

Doktor, wie geht es Ihnen?

Gesundheitsmonitoring für bessere Ärztegesundheit

Aktuelle News...

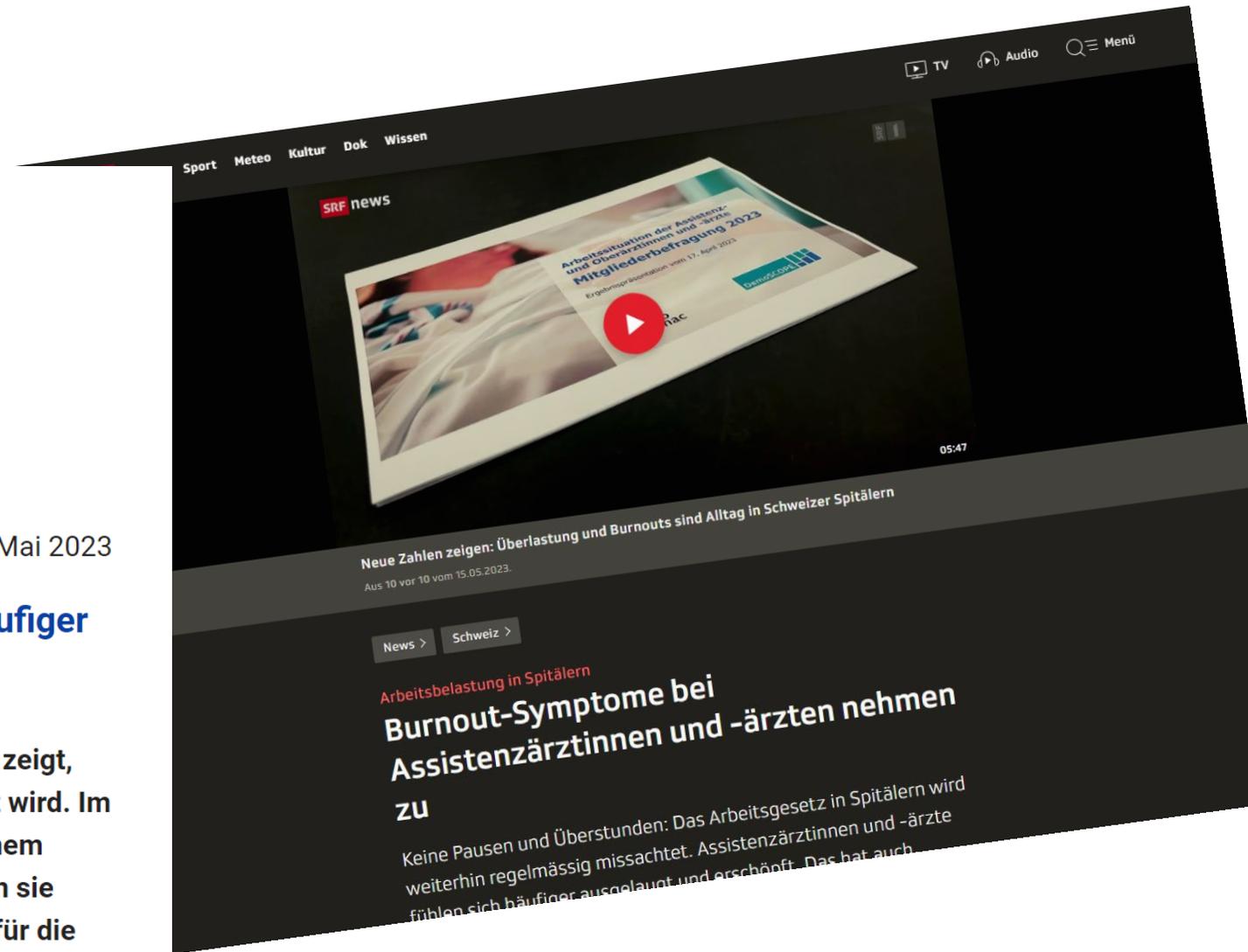


vsao-Medienmitteilung

Bern, 15. Mai 2023

Assistenz- und Oberärztinnen und -ärzte sind immer häufiger erschöpft

Die neueste Befragung von Assistenz- und Oberärztinnen und -ärzten zeigt, dass das Arbeitsgesetz in Spitälern weiterhin regelmässig missachtet wird. Im Durchschnitt arbeiten Assistenz- und Oberärztinnen und -ärzte bei einem 100%-Pensum mehr als 56 Stunden pro Woche. Immer häufiger fühlen sie sich deswegen müde, ausgelaugt und erschöpft. Mögliche Lösungen für die untragbare Situation sollen an einem Runden Tisch diskutiert werden.



Studien und Umfragen – VSAO
Arbeitsbelastung in Spitälern - Burnout-Symptome bei Assistenzärztinnen und -
ärzten nehmen zu - News - SRF

... die Konsequenzen

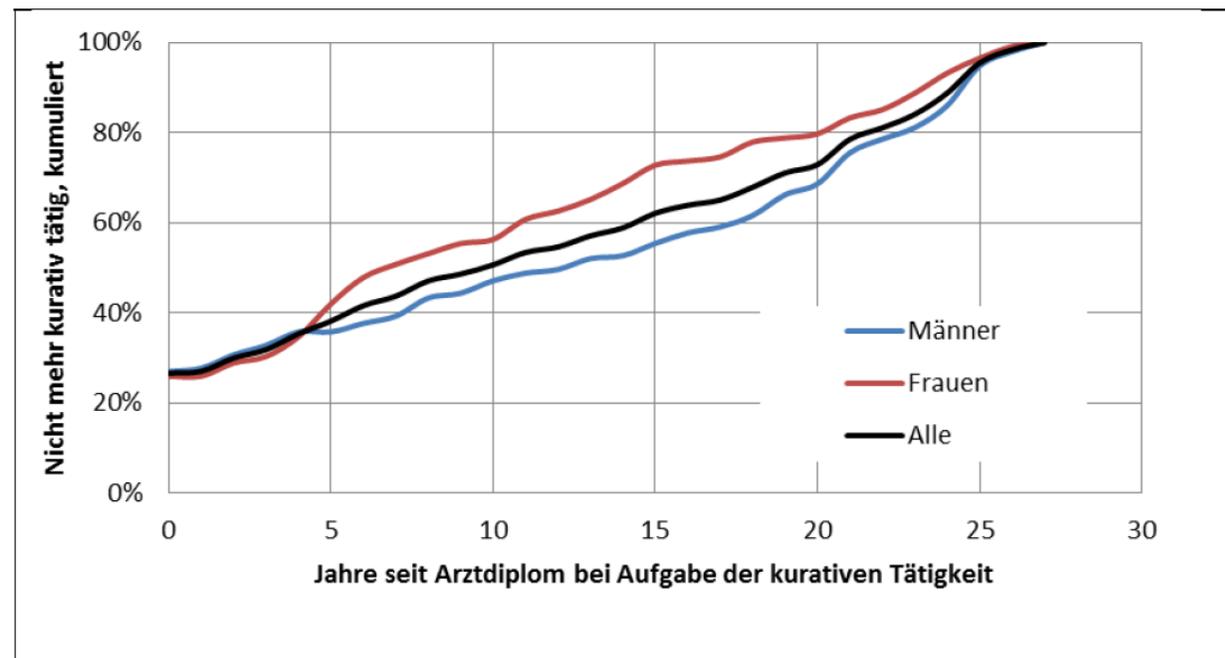
Medienmitteilung – Bern, 24. August 2016

