



amm Café Med begrüsst Sie auch in Basel



Annina Hess-Cabalzar

Medizinische Entscheidungshilfe im amm Café Med

Das Mittagessen ist serviert. Viele der Gäste gehen zurück an die Arbeit. Das Restaurant leert sich.

An einem langen Tisch sitzen über zehn Fachpersonen, Ärztinnen und Ärzte verschiedener Fachrichtungen, Psychologinnen, Pflegefachfrauen. Sie stehen von 14–17 Uhr zur Verfügung für das Gespräch mit Patientinnen und Patienten, mit Angehörigen, bei Bedarf auch mit Mitarbeitenden des Gesundheitswesens.

Am Eingang steht Suzanne Tanner, Pflegefachfrau, und empfängt die eintreffenden Personen. Kurz wird das Anliegen der Besuchenden erfragt, dann wird ihnen ein Tisch im gemütlichen Café zugewiesen. Die für das konkrete Anliegen zuständige Fachperson wird informiert und setzt sich an den Tisch dazu. Das Wichtigste und Erste im amm Café Med: Fachpersonen hören ohne Zeitdruck zu, versuchen zu verstehen, die Sorgen hinter den Fragen zu erkennen.

«Ich bin unsicher, soll ich die Empfehlung zur Operation befolgen?», «Was ist der Nutzen, was das Risiko, wenn ich in meiner Situation keine weitere Chemotherapie in Anspruch nehme?», «Ist die empfohlene Intervention bei den Augen wirklich so ungefährlich? Wieso plagen mich denn solche Be-

denken und Ängste?», «Wie sollen Kinder von psychiatrisch erkrankten Eltern begleitet werden?», «Was ist von einer Psychotherapie zu erwarten? Was, wenn mein Arbeitgeber davon erfährt?», «Kann ich etwas gegen meine übergrossen Ängste rundum Corona tun?», «Meine fast 90-jährige Mutter schluckt jeden Morgen über zehn Medikamente. Darunter auch Beruhigungsmittel, die sie nicht gut verträgt. Muss das wirklich sein?»

Wenn die Auslegeordnung von Ängsten, Fragen und Sorgen, die medizinische Situation geklärt ist, dann unterstützt die Fachperson bei der Entscheidungsfindung. Es gilt, den zu der medizinischen Situation und zu der betroffenen Person passenden nächsten Schritt zu finden.

Für wen ist das amm Café Med?

Im Zuge der Kommerzialisierung des Gesundheitswesens ist es zu einer medizinischen Mengenausweitung in den lukrativen Disziplinen und einer Unterversorgung in den weniger ertragreichen Feldern gekommen. Wettbewerb und Konkurrenz in das Gesundheitswesen einzuführen, hat zu falschen Anreizen und zu einem Paradigmenwechsel geführt. Das vorhandene Geld ist nicht mehr allein für die Pa-

Fortsetzung Seite 2

Liebe Leserinnen, liebe Leser

Das Thema Corona ist allgegenwärtig und verschlingt alles andere. Deshalb nur kurz: Das Beratungsangebot auf der Patientenstelle Basel konnte trotz Corona praktisch die ganze Zeit über (abgesehen vom Lockdown im Frühjahr 2020) angeboten werden und hat deshalb unsere Vereinsaktivitäten nur marginal beeinträchtigt. Hingegen mussten wir gegen Ende des Vereinsjahrs 2020 zwei Rücktritte von langjährigen Vorstandsmitgliedern zur Kenntnis nehmen. Sowohl Patrick Kury wie auch Marina Werder-Bombis haben sich entschieden, ihre Tätigkeit bei der Patientenstelle Basel aufzugeben. In diesem Heft werden die beiden entsprechend gewürdigt und verabschiedet. Sie werden im Vorstand fehlen.

Gerade in Zeiten wie heute ist es wesentlich, dass man die wichtigen Hilfsangebote in der Region kennt. In diesem Heft werden zwei Angebote vorgestellt, welche die Selbsthilfe, aus unserer Sicht die erste und wichtigste Ressource, stärken. So präsentiert sich das Selbsthilfezentrum, welches seinen Geschäftssitz im Kleinbasel an der Feldbergstrasse 55 hat und Angebote zur Selbsthilfe bereithält. Zudem wird auf das (wegen der Corona-Krise momentan nicht offene) Angebot des amm Café med Basel hingewiesen, einen Ort, wo man sich bei Gesundheitsfragen gratis bei vor Ort anwesenden Ärzten aus verschiedenen Fachrichtungen beraten lassen kann.

