

## Was Corona uns gelehrt hat

Die Pandemie begleitet uns nun schon seit mehr als eineinhalb Jahren und hat wesentliche Bereiche unseres privaten und Berufslebens nachhaltig verändert. Gut erinnert man sich an die ersten Wochen der Pandemie im letzten Jahr, als eine große Solidarität spürbar war, die, so glaubten wir damals, anhalten würde. Der Philosoph Konrad Paul Liessmann hat schon zum damaligen Zeitpunkt darauf hingewiesen, dass er nicht davon ausgehe, dass dies geschehen würde – es würden vielmehr die negativen Seiten der Menschen längerfristig in den Vordergrund treten und der Zusammenhalt eher abnehmen. Glauben mochte man daran damals nicht, jedoch hat die Pandemie tatsächlich wie ein Brennglas gewirkt und damit zur deutlicheren Ausprägung der vorherrschenden Charaktereigenschaften jedes Einzelnen. Zuletzt wurde deutlich spürbar, in welcher Form Solidarität und Zusammenhalt Risse erlitten, wenn es darum ging, keinen Impfniederkommen zu lassen oder sich unter anderem auch aus Rücksicht der sozialen Gemeinschaft gegenüber impfen zu lassen. Ein großer Teil der Hausärzteschaft sieht sich damit konfrontiert, zusätzlich zu den immer noch bestehenden Herausforderungen. Wir führen Impfgespräche und Impfen und betreuen natürlich und immer noch die Betroffenen dieser Pandemie – neben dem normal weiterlaufenden Praxisalltag. Kreativität und persönliches Engagement sind gefragt, um dies bestmöglich gewährleisten zu können. Zudem stellt es

eine emotionale Belastung dar, die Patient\*innen und Familien, deren Angehörige an COVID-19 schwer erkrankten oder sogar verstarben, zu begleiten, zu trösten und ihnen Mut zu machen. Dies alles ist eine Situation, in der wir weiterhin – recht unbeeindruckt von der Pandemie – in unseren Ordinationen zukünftige (Haus-)ärzt\*innen ausbilden. Sehr zur beiderseitigen Freude, denn die notwendige Umstellung auf „distance learning“ bzw. digitale Lehre bedeutete durch den Wegfall des gegenseitigen direkten Austauschs und der Resonanz sowohl für die Studierenden als auch für die Lehrenden einen Verlust. Die Studierenden und Turnusärzt\*innen konnten und können aber durch die praktische Lehre in den Ordinationen am eigenen Leib spüren, welche Rolle die Hausarztmedizin in den Zeiten einer Pandemie einnehmen kann, nicht nur in Hinblick auf die Versorgung Kranker, sondern vielmehr auch durch die enorme Leistung, die die Hausärzt\*innen im Zuge der präventiven Maßnahmen und hier insbesondere der Impfungen innehaben. Eindrucksvoll zeigte sich die besondere Bedeutung der Hausarztmedizin insbesondere durch das einzigartige Vertrauensverhältnis zwischen Hausärzt\*innen und Patient\*innen, das in vielen Fällen die notwendige Basis für die Einwilligung zur Impfung darstellte. Bedenkt man jedoch die Kraftanstrengung, die diese vielfältigen Aufgaben für einen Teil der Hausärzteschaft darstellten, so birgt dies durchaus auch die Gefahr, dass Studierende aus Sorge vor dieser enormen Arbeitslast von diesem wunder-



**Dr. Stephanie Poggenburg**  
Ärztin für Allgemeinmedizin, Hart bei Graz

schönen Beruf eher abgehalten werden. Auch hier hat die Pandemie wie ein Brennglas gewirkt: Die schon lange im Raum stehenden Notwendigkeiten, die Hausarztmedizin durch Erweiterung des abrechenbaren Leistungsspektrums attraktiver zu gestalten, sie durch einen Facharztstitel allen anderen Fachärzt\*innen gleichzustellen und die Ausbildung in diesem Fach zu verbessern und mehr an die Anforderungen des späteren Berufslebens anzupassen (insbesondere Verlängerung der Lehrpraxis) wie auch der Wunsch nach flexiblen, situations- und ortgerechten Zusammenarbeitsformen haben sich mehr denn je herauskristallisiert. Umso mehr ist es notwendig, dass die Leistungen der Hausarztmedizin generell und im Besonderen während der gegenwärtigen Pandemie durch die schon lange überfällige Erfüllung der oben genannten Forderungen gewürdigt werden – damit es auch in zukünftigen medizinischen Krisensituation ausreichend gut ausgebildete, engagierte und motivierte Hausärzt\*innen gibt. ■

# ÖGPAM-Tagung: Wie geht's weiter?

Die 7. Tagung der Österreichischen Gesellschaft für Psychosomatik und Psychotherapeutische Medizin in der Allgemeinmedizin fand am 8. Mai 2021 erstmalig in Hybridform (in der Ärztekammer Salzburg und online) in der beinahe gespenstisch leeren Stadt Salzburg statt.