Studie FMH und VSAO: Ausstieg aus der kurativen Tätigkeit

Jeder zehnte Arzt steigt frühzeitig aus

Der Anteil der nicht mehr kurativ am Patienten tätigen Ärztinnen und Ärzte liegt zwischen 8,4 und 12,9 Prozent. Dies bedeutet, dass etwa 80 der rund 800 pro Jahr ausgebildeten Ärzte im Laufe ihrer Berufslaufbahn die kurative Tätigkeit am Patienten aufgeben. Dies hat eine vom Verband der Assistenz- und Oberärztinnen und -ärzte VSAO und von der Verbindung der Schweizer Ärztinnen und Ärzte FMH in Auftrag gegebene Studie ergeben. Die Gründe überraschen nicht: Am häufigsten führen das Arbeitspensum, die Arbeitszeiten und die schlechte Vereinbarkeit von Familie und Beruf zum Ausstieg. Um dies zu vermeiden, müssen aus Sicht der FMH und des VSAO zeitgemässe Arbeitsbedingungen geschaffen und die administrative Belastung reduziert werden.

Abbildung 3-2: Zeitpunkt der Aufgabe der kurativen Tätigkeit, nach Geschlecht



Ärztegesundheit

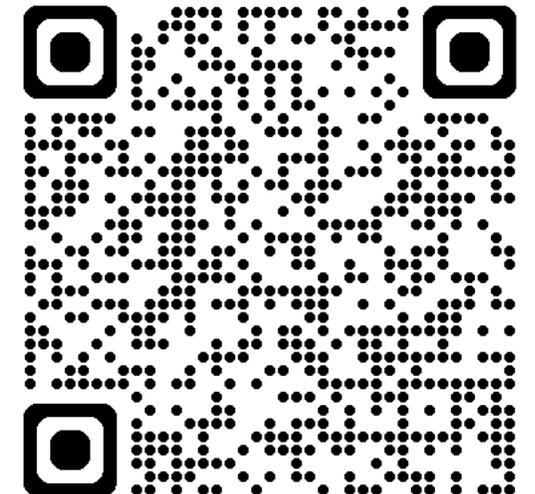
Hintergrund

- Seit 2016: Veranstaltungsreihe «Prevention for Doctors; Gesunde Ärzte: vom Studium bis zur Pensionierung»
- 2019: Idee einer gemeinsamen Basis zur Erhaltung und Förderung der Gesundheit aller Ärztinnen und Ärzte
- 2019: Bildung Arbeitsgruppe mit Vertretungen von JHaS, mfe, SGARM, SIWF, swimsa, VSAO, Coach my Career, ReMed und den Abteilungen Berufsentwicklung, DDQ, Stationäre Tarife und Public Health
- 2020/2021: Die Arbeitsgruppe erarbeitet die Charta Ärztegesundheit – Gesunde Ärztinnen und Ärzte für gesunde Patientinnen und Patienten
- 7. April 2022: die Charta wird von der Delegiertenversammlung verabschiedet
- 19. Mai 2022: die Charta wird an der Ärztekammer allen der FMH angeschlossenen Verbänden vorgestellt

Ärztegesundheit

Zeigen Sie Ihr Engagement!

- Die Charta Ärztegesundheit mit den 14 Kernaussagen und dem dazugehörigen Hintergrundpapier schafft eine gemeinsame Argumentationsbasis gegenüber Entscheidungsträgern und der Politik.
- Unterzeichnung ist weiterhin möglich: [Charta Ärztegesundheit – digitale Zustimmung | FMH](#)



Heutiger Fahrplan



Valeria Scheiwiller



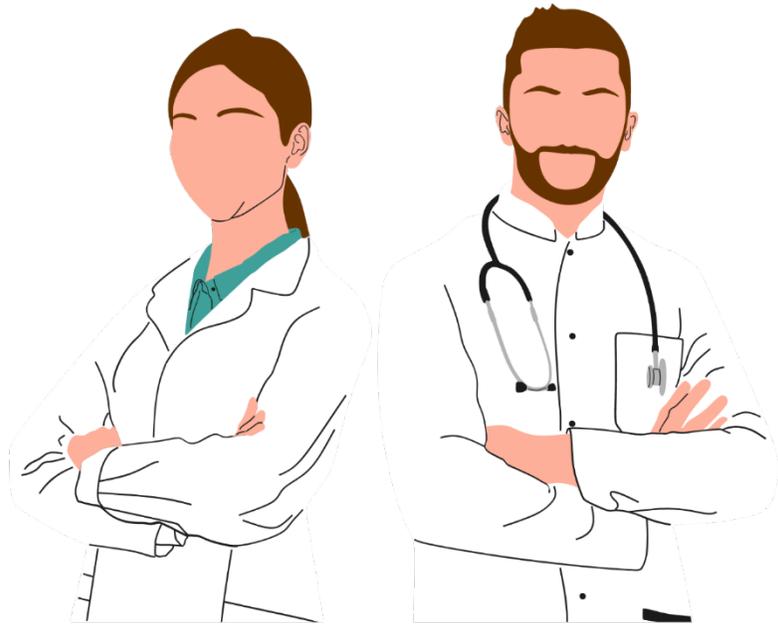
Sonia Barbosa



Barbara Weil

Startschuss! Und bereits aus der Bahn geworfen?

Valeria Scheiwiler – Past President Swiss Medical Students Association swimsa



Was denken angehende Ärzte und Ärztinnen?

