Klinik für Nephrologie & Zentrum Klinische Pflegewissenschaft
UniversitätsSpital Zürich

Erstellen von Schulungsbroschüren für Menschen vor und nach einer Nierentransplantation

G. Schmid-Mohler, Prof. Dr. T. Fehr, T. Albiez, P. Witschi, B. Biotti, Prof. Dr. R. P. Wüthrich, Prof. Dr. R. Spirig

Ausgangslage und Analyse der Praxissituation

- Über 1000 nierentransplantierte Menschen aus der Region Zürich, den Kantonen der Innerschweiz, Graubünden und Tessin werden im UniversitätsSpital Zürich nachbetreut.
- Die Fallführung liegt nur im ersten Jahr nach der Nierentransplantation bei den Nephrologen im UniversitätsSpital Zürich. Die Betreuung vor der Nierentransplantation und die Langzeitbetreuung erfolgt durch die niedergelassenen Nephrologen vor Ort.
- Aufgrund einer Analyse der Praxissituation im Jahr 2009 basierend auf dem Chronic Care Model der WHO mit qualitativen und quantitativen Methoden wurden folgende Schritte beschlossen:
  1. Entwicklung von evidenzbasierten Broschüren für Menschen vor und nach einer Nierentransplantation.
  2. Entwicklung eines Selbstmanagementprogramms für Patienten zur Umsetzung von gesundheitsrelevantem Verhalten (Hauptfokus) und Wissen im Alltag.
  3. Entwicklung eines Peerprogramms zur Förderung der Zusammenarbeit mit anderen transplantierten Patienten.

Broschürenentwicklung: Methoden

Theoretischer Rahmen

- Basierend auf der Konzeption von Selbstmanagement nach Lorig (2003).

Auswahl der Themen erfolgte aufgrund ….

- der Bearbeitung der aktuellen Literatur
- der erhobenen Sichtweisen von nierentransplantierten Personen und Patientenorganisationen
- der erhobenen Sichtweisen der involvierten Berufsgruppen

Einbezug von Evidenz

- Die Texte wurden in Zusammenarbeit mit den jeweiligen Fachexperten und unter Einbezug einer nierentransplantierten Person erarbeitet, dabei wurde die aktuelle Literatur einbezogen.

Erstevaluation des Broschürenentwurfs erfolgte

- durch Patienten, Pflegefachpersonen und den ärztlichen Dienst.
- aufgrund vorgegebener Kriterien (Relevanz, Vollständigkeit, Verständlichkeit etc.), wobei diese als «grösstenteils erfüllt» oder «vollständig erfüllt» eingeschätzt wurden.

Resultat: Die Broschüren für Menschen vor und nach einer Nierentransplantation

1) Die drei Broschüren werden in unterschiedlichen Phasen innerhalb des Patientenprozesses abgegeben.

Broschüre 1:
Vor der Transplantation

Broschüre 2
Akute Phase nach der Transplantation

Broschüre 3:
Langzeitphase nach der Transplantation

2) Alle Informationen für ein sicheres Selbstmanagement sind in der Seitenspalte zusammengefasst.

Auszug aus Broschüre 2:
Seitenspalte für einen schnellen Überblick

3) Weiterführende Informationen und Kontaktangaben sind als Blätter in die Broschüre eingelegt.

Kontaktverzeichnis

Weiterführende Informationen

4) Erfahrungsberichte dienen als mögliche Rollenmodelle.

„Kurz nach der Nierentransplantation wurde mir wegen zu langer Krankheitszeit gekündigt. Ich haben dann zwei andere Jobs gemacht. Aber richtig gefallen haben sie mir nicht. Ich wollte etwas tun, das mir Freude macht.
Und dann habe ich eine Marktlücke entdeckt: Viele Büroleute haben zu wenig Zeit, sich selbst etwas Gesundes zu kochen. Daraufhin habe mich beruflich selbständig gemacht. Ich bereite täglich Mahlzeiten zu und liefere sie dann zur Mittagszeit direkt in die Büros. Dieses Angebot möchte ich gerne weiter entwickeln. Durch die Nierentransplantation habe ich wieder meine Energie und Lebensfreude zurückerhalten, die mir ein so kreatives Arbeiten möglich macht."
Frau Aschwanden

Abbildung: Auszug aus Broschüre 3 - Erfahrungsbericht

5) Die Broschüren sollen den Patienten darin unterstützen, kompetente Entscheidungen zu treffen.

	Alles OK!	Seien Sie achtsam!		Handeln Sie!	
	Sie haben…	und handeln!		Sie haben…	und handeln!
Allgemeinbefinden	Sie fühlen sich gesund und wohl.	Sie fühlen sich nicht wohl oder spüren eine aussergewöhnliche Müdigkeit.	Messen Sie Blutdruck, Gewicht und Körpertemperatur.	Sie fühlen sich krank. ODER Sie haben Schmerzen, einen Druck, eine Rötung oder Schwellung im Bauchbereich oder im Operationsbereich.	Melden sie sich bei einem oder mehreren Symptomen sofort unter folgender Telefonnummer: **Montag bis Freitag von 7.30 - 16.00 Uhr: Tel. 044 255 35 32** Ambulatorium Nephrologie **Ausserhalb dieser Zeiten: Tel. 044/255 11 11** Empfang UniversitätsSpital Zürich
Gewichtszunahme	Ihr Gewicht ist stabil.	Sie haben mehr als 1.5 Kilo an einem Tag zugenommen, aber Ihre Urinmenge ist stabil geblieben.	Messen Sie Ihr Gewicht täglich.	Sie haben innerhalb weniger Tage mehr als 1.5 Kilo zugenommen und bemerkt, dass Ihre Urinmenge abgenommen hat. ODER Sie haben neue Wassereinlagerungen an den Fussknöcheln oder an den Augenlidern entdeckt.	
Gewichtsabnahme	Ihr Gewicht ist stabil.	Sie haben mehr als 1.5 Kilo an einem Tag abgenommen.	Messen Sie Ihr Gewicht täglich.	Sie haben innerhalb weniger Tage mehr als 3 Kilo abgenommen.	
Urinausscheidung	Ihre Urinmenge ist stabil.	Sie sind unsicher, ob Ihre Urinmenge abnimmt.	Messen und notieren Sie Ihre Urinmenge.	Sie haben eine deutlich geringere Urinmenge, obwohl Sie genügend getrunken und nicht stark geschwitzt haben. ODER Sie können keinen Urin lösen oder haben Schmerzen dabei. ODER Sie stellen fest, dass der Urin trüb oder blutig ist.	

Abbildung: Auszug aus Broschüre 2 – der Selbstbeobachtungsplan

6) Visuelle Darstellungen unterstützen die Verständlichkeit der Texte.

Abbildung: Auszug aus Broschüre 2

Ausblick

- Es folgt die Weiterentwicklung des Selbstmanagementprogramms mit dem Ziel, nierentransplantierte Personen zu motivieren und zu befähigen, ihr Wissen und Verhalten nachhaltig im Alltagsleben umzusetzen.
- Evaluation des Selbstmanagementprogramms (Mai 2012 – Mai 2015)

Danksagung

- Wir danken Novartis Pharma Schweiz für die finanzielle Unterstützung.
- Wir danken allen Personen, die bei der Entwicklung der Broschüren mitarbeiteten - sei es im Erstellen der Texte, Reviewen oder Evaluieren.
- Wir danken im Besonderen allen Personen vor oder nach einer Nierentransplantation, die bereit waren, Ihre Erfahrungen mit uns zu teilen.

UniversitätsSpital Zürich