



# Checkliste

## Gesundheitsförderung und Gesundheitskompetenz in der Hausarztpraxis

Eine moderne Arztpraxis setzt verstärkt auf **Gesundheitsorientierung**, d. h., dass Krankheitsprävention, Gesundheitsförderung und Gesundheitskompetenz als zentrale Handlungsfelder in der Primärversorgung positioniert werden – sowohl hinsichtlich der Mitarbeiter:innen als auch in Bezug auf die Patient:innen. Eine an Gesundheit orientierte Einrichtung in der Primärversorgung versteht einzelne Patient:innen, aber auch die Bevölkerung im Einzugsgebiet ganzheitlich und in ihrem sozialen Umfeld.

Diese Checkliste ermöglicht eine rasche Einschätzung, wie weit Ihre Praxis Gesundheitsförderung und Gesundheitskompetenz bereits integriert hat und welches Verbesserungspotenzial es noch gibt. Sie richtet sich an **Einzel-, Gruppenordinationen und Primärversorgungseinheiten**, die bereits gezielt Gesundheitsförderung und Gesundheitskompetenz der Mitarbeiter:innen und ihrer Patient:innen stärken oder sich Ideen dafür holen möchten. Die Checkliste soll Reflexion ermöglichen, Denkanstöße liefern und Stärken und Schwächen aufzeigen. Die Checkliste ist in drei Bereiche mit verschiedenen Unterkategorien gegliedert:

1. Organisation und Praxisführung
  - » Ressourcen und Commitment
2. Gesundheitsförderung und Gesundheitskompetenz der Mitarbeiter:innen
  - » Fort- und Weiterbildungen
  - » Selbstfürsorge und betriebliche Gesundheitsförderung
3. Gesundheitsförderung und Gesundheitskompetenz der Patient:innen
  - » Navigation und Angebote
  - » Kommunikation
  - » Schriftliche Information

Sie können die gesamte Checkliste oder einzelne Aspekte daraus verwenden, auf die Sie einen Schwerpunkt legen möchten. Am besten wird die Checkliste in drei Schritten bearbeitet: Zuerst soll jedes Teammitglied einzeln eine Einschätzung machen, danach können Sie in der Gruppe über die verschiedenen Einschätzungen diskutieren, um anschließend mögliche Maßnahmen zur Verbesserung zu erarbeiten.

### 1. Organisation und Praxisführung

Gesundheitsförderung und Gesundheitskompetenz sind in den Strukturen, den Prozessen und der Kultur der Praxis verankert.



#### Ressourcen und Commitment

- Wir sind bemüht, die Gesundheitsorientierung unserer Praxis zu überprüfen und zu verbessern.
- Wir sind bereit, stetige Verbesserungs- und Veränderungsprozesse zu Gesundheitsorientierung einzugehen.
- Wir unterstützen Weiterbildungen zu Gesundheitsförderung und Gesundheitskompetenz auch durch die Widmung finanzieller Mittel.



## 2. Gesundheitsförderung und Gesundheitskompetenz der Mitarbeiter:innen

*Gesundheitsorientierung ist Thema bei der Personalentwicklung. Mitarbeiter:innen werden regelmäßig geschult und profitieren selbst von der gesundheitsorientierten Ausrichtung der Praxis.*



### Fort- und Weiterbildungen

*Unsere Praxis bemüht sich um Fort- und Weiterbildungen oder Unterstützung zu folgenden Aspekten:*

- Patientenzentrierte Gesprächsführung, insbesondere durch
  - » Verwendung einfacher Alltagssprache,
  - » aktives Zuhören, Anregen von Fragen,
  - » Sicherstellen, dass das Gesagte verstanden wurde (z. B. durch Rückbestätigungstechniken wie „Chunk and Check“ oder „Teach-Back“).
- Umgang mit emotionalen Patient:innen und Deeskalation
- Diversität der Patient:innen in Hinblick auf Kultur, Religion, Sprache, sexuelle Orientierung



### Selbstfürsorge und betriebliche Gesundheitsförderung

*In unserer Praxis wird daran gearbeitet, das Wohlbefinden aller Mitarbeiter:innen am Arbeitsplatz zu steigern (z. B. durch Anpassen von Arbeitsprozessen, Arbeitszeiten, Umgang der Mitarbeiterinnen miteinander).*

- In unserer Praxis gibt es Angebote zur Förderung unserer Gesundheit und zur Vermeidung von Krankheiten, wie z. B.
  - » Möglichkeiten für ergonomisches Sitzen,
  - » Schulungen zur Schonung von Sprache/Stimme,
  - » Tipps zum Umgang mit Stress,
  - » Angebot von Gratisimpfungen / Impfpass-Checks / Vorsorgeuntersuchungen etc.