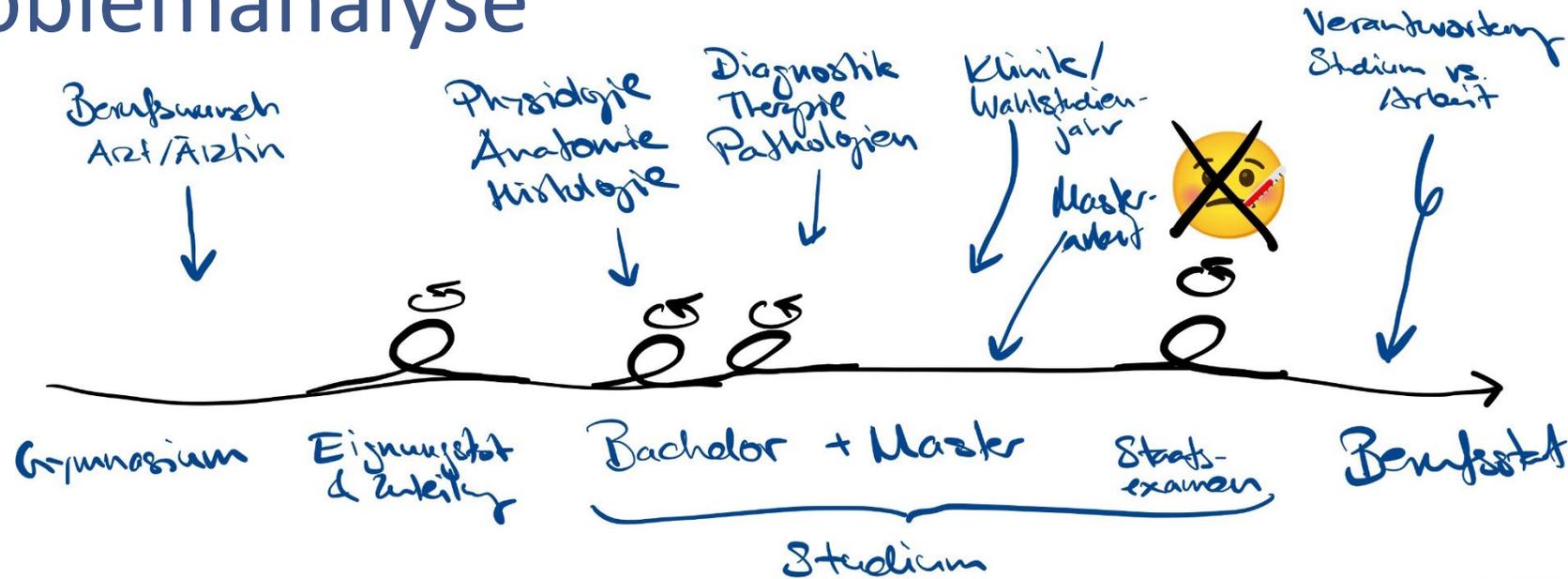
Umfrage der swimsa unter 2300 Medizinstudierenden aus dem Oktober 2023 zeigt:

- 30% überlegt sich nach der ersten Praxiserfahrung / Wahlstudienjahr längerfristig nicht im Beruf zu bleiben
- 30% der Studierenden bereits oft oder manchmal darüber nachgedacht hat das Studium abzubrechen

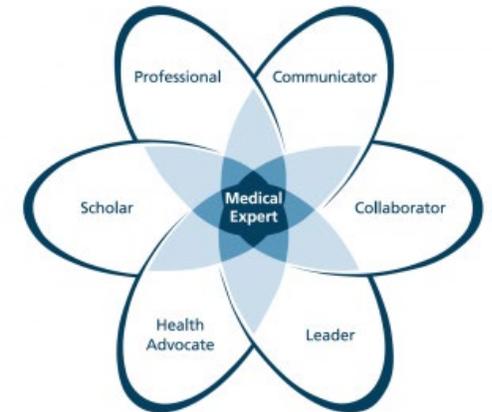
Gründe für Zweifel der Medizinstudierenden

- «Imposter Syndrom: Angst nicht genug gut zu sein.»
- «Ist es der Aufwand und psychische Belastung im Beruf wert?»
- «14h Arbeiten, unbezahlte Überstunden, keine Freizeit.»
- «Wurde ins kalte Wasser geworfen und dadurch entmutigt.»
- «Gefühl nicht gut oder nur unzureichend ausgebildet zu werden.»
- «Das Gefühl, den Herausforderungen des Arztberufes nicht gewachsen zu sein.»
- «Das Studium ist nur erst der Anfang ist und es wird nicht besser im Beruf.»
- «Es wird verlangt, dass wir 3 Tage nach Arbeitsantritt die Verantwortung für 8+ Patienten übernehmen können, inkl. Admin und Bürokratie, und auf der anderen Seite die hohen Erwartungen der Patienten, die nicht verstehen dass der Körper keine Maschine ist und sie als Prämienzahler nur das Recht auf das Beste vom Besten haben.»
- «Arbeitszeiten und -Bedingungen spezifisch in der Assistenzarzt-Ausbildung sind für die mentale Gesundheit der Ärzte und Ärztinnen sehr belastend. In meinem Praktikum hat mir jede Assistenzärztin und jeder Assistenzarzt davon abgeraten, Medizin zu studieren wegen der schlechten Bedingungen.»
- «Das Medizinstudium bereitet uns nicht ausreichend auf die Realität des Berufes vor. »
- «Das Wahlstudienjahr hat mir die erschreckende Realität des Berufsalltag aufgezeigt (Überstunden, fehlende Wertschätzung, Stress, Psychische Belastung).»

Problemanalyse



- Ärztegesundheit
 - Gesundheit ≠ Abwesenheit von Krankheit
 - Ärztliche Ausbildung anhand der CanMEDS Rollen
- Ausbildung zu «High-Performers» und «all-or-nothing» Mentalität
- Gesundheitskompetenz und Resilienz in der Ausbildung
- Medizinstudium ≠ Vorbereitung auf den Beruf



Lösungsansätze

- Medizinstudium als Vorbereitung für die Ausübung des ärztlichen Berufs
- Gesundheitskompetenz und Resilienz bereits während dem Studium fördern
- Medizinstudierende über das Arbeitsrecht insbesondere im Bezug sensibilisieren
- Mentalität verändern → es braucht uns alle
- Ärzte- und Ärztinnen sollen für ärztliche Aufgaben eingesetzt werden.
- Nötige Veränderungen im Gesundheitswesen (Digitalisierung, Bürokratisierung, Arbeitszeiten) implementieren



Coach my Career

Eine Massnahme, um Ärzte beim Einstieg ins Berufsleben zu unterstützen

Background

Coach my Career basiert auf demselben Mentoring-Konzept, das auch in privaten Unternehmen angeboten wird.

