

# «SMARTER MEDICINE» – WENIGER KANN MEHR SEIN

**Text: Flavian Cajacob**

Die moderne Medizin macht vieles möglich. Doch nicht alles, was technisch möglich ist, ist medizinisch sinnvoll. Mit «smarter medicine» beugt das Spital Limmattal Fehl- und Überversorgung vor. In der Verantwortung stehen aber auch die Patientinnen und Patienten.



[www.smartermedicine.ch](http://www.smartermedicine.ch)

Das beste Netz, die tollste Ausrüstung, der exklusivste Service: Die Werbung verspricht uns vieles, wenn der Tag lang ist – und wir haben uns diese Maxime über die Jahre hinweg verinnerlicht. Hand aufs Herz: Wer in der Schweiz lebt, für den ist nach persönlichem Empfinden sowieso nur das Beste gut genug. Das gilt auch und in ganz besonderem Masse für die Gesundheit. Jährlich investiert unsere Null-Risiko-Gesellschaft Milliarden in Versicherungen und Krankenkassen, um im Falle eines Falles bestens beraten und versorgt zu sein. Wer viel zahlt, hat folgerichtig auch hohe Ansprüche.

## Unumgänglich oder unnötig?

Das bleibt allerdings nicht ohne Folgen. Einhergehend mit dem generellen Fortschritt in Diagnostik, Behandlung und Therapie, hat die gesteigerte Erwartungshaltung seitens Patientenschaft in den letzten Jahren mitunter zu einer medizinischen Über- und Fehlversorgung geführt. Eine repräsentative Umfrage des Meinungsforschungsinstituts GfK im Jahre 2018 hat ergeben: Mehr als die Hälfte der Menschen in der Schweiz hat das Gefühl, sie selber oder eine Person aus dem nächsten Umfeld seien medizinisch schon einmal unnötig behandelt worden. Gemäss einer weiteren Studie, die 2012 im Auftrag der Schweizerischen Akademie der Medizinischen Wissenschaften durchgeführt worden ist, sind zwischen 20 und 30 Prozent der medizinischen Eingriffe unangebracht oder gar überflüssig.

Zahlen, die zu denken geben. Zahlen, die es jedoch zu relativieren gelte, sagt Prof. Dr. med. Alain Rudiger, Chefarzt Medizinische Klinik am Spital Limmattal und Mitglied der Spitalleitung. «Solche Studien sind meist rückwirkend ausgelegt, sie gehen also von der Annahme aus, was hätte sein können, nicht von dem, was tatsächlich gewesen ist.» Durch Untersuchungen müssten primär

gefährliche und behandelbare Krankheiten ausgeschlossen werden. In der Praxis verhalte es sich diesbezüglich ähnlich wie mit einem Autoservice. «Wenn Sie Ihren Wagen regelmässig von der Garage warten lassen und nie eine Panne haben, kommen Sie nachträglich vielleicht auch zum Schluss, dass Sie sich diesen Service eigentlich hätten sparen können – wenngleich Sie gar nicht wissen können, wie es dann herausgekommen wäre.» Also alles halb so schlimm? Alain Rudiger schüttelt den Kopf. «Nein, natürlich nicht, auch im Spital Limmattal wollen wir Fehl- und Überversorgung vermeiden und die Mitarbeitenden für das Thema sensibilisieren.»

## Infografiken für besseres Verständnis

Seit vier Jahren ist das Spital Limmattal deshalb Partner von «smarter medicine – Choosing Wisely Switzerland». Der Verein macht Ärztinnen und Ärzte, das Pflegefachpersonal, Patientinnen und Patienten sowie



### Prof. Dr. med. Alain Rudiger

Chefarzt Medizinische Klinik am Spital Limmattal und Mitglied der Spitalleitung

«Unser Ziel ist immer, alles zu machen – alles, was medizinisch sinnvoll ist und dem Patienten nützt, aber nicht alles, was technisch möglich ist und dem Patienten schadet.»

die Gesellschaft per se auf medizinische Fehl- und Überversorgung aufmerksam (siehe Kasten). Bei Letzterer – so viel zur Begriffsklärung – geht die Versorgung über den tatsächlich angezeigten Bedarf hinaus, von Fehlversorgung hingegen wird gesprochen, wenn der potenzielle Schaden einer Versorgung den effektiven Nutzen überwiegt.