**D**ie ÖGPAM-Präsidentin **Dr. Barbara Hasiba** wies in ihrer Begrüßung auf die Aktualität des Tagungsthemas hin, wir sollten immer wieder innehalten und die nächsten kleinen Schritte im gesellschaftlichen und beruflichen Alltag planen, sozusagen eine Entdeckungsreise in „neues Territorium“.

## „Wenn gar nichts hilft, hilft noch Humor.“

**Ruth Werdigier** (Wien) ließ alle Tagungsteilnehmer\*innen in ihre „Hausapotheke“ der Geschichten, Metaphern und Witze schauen. Humor ist das Salz des Lebens, und wer gut gesalzen ist, bleibt länger frisch. Die von uns Ärzt\*innen und Therapeut\*innen erzählten Geschichten und Metaphern bleiben den Patient\*innen oftmals besser in Erinnerung, Humor hilft dabei, Dinge aus der Distanz zu betrachten, er wirkt deeskalierend und entkrampfend auf die zwischenmenschliche Kommunikation, er ist eine wichtige Ingredienz unserer Resilienz – „er ist das Kamel, das uns durch die Wüste trägt“.

## Psychosomatik in der HNO-Praxis

**Priv.-Doz. Dr. Wolfgang Luxenberger** (Fronleiten) führte uns in die Psychosomatik in der HNO, wenn die Patienten „die

Nase voll haben“. „PSY“ in der HNO-Praxis ist deshalb so wichtig, weil ein Drittel der Patient\*innen mit einer Form der Somatisierung kommt und der HNO-Arzt als primärer Ansprechpartner es in der Hand hat, durch sein Wirken Chronifizierung zu verhindern. Er betonte die Wichtigkeit in der Arzt-Patienten-Beziehung von „feeling understood, changing the agenda and making the link“. Dr. Luxenberger zeigte dies anhand der beiden Fallbeispiele „Globusgefühl“ und „Tinnitus“. Er ging auch auf die in unseren Pandemiezeiten häufig auftretende Hyposmie/Anosmie ein, die in über 90 % der Fälle reversibel ist.

## Kinder in der Pandemie

Zum Thema „Kinder in der Pandemie – oft lassen sie den Körper sprechen“ berichtete **Dr. Barbara Emhofer-Licka** (Steyr), dass es durch die massive Einschränkung in der Erlebniswelt und Bewegungsfreiheit von Kindern und Jugendlichen während der Pandemie zu einer Vielzahl von Langzeitfolgen und Erkrankungen wie Essstörungen kam und noch kommen wird.

Wichtig dabei ist, nicht primär rein somatisch abzuklären und erst, wenn „nichts“ gefunden wird, die Psyche als mögliche Ursache zu sehen, sondern beide Seiten gleichzeitig im Sinne des bio-psycho-sozi-



**Dr. Susanne Felgel-Farnholz**

Ärztin für Allgemeinmedizin, Ebensee,  
2. Vizepräsidentin der ÖGPAM

alen Krankheitsmodells anzuschauen. Bereits beim Erstgespräch sollen wir in der biografischen Anamnese genau nach Lebensumständen und Ereignissen im Leben der jungen Patient\*innen fragen, die zum Beginn der Symptome führten.

Sie schilderte dies an zwei eindrucklichen Fallbeispielen, einem 12-jährigen Jungen, der nach einem Rachenabstrich unter zunehmender Übelkeit leidet und dadurch zum Schulverweigerer wird sowie einer 16-jährigen Schülerin, deren Anorexie-Erkrankung während des Lockdowns immer kritischer wird und sich die Patientin wegen der Kontaktbeschränkungen ihrer Therapie immer weiter entzieht.

## Fallbeispiele aus der Praxis

Nach 3 Fallbeispielen aus der Hausarztpraxis, berichtet von **Dr. Elisabeth Wejbor**a (Graz), **Dr. Benedikt Hofbaur** (Arbesbach) und **Dr. Thomas Jungblut** (Bregenz) wurde Prof. Dr. Luise Reddemann aus Deutschland online zugeschaltet. Zum Thema „Die Welt als unsicherer Ort – Corona und ärztliches Handeln“ philosophierte sie über die in unserer Kultur verankerte Ablehnung der Sterblich-



keit, die in der Pandemiezeit dazu führte, dass der Tod mit allen Mitteln bekämpft werden muss.