Infolge der oben erwähnten Rücktritte von Patrick Kury und Marina Werder ist der Vorstand nun auf der Suche nach Nachfolgerinnen und Nachfolger im Vorstand. Haben Sie selbst Interesse an einem solchen Mandat oder kennen Sie eine geeignete Person? Falls Sie sich für Gesundheitsfragen interessieren und ein Fachwissen aus ihrer beruflichen oder politischen Tätigkeit haben, können Sie sich gerne telefonisch oder per Mail an der Patientenstelle melden.

Martin Lutz

akademie  menschen
medizin

amm Café Med

Wir unterstützen Sie bei
medizinischen Entscheidungen.
Persönlich. Unabhängig.
Kostenlos.

Jeweils am letzten
Dienstag im Monat
14.00 - 17.00 Uhr
Predigerkirche
Basel

Für ein menschengerechtes
Gesundheitswesen:
menschenmedizin.ch

Mit freundlicher Unterstützung 

tientinnen und Patienten da, sondern finanziert ein System, das in Gefahr läuft, Leiden zu vermarkten – statt sie zu lindern.

Wenn die Medizin zu einer Ware wird, müssen sich Betroffene fragen, ob die Indikation zur empfohlenen Behandlung medizinisch oder kommerziell begründet ist. Das ist ein Missstand, und es verunsichert Patientinnen, Patienten und die Bevölkerung zu Recht. Die Akademie Menschenmedizin will deshalb konkret und ganz praktisch etwas gegen diesen Missstand tun: Im amm Café Med unterstützen sehr erfahrene Fachpersonen kostenlos und damit frei von finanziellen Anreizen. Sie helfen, Risiken und Nutzen abzuwägen, Sicherheit zu gewinnen und das richtige, weil passende Vorgehen zu wählen.

Zeitrationierung im Gesundheitswesen – ein grosses Thema

Immer wieder ist im amm Café Med die fehlende Zeit der Behandelnden in Praxen und Spitälern ein grosses Thema. Dieses Manko führt dazu, dass Patientinnen und Patienten nicht nachzufragen wagen, dass zu schnell erklärt werden muss, dass die Fachper-

sonen zwar informieren, aber die Zeit fehlt zur Vergewisserung, was wirklich verstanden worden ist. So werden im amm Café Med oft auch Gespräche geführt, welche mit dem Behandlungsteam nicht stattfinden konnten. Patientinnen und Patienten haben ein Anrecht auf verständliche und nachvollziehbare persönliche Information. Auch hierfür wollen wir einen Beitrag leisten.

Grenzen des amm Café Med

Es soll keinerlei Konkurrenz zu den Behandelnden durch wiederholte Gespräche entstehen. Inhaltliche Fragestellungen können manchmal das Setting übersteigen, weil Unterlagen oder Gerätschaften fehlen, weil es vielleicht nötig ist, eine Zweitmeinung in einer Praxis oder in einem Spital einzuholen. Eventuell sind auch Untersuchungen, Labor oder Bildgebung notwendig für die Entscheidung. Das amm Café Med ist auch deshalb ein niederschwelliges Angebot vor Ort und explizit keine Zweitmeinung. Aber das amm Café Med ermutigt immer wieder, wenn es nötig ist, zur Einholung einer Zweitmeinung, die übrigens auch von den Krankenkassen übernommen wird.

Wer wirkt im amm Café Med mit?

Gemäss dem Konzept der Menschenmedizin ist das Team interprofessionell zusammengesetzt, wenn auch die Ärzteschaft sinnvollerweise die grösste Gruppe ist. Es sind mehrere medizinische Fachrichtungen vertreten: Zahnmedizin, Innere Medizin, Kardiologie, Onkologie, Dermatologie, Gynäkologie, Chirurgie, Pädiatrie, Orthopädie und Ophthalmologie. Alle Fachpersonen,

die zur Teilnahme aufgenommen werden, sind von der Haltung her mit der Charta der amm einverstanden.

Wenn Sie selbst eine sehr erfahrene Fachperson sind, die mehrheitlich nicht mehr berufstätig, aber noch bestens informiert ist, dann melden Sie sich bei uns. Der amm ist in allen Belangen die vollständige Unabhängigkeit und das Vermeiden von Interessenskonflikten zentrales Anliegen. Da seitens der Ratsuchenden keine Anmeldung erforderlich ist, braucht es Flexibilität, sich als Fachperson auf neues einzulassen.