Es ist festzustellen, dass:

- Es gibt eine Kluft zwischen dem Ende des Studiums und dem Eintritt in das 1. Assistenzjahr.
- Es herrscht Unsicherheit über den zu verfolgenden Weg oder die potenziellen Wege, die in einem medizinischen Fach möglich sind.
- Auf der anderen Seite gibt es kaum verfügbare oder bekannte Unterstützung.

Daraus folgt:

- Es mussten Matching-Lösungen gefunden werden zwischen denjenigen, die mentoriert werden wollen, und denjenigen, die bereit sind zu mentorieren.
- Matching basierend auf den angestrebten Fachgebieten und der angestrebten Position.
- Mentoring auf der Basis des Lebensstils, den man gerne führen würde.

Projektpartners

Berufsverbände

- FMH: Verbindung der Schweizer Ärztinnen und Ärzte
- mfe: Haus und Kinderärzte Schweiz
- SIWF: Schweizerisches Institut für ärztliche Weiter- und Fortbildung
- Swimsa: swiss medical students association
- VLSS : Verein der Leitenden Spitalärzte der Schweiz
- VSAO: Verband Schweizerischer Assistenz- und Oberärztinnen und –ärzte

Zielgruppen

- Medizinstudierende im letzten Studienjahr
- Assistenzärzte/-Ärztinnen
- Oberärzte/ -Ärztinnen

Aktuelle Zahlen und Zukunftsperspektiven

Gespräche, Anmeldungen und Matches

- Bisher haben fast 300 Vorstellungsgespräche stattgefunden
- Wir rekrutieren seit 2024 auch in der Westschweiz
- In Zukunft ist unser Ziel, auch im Tessin rekrutieren zu können

Aber... alles ist eine ständige Entwicklung!

- Es ist wichtig zu wissen, wie attraktiv das Programm ist und bleibt
- Wissen, ob es den Bedürfnissen der Mentees, aber auch der Fachgesellschaften entspricht, oder ob es einen gezielteren Weg gibt?
- Andererseits es ist relevant zu wissen, ob Synergien mit regionalen Mentoring-Programmen gibt (die mit den Fakultäten oder grossen regionalen Spitälern möglich sind)

Weitere Angebote für Ärztegesundheit

ReMed

- 24-Stunden Hotline für Ärzte
- Hört Ärzten zu, die schwere Zeiten erleben, und hilft ihnen, aus einer kritischen Situation herauszukommen
- ReMed Workshops: Schulungsveranstaltungen, um Ärzte für die Angebote des Unterstützungsnetzwerks ReMed zu sensibilisieren
- Praktikum zur Wiedereingliederung in die Arztpraxis: Nach Abwesenheiten aufgrund persönlicher oder beruflicher Krisen kann Unterstützung geboten werden, um den Einsieg in das Berufsleben neu zu initiieren.

Weitere Mentoring-Programme:

- Fachschaften der medizinischen Fakultäten (Mentoring unter Studierenden)
- Medical Women Switzerland: spezielle für Ärztinnen und gezieltes Mentoring
- Spezifische Angebote je nach medizinische Fachgesellschaft (z.B. Frauen in der Orthopädie)

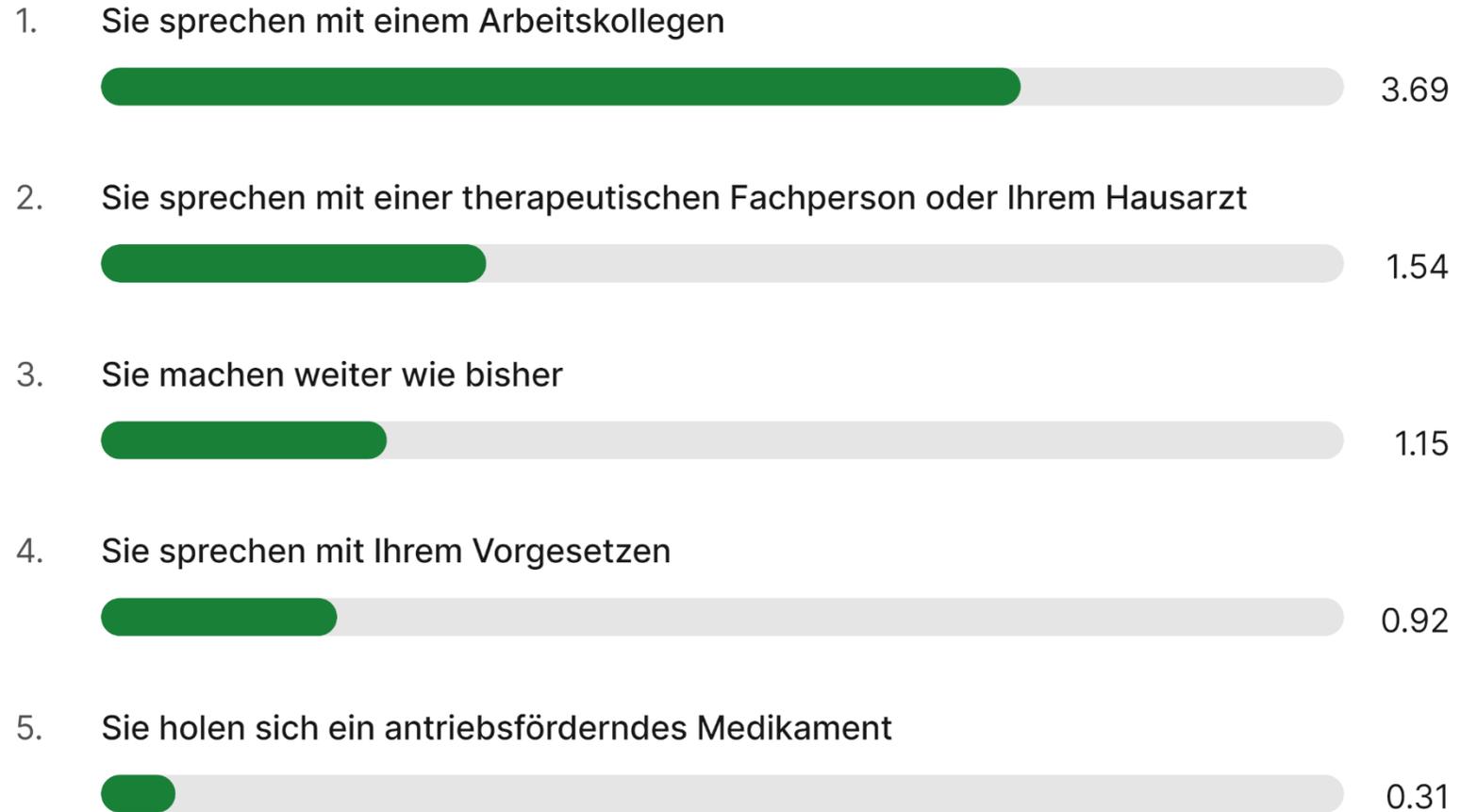
Doctor's health matters!

