

## Aktiv mit chronischer Krankheit und Krebs umgehen – Gesundheitskompetenz und Selbstmanagement fördern

- **durchführende Einrichtungen:** Frauengesundheitszentrum, Graz in Kooperation mit der Medizinischen Universität Graz, KAGes und dem Comprehensive Cancer Center
- **Laufzeit der Maßnahme:** 1. Jänner 2023 bis 31. Dezember 2024
- **Schwerpunkt:** Gute Gesundheitsinformation (GGI), Bürger- und Patientenempowerment (BPE)
- **Wirkungsbereich:** Steiermark

### Beschreibung

Chronische Krankheiten und Krebs stellen die Gesundheitsversorgung sowie Betroffene und Angehörige vor zahlreiche Herausforderungen. Die Lebensqualität der Betroffenen und ihrer Angehörigen ist teils stark beeinflusst und die Krankheit erfordert enorme Anpassungen im Alltag. Frauen\* und Männer\* mit chronischen Krankheiten und Krebs benötigen gute Gesundheitskompetenz und ein gutes Selbstmanagement, um den Alltag aktiv bewältigen zu können.

### Zielsetzung

Strategisches Ziel des Projektes ist es, erprobte Methoden zur Förderung von Gesundheitskompetenz und Selbstmanagement nachhaltig in die Versorgung und Begleitung von Frauen\* und Männern\* mit chronischen Krankheiten und Krebs und deren Angehörigen am LKH-Univ. Klinikum Graz zu implementieren. Dies wird durch folgende operative Ziele erreicht:

- Veranstaltungen in Form von 6 Patientinnen/Patienten-Tagen am LKH-Univ. Klinikum Graz durchführen
- Gesundheitskompetenz und die Selbstmanagementfähigkeiten von betroffenen Frauen\* und Männern\* durch 12 vertiefende Workshops, 30 Einzelberatungen und durch geschlechtergerechte, mehrsprachig verfügbare Patientinnen/Patienten –Informationen nachhaltig fördern
- Unter Einbindung der Expertise von Mitarbeiterinnen/Mitarbeitern, Multiplikatorinnen/Multiplikatoren und Stakeholdern an der Klinik Maßnahmen zu entwickeln und umzusetzen, wie Gesundheitskompetenz- und Selbstmanagementförderung nachhaltig und langfristig im klinischen Alltag etabliert werden können. *Subziele:*

### Zielgruppen

- Zielgruppen im Setting Familie: Menschen mit Behinderung/chronischer/schwerer Erkrankung

## Methodik

Im Rahmen des Projektes werden Angebote in Form von Patienten-Tagen am LKH-Univ. Klinikum Graz und vertiefende Workshops und Einzelberatungen angeboten. Darüber hinaus werden mehrsprachige Patienten-Informationen zu Gesundheitskompetenz und Selbstmanagement sowie zur Versorgungslandschaft begleitend zur Verfügung gestellt. Durch die Identifikation von Schlüsselpersonen sollen unter Nutzung der klinikinternen Expertise Maßnahmen zur nachhaltigen Verankerung von Gesundheitskompetenz- und Selbstmanagementförderung durchgeführt werden. Inhalte der einzelnen Maßnahmen sind:

- Einführung in die Konzepte Gesundheitskompetenz & Selbstmanagement
- Kriterien guter Gesundheitsinformation
- Vorbereitung auf die Kommunikation mit Fachpersonen
- Patienten-Rechte kennen
- Zurechtfinden im Gesundheitssystem und der Versorgungslandschaft der Steiermark
- Selbstmanagementtools kennenlernen

## Beitrag zum Wirkungsziel 1

Das Projekt setzt in der zweijährigen Laufzeit Maßnahmen zur langfristigen Verankerung von Gesundheitskompetenz- und Selbstmanagementförderung im LKH-Univ. Klinikum Graz. Ziel ist, dass beide Konzepte ein fixer Bestandteil in der Versorgung der Zielgruppe sind und weiterhin ein kostenfreies und niedrighschwelliges Angebot zur Verfügung steht.

## Beitrag zum Wirkungsziel 2

Gute Gesundheitsinformationen und das Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten sind die Voraussetzung dafür, sich gesundheitlichen Herausforderungen aktiv zu stellen. Gesundheitskompetenzförderung geht mit besserem Selbstmanagement und somit mit besserer Gesundheit einher. Es ist also eine zentrale Herausforderung aller Akteurinnen/Akteure des Gesundheitssystems, Betroffene und Angehörige sowohl in ihrer Gesundheitskompetenz als auch ihren Selbstmanagementfähigkeiten zu stärken. Dieses Projekt setzt genau hier an. Betroffene erfahren Möglichkeiten, kompetent mit Informationen zu ihrer Erkrankung und dem Alltag mit der Erkrankung umzugehen. Im Rahmen der Selbstmanagementförderung findet auch der Aspekt der Umsetzung der Gesundheitsinformationen im Alltag Beachtung.