«Mit gezielten Kampagnen und Infografiken können wir aufzeigen, welche Abklärungen und Therapien zu welchem Zeitpunkt angebracht und sinnvoll sind – und wo ein Zuwarten oder alternative Herangehensweisen weit hilfreicher wären, respektive mehr bringen würden», erläutert Daniela Mächler, Leiterin Qualitäts- und Risikomanagement im Spital Limmattal. Dezidiert fügt sie hinzu: «Dabei handelt es sich nicht um zwingende Vorgaben, sondern um Empfehlungen. Letztlich soll sicherlich niemandem der Zugang zu einer sinnvollen Behandlung verwehrt werden.»

Gerade die auf die jeweiligen Fachgebiete abgestimmten Infografiken und «Top Five»-Listen bieten den behandelnden Ärztinnen und Ärzten eine gewisse Orientierungs- und Argumentationshilfe.

Wenngleich – auch das hat eine repräsentative Studie ergeben – Ärztinnen und Ärzte heute schon die in den Listen aufgeführten Empfehlungen befolgen. «Insofern dienen diese primär als Absicherung, als Erinnerung und Bestätigung, den richtigen Weg eingeschlagen zu haben», so Alain Rudiger. Grundsätzlich richten sich die Checklisten nach den Empfehlungen für evidenzbasierte und effiziente Medizin. Sie beruhen allesamt auf nationalen und internationalen Studien. Als Beispiel kann der Einsatz von Bluttransfusionen vor Augen geführt werden. Blutkonserven können zwar lebensrettend sein, bei einem zu grosszügigen Einsatz indes wiegen die Nachteile plötzlich schwerer als die Vorteile. Aus diesem Grund wurden

daraus Empfehlungen der Schweizerischen Gesellschaft für Allgemeine Innere Medizin und der Schweizerischen Gesellschaft für Intensivmedizin abgeleitet, wonach Bluttransfusionen restriktiv einzusetzen sind. Dadurch kann die Behandlungsqualität erhalten bleiben, gleichzeitig werden Risiken unerwünschter Wirkungen minimiert und erst noch Kosten eingespart.

Weniger ist mehr, optimal nicht maximal, zuwarten statt vorpreschen: Ein bisschen käme «smarter medicine» aber auch einem Paradigmenwechsel gleich, führt Alain Rudiger aus. Zumindest dann, wenn man das Dasein als Mediziner nach althergebrachtem Muster interpretiere. «Von einem Arzt wird ja grundsätzlich erwartet, dass er etwas tut, nicht, dass er etwas nicht tut.» Es sei noch kaum einmal ein Mediziner verurteilt worden, wenn er eine Untersuchung zu viel gemacht habe. Umgekehrt kann das Verpassen einer Diagnose aufgrund einer nicht durchgeführten Untersuchung in einem Haftpflichtprozess enden. Auch das

hat mit der Erwartungshaltung zu tun, die in den Köpfen und im Wartezimmer sitzt. Wie hielt der römische Philosoph Epiktet bereits vor zweitausend Jahren treffend fest? «Einem Arzt, der nichts verschreibt, zürnen die Kranken und glauben, sie seien von ihm aufgegeben.» Diese Erwartungshaltung, gepaart mit der Angst, eine Diagnose zu verpassen, trüge sicherlich ihren Teil zur Überversorgung bei, ist sich Alain Rudiger sicher. Insofern könnten wissenschaftlich abgestützte Kampagnen wie «smarter medicine» auch für Sicherheit sorgen – im Entscheiden, im Handeln, im Argumentieren.