Und wie geht es weiter?

Nachdem die Restaurants Corona bedingt geschlossen werden mussten, konnte das Angebot der medizinischen Entscheidungsfindung dreimal in der Predigerkirche stattfinden, bis dann auch das nicht mehr möglich war. Selbstverständlich hält sich die Akademie Menschenmedizin an die Corona-Vorschriften. Ebenso selbstverständlich werden wir das amm Café Med in der Predigerkirche sobald als möglich wieder anbieten. Auf der Website der amm sind alle Informationen zu allen Standorten, die Daten und die jeweils vertretenen Fachrichtungen vor Ort zu finden.

Das Gesundheitswesen gehört allen.

Es gibt den Slogan «Jede Zeit hat das Heilsystem, das sie verdient». Die Akademie Menschenmedizin setzt sich dafür ein, dass es ein menschengerechtes, ein faires, ein zahlbares Gesundheitswesen ist. Helfen Sie mit.

Annina Hess-Cabalzar, Präsidium amm



Beratung im amm Café Med

Verabschiedung von Patrick Kury

Patrick Kury wurde im Jahre 1988 als Mitglied in den Vorstand der Patientenstelle Basel gewählt und gestaltete während 33 Jahren deren Geschicke mit. Damals war er noch Geschichtsstudent an der Universität Basel, wobei ein Teil seines Interesses der Medizingeschichte galt und somit ein enger Bezug zur Tätigkeit bei der Patientenstelle bestand.

Die Patientenstelle Basel, 1981 gegründet, war damals noch wenig bekannt. Aufgrund seiner ausgezeichneten Fähigkeiten im schriftlichen Ausdruck wurde Patrick Kury 1989 das wichtige Ressort Presse anvertraut, wo er dann regelmässig Artikel mit Patien-

tenfragen für die diversen Zeitungen und Zeitschriften veröffentlichte und dadurch wertvolle Werbung für die Patientenstelle Basel machte. Nachdem die Verteilung auf Ressorts aufgehoben wurde, verfasste er über lange Zeit den Jahresbericht der Patientenstelle Basel. Er nahm regelmässig an den Sitzungen des Vorstands teil, wo er sich durch profundes Wissen im Gesundheitsbereich hervortat.

Aufgrund seines beruflichen Aufstiegs zum Professor in Geschichte an der Universität Luzern und der Anstellung zum Projektleiter einer neuen Stadtgeschichte Basel wurde sein Arbeitspensum derart hoch, dass er immer öfter

nicht an den Sitzungen des Vorstands teilnehmen konnte, so dass er sich schliesslich schweren Herzens dazu entscheiden musste, von seinem Amt zurückzutreten.

Wir werden Patrick als liebenswürdigen, umsichtigen und interessierten Menschen in Erinnerung behalten, der eine grosse Lücke im Vorstand hinterlassen wird. Wir wünschen ihm beruflich und familiär alles Gute.

Für den Vorstand
Martin Lutz

Das Zentrum Selbsthilfe (ZSH) in Basel stellt sich vor



Karin Greub

Wer wir sind, was wir anbieten

Das Zentrum Selbsthilfe ist Anlaufstelle und Drehscheibe für die Selbsthilfe in Gruppen in der Region Basel. Wir fördern und vernetzen Einzelpersonen und Selbsthilfegruppen. Das Themenspektrum der rund 170 Gruppen zu über 90 Themen ist gross: Es geht um körperliche und psychische Beeinträchtigungen, um Herausforderungen im psychosozialen Bereich, um Menschen die direkt betroffen sind, aber auch um ihre Angehörigen.

Die Aufgaben des Zentrums sind so vielfältig, wie die Menschen, die hier ein- und ausgehen und sich in der Selbsthilfe engagieren. So verschaffen wir zum Beispiel einen Überblick und informieren über Chancen und Wirkung von Selbsthilfegruppen. Unsere Beraterinnen und Berater vermitteln den Kontakt zu Gruppen oder einzelnen Menschen mit gleichen oder ähnlichen Themen. Wir beraten bestehen-

de Gruppen bei Konflikten oder anderweitigen Themen, die sie beschäftigen und wir vernetzen mit weiteren sozialen Institutionen und Fachpersonen in der Region Basel.