Barbara Weil – Leiterin Abteilung Public Health, Gesundheitsberufe und Heilmittel FMH



Sie fühlen sich müde und antriebslos. Sie fühlen sich auf dem Weg zur Arbeit bereits unwohl und ihre Gedanken kreisen ununterbrochen um Ihre Arbeit. Was tun Sie?

Ranking Poll  13 votes  13 participants



Aktuelle News... Details

Veränderungen 2013 bis 2022

	2022	2019	2016	2013	Veränderung 2019 bis 2022	Veränderung 2013 bis 2022
Auswirkungen						
Mindestens einmal Patientin/Patient gefährdet wegen Übermüdung	59%	52%	50%	38%	signifikant ↑	signifikant ↑
Burn-out (mindestens ab und zu, Signifikanz bezüglich Mittelwert)						
Sich müde fühlen	94%	90%	89%	88%	signifikant ↑	signifikant ↑
Sich schwach fühlen	61%	52%	51%	47%	signifikant ↑	signifikant ↑
Sich ausgelaugt fühlen	79%	71%	67%	65%	signifikant ↑	signifikant ↑
Körperlich erschöpft sein	78%	67%	65%	60%	signifikant ↑	signifikant ↑
Emotional erschöpft sein	75%	70%	65%	63%	signifikant ↑	signifikant ↑
«Ich kann nicht mehr» denken	52%	39%	38%	33%	signifikant ↑	signifikant ↑

 Positive/tendenziell positive Veränderung
 = Wert hat abgenommen

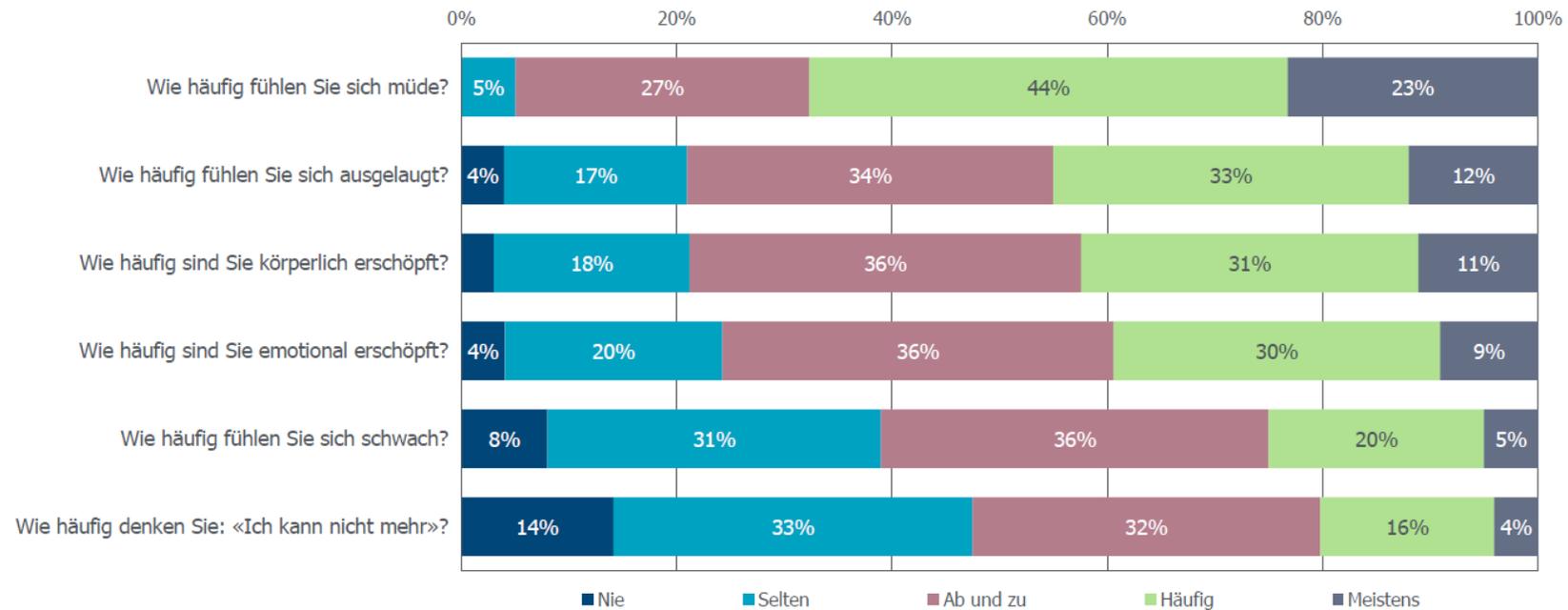
 Positive Veränderung
 = Wert hat zugenommen

  Negative/tendenziell negative Veränderung
 = Wert hat zugenommen

Aktuelle News... Details

Burn-Out 1

**Q11: Wie würden Sie Ihr persönliches Befinden in Ihrer Funktion als Ärztin/Arzt einstufen?
Bitte nehmen Sie anhand der folgenden (bewusst zum Teil ähnlichen) Fragen Stellung.**



Basis: 3'180 Teilnehmende. Aufgrund der Lesbarkeit werden Werte unter 4% nicht beschriftet.