Gerade hier sieht Daniela Mächler auch das grosse Plus von «smarter medicine». Speziell die verständlich gehaltenen Infografiken erleichterten die Kommunikation mit Patientinnen und Patienten enorm, sagt sie. «Insbesondere in Bereichen, in denen eine hohe Erwartungshaltung herrscht und Betroffene mit der vorgefassten Meinung ins Spital kommen, dass diese oder jene



**Risiken und Nebenwirkungen, augenfällig erklärt**

Nebst inzwischen 19 «Top 5»-Listen, welche in Form von Checklisten und Argumentarien an die Ärztinnen und Ärzte der unterschiedlichen Fachbereiche gerichtet sind, hat «smarter medicine» auch diverse Infografiken erarbeitet, mit denen den Patientinnen und Patienten im Rahmen einer Konsultation exemplarisch aufgezeigt werden kann, weshalb welche Behandlungsmöglichkeiten im Moment wenig bis gar keinen Sinn ergeben respektive zusätzliche Risiken aufweisen. Diese Falblätter sind thematisch gegliedert in die Punkte «Fakten» und «Risiken und Nebenwirkungen». Solche Infografiken bestehen u. a. für Fragen rund um Rückenschmerzen und den Einsatz von Antibiotika.

**Spital Limmattal früh mit von der Partie**

Der Trägerverein «smarter medicine – Choosing Wisely Switzerland» wurde 2017 mit dem Ziel ins Leben gerufen, die Öffentlichkeit hinsichtlich Fehl- und Überversorgung zu sensibilisieren. «smarter medicine» (klügere Medizin) knüpft an die amerikanische Initiative «Choosing Wisely» (klug auswählen) an, welche nicht allein kluge Entscheide im Bereich der Medizin herbeiführen, sondern auch die offene Diskussion zwischen Ärzteschaft und Patientinnen und Patienten fördern will. Neben medizinischen Fachgesellschaften, wie etwa der Schweizerischen Gesellschaft für Allgemeine Innere Medizin (SGAIM), der Schweizerischen

Akademie der Medizinischen Wissenschaften (SAMW) oder dem Schweizerischen Verband der Berufsorganisationen im Gesundheitswesen (svbg), gehören dem breit abgestützten Trägerverein auch die Stiftung Konsumentenschutz (SKS) oder die Schweizerische Stiftung Patientenschutz (SPO) an. Das Spital Limmattal, seit 2018 Partner von «smarter medicine – Choosing Wisely Switzerland», war schweizweit eines der ersten Spitäler, das eine Zusammenarbeit mit dem Trägerverein der Kampagne eingegangen ist.





### Daniela Mächler

Leiterin Qualitäts- und Risikomanagement  
am Spital Limmattal

«Mit «smarter medicine» soll niemandem der Zugang zu einer Behandlung verwehrt werden.»

Massnahme die einzig richtige sei.» Der visuelle Zugang zu einer mitunter komplexen Materie vermittelt auf einfache und non-verbale Art, weshalb der Verzicht auf eine als üblich angenommene Massnahme für Patientinnen und Patienten von Vorteil ist und welche Risiken mit den jeweiligen Behandlungen einhergehen. «Das kann sich direkt auf die Lebensqualität der Betroffenen auswirken und steigert die Qualität der medizinischen Leistung insgesamt. Wenn zusätzlich noch Kosten gesenkt werden können, dann profitieren alle davon – aber ganz bestimmt ist das nicht der zentrale Antrieb», betont Daniela Mächler. «Wer im Gesundheitswesen auf gute Qualität achtet, der wird die Kosten senken. Wer jedoch nur die Kosten senken will, der reduziert damit auch die Qualität», ergänzt Alain Rudiger.

### Gespräch von zentraler Bedeutung

So liegt es ebenso am medizinischen Fachpersonal wie an den Patientinnen und Patienten, eine Güterabwägung vorzunehmen, um Risiken und Nutzen, Vor- und Nachteile einer Diagnose oder einer Therapie in Relation zueinander zu setzen. «Das Gespräch zwi-

schen Behandelnden, Patientinnen und Patienten nimmt dahingehend auch weiterhin eine ganz zentrale Rolle ein», stellt Daniela Mächler klar. «Es findet keine Rationierung statt, der Entscheid, ob eine medizinische Massnahme ergriffen wird oder nicht, wird immer individuell und gemeinsam mit den betroffenen Personen gefällt.»