Die persönliche Beratung von Menschen, welche sich für die Selbsthilfe interessieren, ist uns besonders wichtig, damit das passende Angebot gefunden und genutzt werden kann. Sollte sich unter den bestehenden Gruppen kein passendes Angebot finden, helfen die Mitarbeitenden des ZSH auch bei Neugründung einer Gruppe oder triagieren an eine andere, eventuell spezialisiertere (Beratungs-)stelle.

Unsere Dienstleistungen sind kostenlos mit Ausnahme der moderierten Gruppen (SHGplus).

Neugründung und Beratung von Selbsthilfegruppen

Im Vorfeld einer Gruppengründung gibt es einiges zu überlegen. Gerne unterstützen wir Interessierte dabei, die eigene Motivation sowie die Wünsche und Vorstellungen über Strukturen, Aufgaben und Rollen einer neuen Selbsthilfegruppe, zu klären. Zusammen mit der Initiantin oder dem Initianten besprechen wir den Flyer, mit welcher die neue Gruppe beworben wer-

Fortsetzung Seite 4



Verabschiedung von Marina Werder-Bombis

Zeitgleich mit Patrick Kury tritt Marina Werder-Bombis aus dem Vorstand der Patientenstelle zurück; nach insgesamt 21 Jahren Engagement für Patientinnen und Patienten. Sie begann im März 2000 als Beraterin an der Patientenstelle und es zeigte sich bald, dass sie für diese Tätigkeit bestens geeignet war. Nicht nur den Ratsuchenden stand sie mit Tatkraft, Verantwortungsgefühl und Einfühlungsvermögen hilfreich zur Seite. In den neun Jahren Zusammenarbeit schätzte ich sie als loyale, zuverlässige, liebenswürdige und kompetente Kollegin.

Nach neun Jahren Beratungstätigkeit nahm Marina eine neue berufliche Her-

ausforderung in einem Alters- und Pflegeheim an. Sie unterstützte die Patientenstelle aber weiterhin als Vorstandsmitglied. Ihre vielfältigen Erfahrungen als Atemtherapeutin und im Bereich der Langzeitpflege bereicherten die Diskussionen im Vorstand und dank ihrer Sozialkompetenz war Marina Werder-Bombis eine grosse Hilfe in herausfordernden Situationen. Hervorzuheben sind auch ihr Organisations-talent sowie ihr breites Beziehungsnetz in Basel, insbesondere auch im Kulturbereich, welche massgeblich zum Erfolg von kleineren und grösseren Anlässen – wie zum Beispiel der Jubiläumsfeier 2011 – beitrugen.

Der Vorstand bedauert den Rücktritt von Marina Werder-Bombis, sie wird uns sehr fehlen. Für ihr grosses Engagement danken wir ihr herzlich und wünschen ihr alles Gute.

Für den Vorstand
Christine Odermatt



den soll und begleiten im Folgenden den ganzen Prozess der Gründung, sobald sich acht oder mehr Interessierte für die neue Gruppe gefunden haben. Nach drei sogenannten Starhilfetreffen trifft sich die Gruppe selbstständig und kann sich für eine Beratung oder ein Anliegen jederzeit wieder ans Zentrum wenden.

Moderierte Gruppen (SHGplus)

Nicht für alle ist die Organisationsform einer autonomen Selbsthilfegruppe ideal. Das Zentrum Selbsthilfe bietet deshalb auch sechs moderierte Gruppen unter dem Namen «SHGplus» an. Diese werden jeweils von einem Mitglied des Beratungsteams moderiert und richten sich an Personen, die sich gerne in einem regelmässigen wöchentlichen Rhythmus mit anderen Menschen treffen, um sich über verschiedenste Lebensthemen auszutauschen. So können wir auch eine minimale Wochenstruktur anbieten, welche zur Stabilisierung der Lebenssituation beiträgt.

Einsamkeit und Isolation kommen in den Gruppen genauso zum Ausdruck, wie der Umgang mit Erkrankungen, mit Herausforderungen des Alltages oder mit Ängsten und Unsicherheiten.