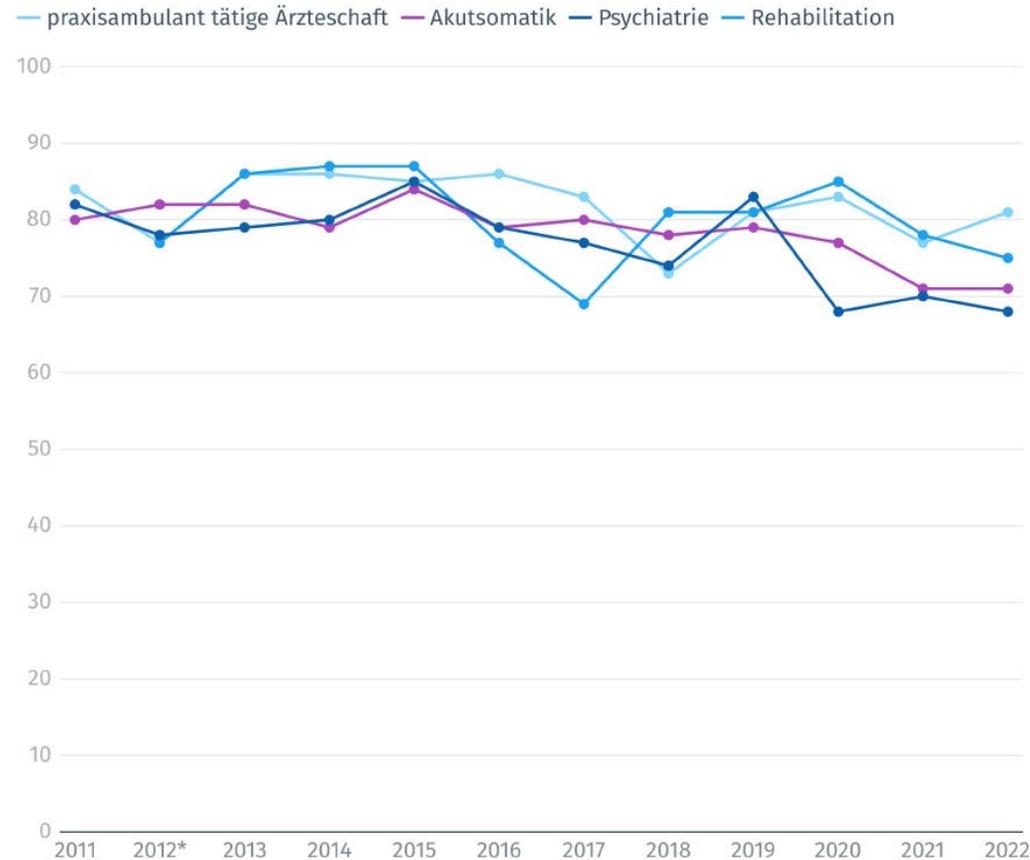
Aktuelle News... Details

Trend Vergleich psychische Gesundheit

"Würden Sie über den Zeitraum der letzten 30 Tage sagen, Ihre psychische Gesundheit war ..."

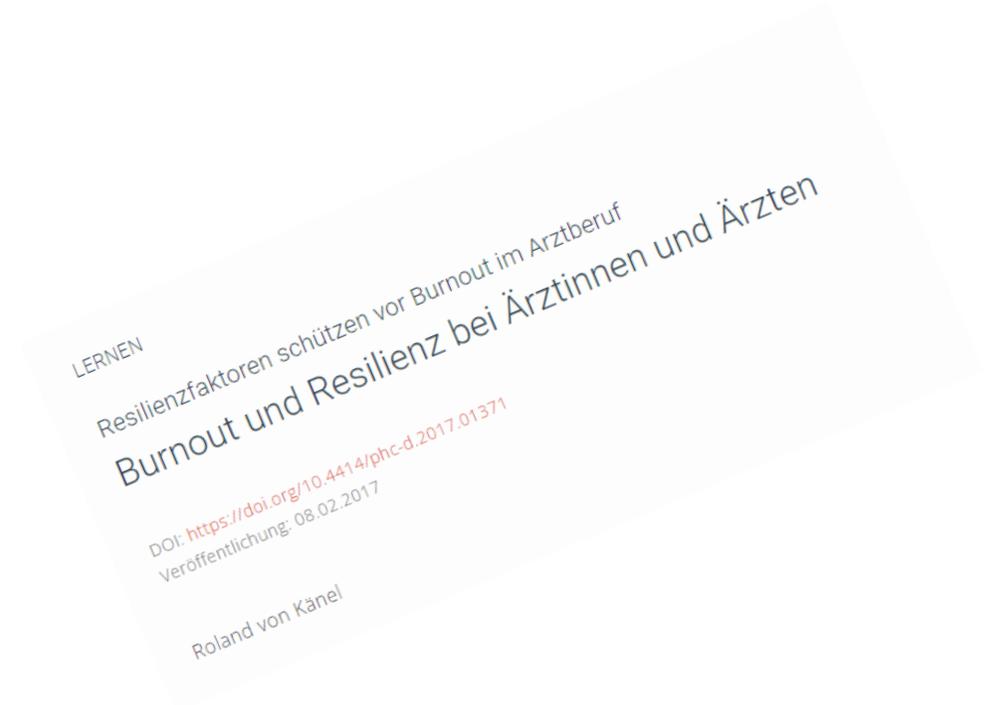
in % Ärztinnen und Ärzte Akutsomatik/ Psychiatrie/Rehabilitation/praxisambulant, Anteil "ausgezeichnet/sehr gut/gut"

© gfs.bern, Befragung zum ärztlichen Arbeitsumfeld im Auftrag der FMH, Mai - Juni 2022 (n praxisambulant tätige Ärzteschaft jeweils ca. 300, n Akutsomatik jeweils ca. 985, n Psychiatrie jeweils ca. 120, n Rehabilitation jeweils ca. 65) * Rehabilitation 2011 und 2012 zusammen



... aber eigentlich nichts Neues

- In der erwerbstätigen Bevölkerung Europas und den USA beträgt die Prävalenz für Burnout gemäss repräsentativer Untersuchungen etwa 25%.
- Ärztinnen und Ärzte sind gar doppelt so häufig von Burnout betroffen wie nichtärztliche Erwerbstätige.
- Unter den einzelnen Fachrichtungen belegen die Grundversorgerinnen und Grundversorger in der Allgemeinen Inneren Medizin einen vorderen Rang; diese Gruppe erfuhr in den USA und in der Schweiz in den letzten Jahren auch eine eindeutige Burnout-Zunahme.