Bereits Rilke sah den „Tod schon immer in uns leben, wie den Kern in einer Frucht, wobei Kinder einen kleinen Kern in sich tragen, der mit dem Älterwerden immer größer wird“.

*Wir sollten die Themen Sterben und Tod nicht so vehement verdrängen, sondern unserem „abschiedlichen Leben“ mit mehr Akzeptanz und Gelassenheit begegnen, um „zu noch größerer Liebe zum Leben“ zu finden.*

[Zitat von Irvin D. Yalom]

Die Corona-Krise kann ein Weckruf sein, uns mehr um uns selbst und unser inneres Gleichgewicht zu kümmern, liebevolle Berührungen, Augenkontakt und tröstende Worte zu finden, den Halt in Freundschaften zu suchen und die Verbundenheit mit uns selbst zu spüren, anstatt uns ständig abzulenken. Corona kann uns alle lehren, dass Leid zum Leben gehört!

### Das Konzept der somatischen Metapher

Eine Werkstatt am Nachmittag wurde von **Dr. Otto Hofer-Moser** (Rosegg) gestaltet. Dr. Hofer-Moser brachte Fallbeispiele, wo die symbolische Bedeutung einer Krankheit die Geschichte eines Patienten für den Therapeuten spiegelt. Die „somatische Metapher“ öffnet sich ihnen oft in wenigen Worten der Patienten, in Worten, die berühren, die stimmig erscheinen, durch die ein Bild entsteht, so wie Kinder mit symbolischen Bildern versorgt werden, um die Welt besser verstehen zu können. Die spezifische emotionale Bewertung von Stressoren kann über diese Bilder bewusst gemacht werden. Sie müssen aber von den Betroffenen selbst gefunden werden.



### Wirksame Rituale bei Schlafstörungen

**Dr. Barbara Hasiba** (Birkfeld) referierte über hilfreiche Rituale bei Schlafstörungen und gab vielschichtige Empfehlungen an die Zuhörer\*innen weiter. Die Rituale sollen keinesfalls „verordnet“, sondern gemeinsam mit den Patient\*innen gesucht werden, z. B. kreisende Gedanken unterbrechen zu lernen, die Schlafdauer einschätzen zu können, eine „Reise durch den Körper“ zu starten, oder gemeinsam mit schlafgestörten Kindern ihren „Ressourcensaurus“ zu zeichnen.



### Kopfschmerz in anderen Kulturen

Des Weiteren sprach **Dr. Herbert Bachler** (Innsbruck) über „Kopfschmerz in anderen Kulturen“ und berichtete, dass afro-amerikanische im Vergleich zu weißen Kopfschmerzpatient\*innen häufigere und stärkere Kopfschmerzen haben, diese jedoch weniger oft diagnostiziert und seltener ausreichend behandelt werden. Mit seiner online zugeschalteten Assistentin, mit türkischem Hintergrund, lieferte er hilfreiche Hinweise u. a. zu Kulturunterschieden, Sprachbarrieren, Genetik und verwies auf Tipps aus der ayurvedischen Medizin.

### Erfahrungen im österreichischen Gesundheitssystem durch Menschen mit Migrationshintergrund

**MR Dr. Christoph Dachs** (Hallein) hatte **Mohammad Aljamal** mitgebracht, der über die Anfangsschwierigkeiten erzählte, nach seiner Flucht aus Syrien in Österreich ein neues Leben zu beginnen, wer ihm dabei geholfen hat und dass er nach einer Pflegefachassistentenausbildung nun an der FH Pflegewissenschaften studieren will. Er berichtete aber auch, dass nicht jedem Mitglied seiner Familie das Leben in Österreich leicht gelingt und wie Schwierigkeiten in der Arzt-Patient\*innen-Kommunikation bei Migrationshintergrund besser bewältigt werden können.

Den stimmungsvollen „NACH.HALL“ gestalteten **MR Dr. Reinhold Glehr** (Hartberg) am Sopransaxophon, dazu las **Dr. Bernhard Panhofer** (Ungenach) heitere und nachdenkliche Geschichten aus „Der Stimmenimitator“ von Thomas Bernhard.