Letztendlich geht es bei «smarter medicine» darum, für ein konkretes Problem die optimale Lösung zu finden – und nicht zwangsläufig die maximale. Als Beispiel zieht Alain Rudiger die Volkskrankheit Rückenschmerzen heran. In neun von zehn Fällen verschwänden diese binnen sechs Wochen von selber. «Statt also gleich am zweiten Tag ein Röntgenbild anzufertigen, das die Patientin oder den Patienten einer Strahlungsbelastung aussetzt, können Physiotherapie und Schmerzmittel Linderung verschaffen – geröntgt wird in der Regel erst nach sechs Wochen. Wichtig bleibt aber, in Ausnahmefällen trotzdem frühzeitig eine Untersuchung einzuleiten. Beispielsweise, wenn Lähmungserscheinungen auftreten oder der Verdacht auf einen Infekt oder einen bösartigen Tumor besteht.»

Auch hier gelte es natürlich, individuell vorzugehen und ein gesundes Augenmass walten zu lassen. «In der Regel zeigen sich Patientinnen und Patienten aber äusserst dankbar, wenn man ihnen schlüssig aufzeigen kann, dass bekannte Massnahmen oder Eingriffe nach aktuellem Stand der Wissenschaft nicht angebracht sind», so Alain Rudiger. Ist dies der Fall, so hat «smarter medicine» ihr Ziel auf jeden Fall erreicht: sowohl Arzt und Ärztin als auch Patientin und Patient für den Fakt zu sensibilisieren, dass weniger mitunter eben doch mehr ist.

INTERVIEW ZU «SMARTER MEDICINE»

## «Förderung der Behandlungsqualität»

**Thomas Brack\*, das Spital Limmattal ist 2018 als eines der ersten Spitäler der Schweiz eine Partnerschaft mit «smarter medicine – Choosing Wisely Switzerland» eingegangen. Was hat Sie damals an der Kampagne überzeugt?**

Das Thema Qualität beschäftigt uns am Spital Limmattal tagtäglich. Doch Qualität in der Praxis in einen messbaren Wert umzuwandeln, das ist schwieriger, als man es sich vielleicht vorstellt. «smarter medicine» liefert diesbezüglich einen spannenden Ansatz und geht in die korrekte Richtung: Die Kampagne lenkt den Fokus auf die Indikation, also die Frage, wann eine medizinische Behandlung angemessen ist, welche Wirkung sie hat – und wann sie unnötig oder gar falsch sein könnte. Das macht den Begriff Qualität zum einen greifbarer, zum anderen hält es sowohl Ärztinnen und Ärzte als auch Patientinnen und Patienten dazu an, sich grundlegend Fragen zur Notwendigkeit gewisser Behandlungen zu stellen.

**Ich muss als Patientin/Patient inskünftig also vermehrt insistieren, um diese oder jene Behandlung zu bekommen?**

Nein, sicher nicht. Niemandem wird der Zugang zu wichtigen Eingriffen oder notwendigen Behandlungen verschlossen. Ganz im Gegenteil: «smarter medicine» bietet eine praktische und fassbare Grundlage, um seriös Entscheide fällen zu können – gemeinsam, im Gespräch, Ärztin und Patient. Jede und jeder erhält auch in Zukunft die Behandlung, welche adäquat und am erfolgversprechendsten erscheint. Ich bin überzeugt, dass die kritische Auseinandersetzung sich letztlich positiv auf die Behandlungsqualität auswirkt. Für mich hat «smarter medicine» auch viel damit zu tun, welche Kultur in einem Spital gelebt wird.