... aber eigentlich nichts Neues

- Erhöhte Rate an psychischen Erkrankungen (Brooks 2011)
- 2014: >50% amerikanischer Internisten mit Burnout (Roberts)
- 2017: 44% der US Ärzte Ärzte Burnout (American Medical Association), aber Anstieg Depressivität 39.8 auf 41.7%
- Beobachtungsstudie Hausärzte in Europa (Soler 2008):
 - 43% emotionale Erschöpfung
 - 35% Depersonalisation
 - 32% abnehmende Leistungsfähigkeit
 - 12% hohe Werte in allen 3 Bereichen
- Erhöhtes Depressionsrisiko für ÄrztInnen (Angerer 2007)
- Depressionsrisiko von Ärztinnen gegenüber Ärzten deutlich erhöht (Reimer 2005)
- 29% der Ärzte in Weiterbildung haben eine Depression oder relevante depressive Symptome (Systematischer Review Mata 2015)

Suizidrate erhöht

- Suizidraten für Ärzte 1,3 –3,4-fach erhöht*
- Suizidraten für Ärztinnen 2,5 –5,7-fach erhöht*
- Ärztinnen suizidieren sich etwa genauso häufig wie ihre männlichen Kollegen ♀: ♂= 1 : 1 (in der Allgemeinbevölkerung ♀: ♂= 1 : 2,5)

* gegenüber repräsentativen, geschlechtsspezifischen Vergleichsgruppen (Hem et al. 2005; Reimer et al. 2005)

ReMed...

... ein Unterstützungsnetzwerk für Ärztinnen und Ärzte, dass

- ✓ ein breites Angebot für *Krisensituationen* anbietet
- ✓ Wissen und Erfahrung über *Gesundheitsförderung und Prävention* verbreitet
- ✓ Ärztinnen und Ärzte für die *eigene Gesundheit* sensibilisiert

Ziel

Erhaltung der Gesundheit und ärztlichen Funktionalität sowie die Gewährleistung der *Patientensicherheit* und der *hohen Qualität* in der medizinischen Versorgung.

Kontext

ReMed ist eine ärzteeigene, von der FMH finanzierte, unabhängige Organisation und orientiert sich in seiner Vorgehensweise an den gesetzlichen Rahmenbedingungen sowie an der Standesordnung der FMH.

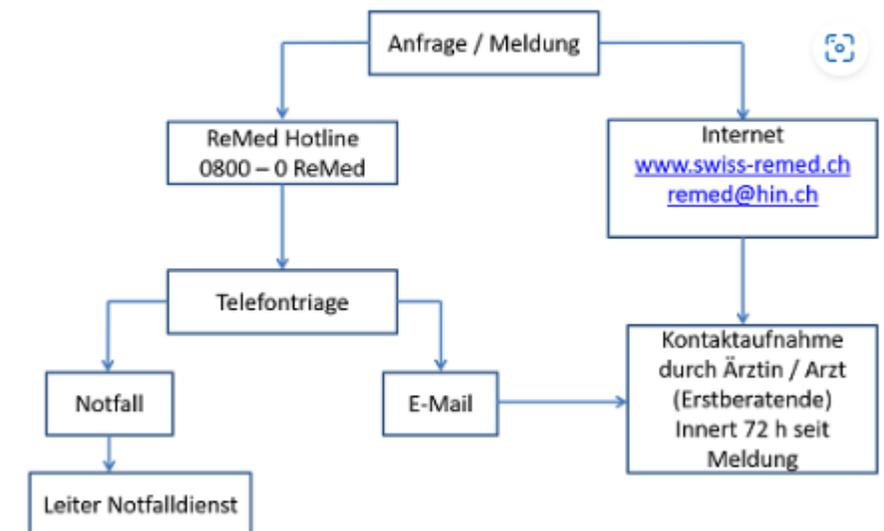
ReMed...

... ein Unterstützungsnetzwerk für Ärztinnen und Ärzte

ReMed berät Ärztinnen und Ärzte in Krisen. Innerhalb von 72 Stunden steht Ihnen ReMed unterstützend zur Seite. Die Unterstützung beinhaltet:

- Erreichbarkeit rund um die Uhr
- Bindung an das ärztliche Berufsgeheimnis
- Gespräche auf Augenhöhe von Arzt zu Arzt
- Der/die Ratsuchende steht im Zentrum
- Gemeinsames Erarbeiten von Handlungsmöglichkeiten
- Verknüpfung eines bestehenden Unterstützungsnetzes
- Vermittlung an einen Spezialisten, ambulant oder stationär
- Mentoring oder Coaching
- Unterstützung, auch bevor es zur Krise kommt

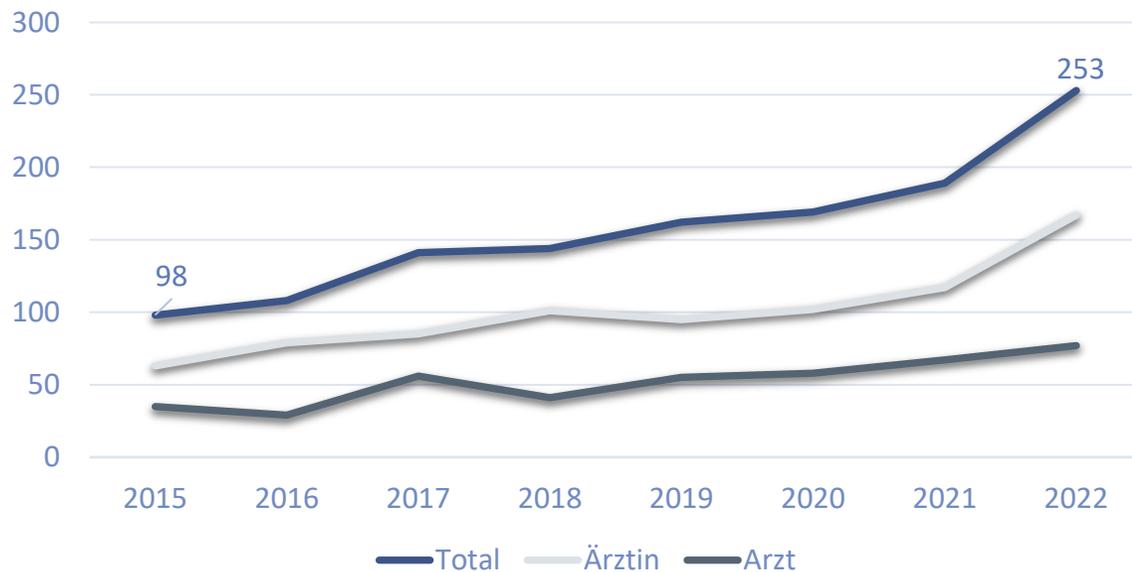
Ablaufschema →



ReMed...