#### Vortragende

Dr. Barbara Hasiba  
Ruth Werdigier  
Priv.-Doz. Dr. Wolfgang Luxenberger  
Dr. Barbara Emhofer-Licka  
Dr. Elisabeth Wejborá  
Dr. Benedikt Hofbauer  
Dr. Thomas Jungblut  
Prof. Dr. Luise Reddemann  
Dr. Otto Hofer-Moser  
Dr. Herbert Bachler  
MR Dr. Christoph Dachs  
MR Dr. Reinhold Glehr und  
Dr. Bernhard Panhofer



#### SAVE THE DATE

25. September 2021: **Philosophische Weinwanderung** im Hartberger Land  
07. Mai 2022: **8. ÖGPAM-Tagung** in Salzburg

# Themenfelder, die durch die Pandemie entstehen

COVID-19 ist trotz des rasch voranschreitenden Impfplans Thema Nummer 1 in unseren Ordinationen. Im täglichen Bestreben, die Pandemie einzudämmen, treffen wir immer wieder auf neue Herausforderungen, auf Nebenschauplätze, die sich als direkte oder indirekte Folgen aus einem Jahr „social distancing“, Home-Office und Hygienemaßnahmen ableiten lassen. Die noch unbekanntenen Auswirkungen dieser Maßnahmen auf die Versorgung der Patient\*innen gilt es schon jetzt zu beachten, um in Zukunft die Entwicklung tiefgreifender Probleme zu vermeiden.

Diesen Umstand nahmen wir zum Anlass, zwischen 2. 6. 2021 und 14. 6. 2021 eine Umfrage unter den COVID-19-Newsletter-Beziehenden der ÖGAM/KL-Kooperation durchzuführen. Wir wollten wissen, welche Themen in den Ordinationen unserer Kolleg\*innen aktuell vordringlich sind, welche nicht weiter ins Gewicht fallen und welche in Zukunft als wichtig wahrgenommen

werden. An der Umfrage beteiligten sich 51 Kolleg\*innen. Die Teilnahme war mit 26 Frauen und 25 Männern ausgeglichen. Ähnlich entfielen die Antworten, wo sich die Ordination verorten lässt: 51 % am Land, 27 % in der Stadt und 22 % im halb-städtischen Bereich. Bei der Frage nach der Organisationsform stellte sich heraus, dass 70 % in einer Einzelpraxis arbeiten, 24 % in einer Gruppenpraxis und 6 % in einem Primärversorgungssetting (Einheit oder Netzwerk). Die Kernfrage unserer Umfrage ergab einen interessanten Schnapsschuss der gegenwärtigen medizinischen Themenbereiche im Zusammenhang mit der Pandemie. Die in der nachfolgenden Abbildung dargestellten Ergebnisse lassen sich wie folgt reihen:

## Über 50 % der Antworten entfielen mit einem „Ja“ auf die Themen:

1. Aufschieben medizinischer Routineuntersuchungen durch Patienten selbst
2. Gewichtszunahme
3. Verschlechterung psychischer

4. Arbeitsprobleme
5. schulische Probleme bei Kindern
6. negative Veränderung im Ernährungsverhalten
7. Verschlechterung chronischer Erkrankungen
8. Entwicklungsprobleme bei Kindern

Die ansteigende Suchtproblematik (48 %) stellt ein in Zukunft zu erwartendes Handlungsfeld dar, ebenso wie die Armutsgefahr (32 %), häusliche Gewalt (28 %) und ebenfalls die Entwicklungsprobleme bei Kindern (27 %). Überwiegend weniger als Herausforderung wurde die Betreuung bzw. eine mögliche Vernachlässigung zu pflegender Angehöriger wahrgenommen.

Als direkte Folgen der COVID-19-Pandemie zählen der Einschätzung der Befragten zufolge Themen wie:

1. Long COVID, 2. affektive Störungen und
3. Arbeitslosigkeit.

Mehr Informationen wurden vor allem zu den Themen:

1. Long COVID, 2. Rehabilitationsbedarf (v. a. psychische Folgeerkrankungen inkl. Suchtproblematiken) und 3. Veränderungen von Verhältnissen und Verhalten von Patient\*innen gewünscht.

Unsererseits wurde auch nach regionalen und bekannten Lösungsideen und Unterstützungsmöglichkeiten gefragt. Die Relevanz eines stabilen Hilfsnetzwerks wurde für sämtliche Themen als unerlässlich hervorgehoben. Führende Unterstützungsmöglichkeiten waren die (zum Teil deutlich abnehmende) Nachbarschaftshilfe, Selbsthilfegruppen sowie Reha-Einrichtungen bei Long COVID. Vereinzelt wurden auch Unterstützungen durch Gemeinde- und Pfarrstrukturen genannt.

Florian Stummer, Karl-Landsteiner-Privatuniversität für Gesundheitswissenschaften