## 3. Gesundheitsförderung und Gesundheitskompetenz der Patient:innen

*Unsere Praxis ist bemüht, die Gesundheit und Gesundheitskompetenz der Patient:innen zu verbessern. Wir binden Patient:innen in die Entwicklung von Unterlagen und Angeboten ein.*



### Navigation und Angebote

- Wir bieten Kurz- oder Intensivberatungen zu wichtigen Risikofaktoren wie Tabak, Alkohol, ungesunder Ernährung und Bewegungsmangel an.
- Wir vermitteln Patient:innen an regionale Gesundheitsförderungsangebote weiter (z. B. Raucherentwöhnung, Bewegungsangebote, Ernährungsberatung usw.).
- Wir kooperieren mit anderen Einrichtungen in der Region (z. B. Selbsthilfegruppen, regionale Gesundheitsförderungsangebote).
- Wir unterstützen Patient:innen bei der Orientierung und Navigation im Gesundheitssystem (z. B. Überweisung zu Fachärztinnen oder Fachärzten, Abrechnungen mit der Gesundheitskasse).
- Wir überprüfen gemeinsam mit Patient:innen, ob Dokumente und Angebote für sie verständlich und relevant sind (z. B. Informationsblätter, rechtliche Informationen, Einverständniserklärungen).
- Wir holen regelmäßig Feedback von Patient:innen ein (z. B. Feedbackbogen, Kummerkasten etc.) und berücksichtigen dieses bei der Entwicklung und Verbesserung unserer Angebote.
- Wir ermöglichen barrierefreie Kontaktaufnahme über Website, E-Mail und Telefon.
- In unserer Praxis kann man sich leicht zurechtfinden (durch klare Beschilderung, Wegweiser usw.).



## Kommunikation

- Wir stärken Patient:innen darin, eine aktive Rolle und Selbstmanagement zu übernehmen (Identifikation von Ressourcen, Führen von Aufzeichnungen usw.).
- Wir ermutigen Patient:innen ausdrücklich dazu, Fragen zu ihrer Situation zu stellen (z. B. Verwendung der „3 Fragen für meine Gesundheit“).
- Unsere Patient:innengespräche zielen darauf ab, eine gemeinsame Entscheidung bezüglich der Behandlung zu treffen.
- Wir widmen Patient:innengesprächen ausreichend Zeit.
- Wir halten wichtige Informationen und Kernbotschaften des Gesprächs für unsere Patient:innen bei Bedarf schriftlich fest.



## Schriftliche Information

- In unserer Praxis gibt es frei zugängliche Gesundheitsinformationen und Hinweise auf gesundheitsorientierte Veranstaltungen für Patient:innen und Besucher:innen.
- Alle aufliegenden Gesundheitsinformationen werden von uns qualitätsgesichert (z. B. durch die Checkliste „Gute Gesundheitsinformation“); unpassende Informationsmaterialien werden regelmäßig aussortiert.
- Wir gestalten alle schriftlichen Materialien (z. B. Informationsblätter, Formulare, rechtliche Informationen, Einverständniserklärungen) in einfacher Sprache und barrierefrei.
- Wir bieten Informationen in verschiedenen Sprachen an.
- Bei Medikamentenverschreibungen erklären wir die Einnahme in einfacher Sprache. Wir verwenden dafür Medikamentenschachteln, Dispenser, Tabellen etc. zur Erläuterung.

### Quellen und weiterführende Informationen

- » Rahmenbedingungen in Organisationen und Settings: <https://oepgk.at/rahmenbedingungen-in-organisationen-und-settings>
- » 3 Fragen für meine Gesundheit: <https://oepgk.at/schwerpunkte/buerger-und-patientenempowerment/3-fragen-fuer-meine-gesundheit>
- » Gesundheitskompetenz in Organisationen verwirklichen – Wie kann das gelingen?: <https://oepgk.at/website2023/wp-content/uploads/2023/04/praxisleitfaden.pdf>
- » 2020 Standards für Gesundheitsfördernde Krankenhäuser und Gesundheitseinrichtungen: <https://www.hphnet.org/wp-content/uploads/2022/02/German-2020-HPH-Standards.pdf>
- » Selbsteinschätzung als Methode für gesundheitskompetente Organisationen: <https://oepgk.at/website2023/wp-content/uploads/2023/04/factsheet-selbsteinschaetzung.pdf>
- » Selbsteinschätzungsinstrument für Gesundheitskompetenz in Primärversorgungseinheiten: <https://oepgk.at/website2023/wp-content/uploads/2023/04/selbsteinschaetzungsinstrument-pve.pdf>
- » Checkliste Gute Gesundheitsinformation: <https://oepgk.at/website2023/wp-content/uploads/2023/04/oepgk-gesundheitsinformation-allg-checkliste-bfrei.pdf>
- » Netzwerk Betriebliche Gesundheitsförderung: <https://www.netzwerk-bgf.at/cdscontent/?contentid=10007.888154&portal=nbgfportal>
- » Orientierungshilfe: Gesundheitsförderungsangebote in der Region: <https://oepgk.at/website2023/wp-content/uploads/2023/11/orientierungshilfe-final.pdf>
- » Gute Gesundheitsinformationen erkennen: <https://oepgk.at/website2023/wp-content/uploads/2024/02/gesundheitsinformationen-erkennen-final.pdf>



---

erstellt im Rahmen des Projekts „*Umsetzung von Gesundheitskompetenz und Gesundheitsförderung bei Hausärztinnen und -ärzten*“ im Auftrag des BMSGPK, finanziert aus den Mitteln der Agenda Gesundheitsförderung

Autor:innen Lisa Gugglberger, Christoph Schmotzer und die Mitglieder der AG GKO der ÖPGK

Diese Checkliste basiert auf folgender Publikation: Dietscher, Christina; Lorenz, Jakob; Pelikan, Jürgen (2015): Das Selbstbewertungs-Instrument zum Wiener Konzept Gesundheitskompetenter Krankenbehandlungsorganisationen (WKGKKO-I). Ludwig Boltzmann Institut Health Promotion Research (LBIHPR), Wien

---