... Anzahl Kontaktaufnahmen nehmen zu

Entwicklung der Kontaktaufnahmen bei ReMed nach Geschlecht



Fazit

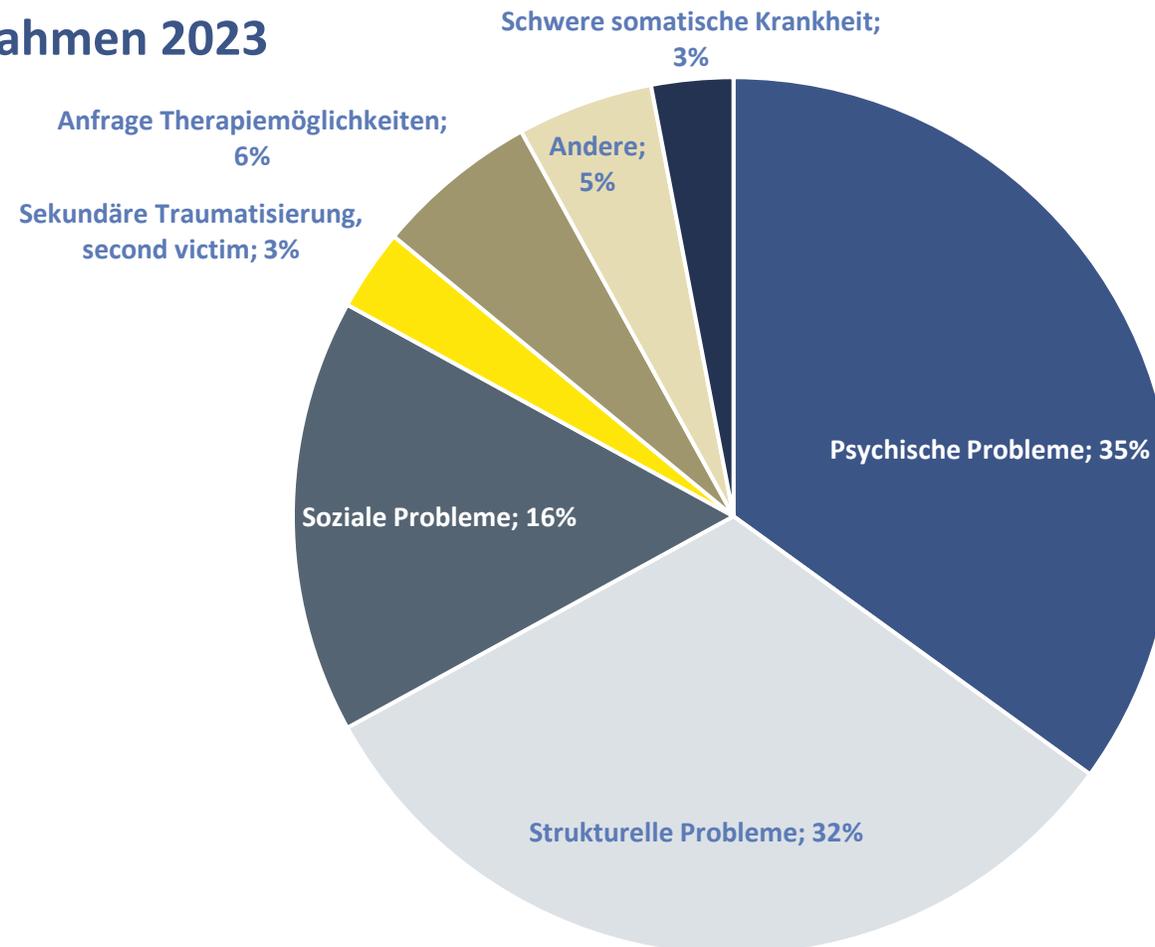
Von der Zielgruppe der älteren Ärzte vor Praxisübergabe

zu den

jüngeren Ärztinnen im Spital.

ReMed...

... die Gründe der Kontaktaufnahmen 2023



Plötzlich selbst betroffen. Krisen treffen auch Ärztinnen und Ärzte.

Lassen Sie sich helfen. Kontaktieren Sie ReMed.

24-Stunden-Hotline

0800 0 73633

0800 0 ReMed

remed@hin.ch

www.swiss-remed.ch

ReMed

Unterstützungsnetzwerk
für Ärztinnen und Ärzte

Diskussion

Was denken Sie?

slido

Please download and install the Slido app on all computers you use

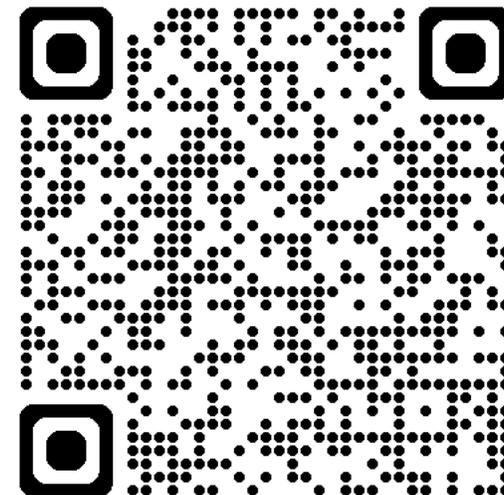


Was denken Sie?

i Start presenting to display the poll results on this slide.



Vielen Dank für
Ihre Aufmerksamkeit



FMH · Verbindung der Schweizer Ärztinnen und Ärzte · Fédération des médecins suisses
Postfach · CH-3000 Bern 16 · Telefon +41 31 359 11 11
info@fmh.ch · www.fmh.ch

Referenzen

- [2] <https://vsao.ch/medien-und-publikationen/studien-und-umfragen/>;
<https://www.srf.ch/news/schweiz/arbeitsbelastung-in-spitaelern-burnout-symptome-bei-assistenzaerztinnen-und-aerzten-nehmen-zu>
- [3] https://vsao.ch/wp-content/uploads/2019/11/Schlussbericht-Studie-Berufsausstieg-2016_DE.pdf
- [8] Scheiwiler V. et al, 2023: [Survey on Expectations of medical students towards their future profession \(edudoc.ch\)](https://www.edudoc.ch/)
- [21] <https://vsao.ch/medien-und-publikationen/studien-und-umfragen/>
- [22] <https://vsao.ch/2024/05/23/menschen-behandeln-anstatt-kosten/>
- [23] <https://cockpit.gfsbern.ch/de/cockpit/begleituntersuchung-fmh-2022/>
- [24] <https://phc.swisshealthweb.ch/de/article/doi/phc-d.2017.01371/>
- [29] https://remed.fmh.ch/ueber_remed.html
- [30] https://remed.fmh.ch/ueber_remed.html