztprojekt dazu beitragen, dass Querschnittge-

lähmte insbesondere in abgelegenen Regionen eine verbesserte Grundversorgung erhalten, die rückenmarksspezifisch ist.

Vorteile des Hausarztprojekts

Der Hausarzt ist für viele Menschen mit einer Querschnittlähmung die wichtigste Kontaktperson in Gesundheitsfragen. Die SwiSCI-Studie zeigt, dass Menschen mit Querschnittlähmung ihre Hausärztin im Durchschnitt fünf Mal im Jahr besuchen, doppelt so häufig wie die Allgemeinbevölkerung.

«Der enge Kontakt mit Medizinerinnen und Pflegekräften aus den spezialisierten Zentren erweitert unser Wissen und trägt in hohem Masse zu einer besseren Versorgung unserer Patientinnen und Patienten bei. Ich weiss nun beispielsweise viel mehr über das Blasen- und Darmmanagement oder über Dekubitus und kann meine Patienten dahingehend besser betreuen», beurteilt Susanne Morf, Hausärztin und Leitende Ärztin und Intensivmedizinerin im Gesundheitszentrum Val Müstair ihre Teilnahme am SwiSCI-Hausarztprojekt.



Die Vorsorge und frühzeitige Diagnose von Erkrankungen ist ausserordentlich wichtig. Betroffene können so dazu beitragen, dass Erkrankungen nur einen milden Verlauf nehmen oder gar nicht erst ausbrechen.

Gleichzeitig erfordert die Häufigkeit und Komplexität von Erkrankungen bei einer Querschnittlähmung eine spezialisierte und interdisziplinäre Gesundheitsversorgung, wie sie in Paraplegikerzentren angeboten wird. Genau für diese Herausforderung kann das Hausarztprojekt einen entscheidenden Beitrag leisten:

- Querschnittspezifische Expertise im vertrauten Umfeld bei gesundheitlichen Fragen und Problemen
- Regelmässige Schulungen der teilnehmenden Hausärzte mit Fokus auf häufige Komplikationen bei Querschnittlähmung
- Verbesserte Zusammenarbeit zwischen Hausarzt*innen und Facharzt*innen der Paraplegikerzentren

Wissenschaftliche Begleitung

Das SwiSCI-Hausarztprojekt begann 2020 und wird bis Ende 2022 abgeschlossen. Die Studienleiter möchten herausfinden, welche Auswirkungen es auf die Gesundheit der Studienteilnehmenden hat, wenn sie eine teilnehmende Hausärztin als Erstkontakt bei gesundheitlichen Fragen aufsuchen. Dafür findet im Untersuchungszeitraum dreimal eine Datenerhebung per Fragebogen statt, der an die Teilnehmenden verschickt wird.

➔ **Wissenswert**
Mehr Informationen zum Projekt und den teilnehmenden Hausarztpraxen: www.swisci.ch