**Wie meinen Sie das?**

Indikationsmedizin, wie sie ein Spital wie das unsrige praktiziert, ist heutzutage häufig dem Generalverdacht unterstellt, Überversorgung zu betreiben. Wir wissen, dass das nicht stimmt. Mit «smarter medicine» haben wir jetzt aber zusätzlich ein Instrument in Händen, das objektiv und wissenschaftlich fundiert Aufschluss darüber liefert, welche Behandlungen und Eingriffe zu welchem Zeitpunkt und unter welchen Umständen angebracht sind und bei welchen vielleicht eine Alternative sinnvoller und mit weniger Risiko für den Patienten verknüpft wäre. Ärztinnen und Ärzte agieren heutzutage in der Regel sowieso entsprechend diesen Grundsätzen, «smarter medicine» bekräftigt und unterstützt sie in diesem Falle in der Entscheidungsfindung.

**Und letztendlich können auch Kosten reduziert werden ...**

Bei «smarter medicine» geht es nicht primär ums Geld, sondern wie gesagt darum, Qualität handfester, greifbarer zu machen. Wenn Gelder eingespart werden, weil Unnötiges nicht gemacht wird, dann werden diese wieder frei für Notwendiges. Oder das Gesundheitssystem profitiert als Ganzes davon, weil beispielsweise die Krankenkassenprämien nicht steigen. Das ist eine einfache, aber sicher nicht die zentrale Rechnung. «smarter medicine» will qualitativ hochwertige Leistung richtig anwenden, also auf die jeweiligen Patientinnen und Patienten und die jeweilige Situation zugeschnitten. Das ist genau das, was wir uns im Spital Limmattal schon vor Jahren auf die Fahne geschrieben haben: Top Medizin. Persönlich. Individuell.

\* Spitaldirektor

## 5 FRAGEN, DIE PATIENTINNEN UND PATIENTEN STELLEN SOLLTEN

Ärztin, Arzt, Patientin und Patient: Sie bilden eine Partnerschaft in Sachen Gesundheit. Deshalb ist es wichtig, sich gut auf eine Konsultation vorzubereiten. Fünf grundlegende Fragen helfen mit, richtige Entscheide zu fällen und unnötige Eingriffe oder Therapien frühzeitig auszuschliessen.

1

**Gibt es mehrere Behandlungsmöglichkeiten?**

Es gibt fast immer mehrere Behandlungs- oder Therapiemöglichkeiten. Sprechen Sie mit Ihrer Ärztin, Ihrem Arzt über alle Optionen. Im gemeinsamen Gespräch können Sie herausfinden, welche dieser Möglichkeiten für Sie am geeignetsten ist und Ihren Bedürfnissen am besten entspricht.

2

**Was sind die Vor- und Nachteile der empfohlenen Behandlung?**

Fragen Sie nach dem Nutzen, aber auch nach dem Schaden, der mit der empfohlenen Behandlung entstehen kann. Je mehr Sie über eine Behandlung wissen, desto besser können Sie entscheiden, was Ihnen wichtig ist, desto mehr wissen Sie über mögliche Nebenwirkungen, die auftreten können.

3

**Wie wahrscheinlich sind die Vor- und Nachteile?**

Sie sollten nicht nur wissen, welches die Chancen und Risiken einer Behandlung sind, Sie sollten auch wissen, wie gross die Wahrscheinlichkeit ist, dass diese eintreten. Lassen Sie sich dazu von Ihrer Ärztin, Ihrem Arzt aufklären und wägen Sie im Gespräch ab, welchen Einfluss die Behandlung auf Ihren Gesundheitszustand und Ihre Lebensumstände haben kann.

4

**Was passiert, wenn ich nichts unternehme?**

Manchmal kann man zuwarten. Und manche Beschwerden verschwinden von alleine wieder oder werden nicht besser, wenn man sie behandelt. Sprechen Sie mit Ihrer Ärztin, Ihrem Arzt darüber, was die Konsequenzen sind, wenn Sie keine medizinische Behandlung möchten oder lieber noch abwarten.

5

**Was kann ich selbst tun?**

Gesundheit lässt sich nicht einfach delegieren. Wie schnell Sie wieder gesund werden, hängt auch von Ihnen ab. Fragen Sie deshalb, was Sie ganz konkret tun können, um Ihre Gesundheit positiv zu beeinflussen. Auch bei chronischen Erkrankungen können Sie dazu beitragen, ein Fortschreiten zu verlangsamen oder zu verhindern.