In unseren moderierten Gruppen geht es darum, eine Verbindung zur eigenen Gefühlswelt herzustellen. Dies gelingt vor allem durch mündlichen Austausch und Diskussionen (Gesprächsgruppe, Junge Selbsthilfe), durch spielerische und interaktive Methoden (Donnerstagsgruppe, Junge Selbsthilfe) und durch bildnerisches und gestalterisches Wirken (Kreativgruppen). In-

teressierte können sich jederzeit gerne telefonisch oder per Email bei uns melden oder sich auf unserer Homepage www.zentrumselbsthilfe.ch näher zum Angebot informieren. Menschen, die mehr über den Einstieg in eine «SHGplus»-Gruppe erfahren wollen, treffen wir gerne zu einem persönlichen Gespräch, in welchem wir genauer über das Angebot informieren und offene Fragen beantworten.

Unsere Grundsätze und Haltung

In der Selbsthilfe geht es darum, sich selbst und anderen in der gleichen oder ähnlichen Situation zu unterstützen und zu helfen. Diesem Denken liegen die Grundsätze des Empowerments und der Ressourcenorientierung zugrunde, nach welchen wir unsere Arbeit ausrichten. Das heisst wir begegnen den Teilnehmenden auf Augenhöhe und setzen uns dafür ein, ihre Autonomie und ihre Selbstbestimmung zu erhöhen. Unser Ziel ist es, dass alle Menschen ihre Möglichkeiten und Stärken nutzen und ihre Interessen (wieder) eigenmächtig und selbstverantwortlich vertreten können. Dabei unterstützen wir die Teilnehmenden «so viel wie nötig, aber so wenig wie möglich».

Warum Selbsthilfe?

Wir alle kennen schwierige Lebensumstände und wissen, dass es Momente geben kann, die zu belastend sind, um sie allein zu tragen. Selbsthilfe wirkt! Sich selbst helfen kann dort beginnen, wo Sorgen, Nöte und Erfahrungen ausgetauscht werden und wo gegenseitige Unterstützung und Beratung ermöglicht wird. Dass die Selbsthilfe

wirkt, zeigen auch viele Aussagen von Teilnehmenden auf. So wird zum Beispiel das gute Gefühl genannt, wenn man mit einem Problem, einem Thema oder einer Krankheit nicht mehr allein ist. Sich von Gleichgesinnten verstanden zu fühlen, ist ebenso hilfreich, wie andere zu verstehen. Das Teilen der Erfahrung, dass sich durch Austausch und gegenseitiges Verständnis, auch in schwierigen Lebenssituationen ein neues Fenster öffnen kann, ist von unschätzbarem Wert.

Alle sind wir Expertin oder Experte für unser eigenes Leben. Wir tragen viele Antworten und kreative Ideen in uns. Etwas zu verändern oder zu verbessern, ist möglich. Manchmal braucht es einfach einen kleinen Kick, ein liebes Wort, ein freundliches Lachen oder einen verstehenden Blick, um diesen «inneren Schatz» zu aktivieren.

Im Zentrum Selbsthilfe begegnen wir einander mit Respekt, Wertschätzung und Einfühlungsvermögen. Im Vordergrund stehen die Fähigkeiten und Bedürfnisse jeder und jedes einzelnen. Wir sind überzeugt, dass jeder Mensch viel Wissen und Erfahrung zum eigenen Thema mitbringt und sein Leben nach seinen Vorstellungen selbstbestimmt gestalten will. In Gruppen vervielfacht sich dieses Wissen und bringt mehrfachen Gewinn.

Karin Greub, Beraterin ZSH

Die wichtigsten Zahlen

	2020	2019	2018
Telefongespräche	1456	1670	1349
davon telefonische Kurzberatungen	268	322	301
Persönliche Beratungen	36	77	42
Neue Dossiers	77	100	93
Total Dossiers in Bearbeitung	137	152	149
Abgeschlossene Dossiers	86	90	97
- mit positivem Ergebnis	19	14	13
- mit negativem Ergebnis	17	23	16
- Beratung	15	0	4
- Kurzberatung	30	49	57
- an Anwalt weitergeleitet	5	4	7
Mitglieder	270	283	266

Impressum

Patientenstelle Basel
 Hebelstrasse 53
 Postfach
 4002 Basel
 Tel. 061 261 42 41
 Fax 061 263 82 92
<https://basel.patientenstelle.ch/basel>
 E-Mail:
patientenstelle.basel@bluewin.ch
patientenstelle.basel@hin.ch

PC 40-8206-5

Öffnungszeiten: Termine nur nach telefonischer Vereinbarung

Redaktion: Isabelle Viva-Haller
 Gestaltung: Dario Viva
 Druck: Art Print AG, Münchenstein