

# KURZ UND BÜNDIG PRÄVENTION soH



solothurner  
spitäler **soH**

# WER WIR SIND UND WAS WIR MACHEN

Prävention soH setzt sich im Auftrag des Gesundheitsamts des Kantons Solothurn für die Prävention in der Gesundheitsversorgung entlang des Patientenpfads bei chronischen, nicht-übertragbaren Krankheiten ein. Organisatorisch ist die Prävention soH in der Ärztlichen Direktion der soH angesiedelt.

Die Vision der Prävention soH ist es, individuell auf die Patient:innen zugeschnittene Prävention entlang des Patientenpfads einzubauen und damit die Krankheitslast zu verringern.

So wird die Lebensqualität und Autonomie bei den Patient:innen verbessert und der Behandlungsbedarf im Kanton Solothurn sinkt. Von 2024–2026 hat Prävention soH diese fünf Ziele:

## Ausblick

Im Januar 2025 wird Frau Dagmar Böcker als neue Leiterin von Prävention soH ihre Tätigkeit aufnehmen. Dagmar Böcker stösst von der Frauenklinik des Universitäts-

spitals Basel, wo sie zuletzt als Leiterin Public Relations & Projektmanagement tätig war, zu Prävention soH. Sie löst Kathrin Reinli ab, welche Prävention soH seit 2012 geleitet hat und per Ende Januar 2025 in Pension geht.

Dagmar Böcker wird aufbauend auf den Vorarbeiten, die 2024 erarbeitet wurden, die Strategie 2024 – 2026 weiter umsetzen. Ein wichtiges Ziel wird sind, den 2024 gegründeten Patientinnen- und Patientenrat zum Einsatz zu bringen und die Projekte Austrittsberichte mit Prävention sowie Smarter Medicine von der Konzeptphase in die Umsetzungsphase zubringen. Diese neuen Projekten werden dazu beitragen, Prävention noch besser in der Gesundheitsversorgung zu integrieren.





# DAS WAR 2024



# PATIENTINNEN- UND PATIENTENRAT SOH



Am 25. November trafen sich 17 frisch ernannte Mitglieder des neuen Patientinnen- und Patientenrat soH im Bürgerspital Solothurn zu ihrer ersten Sitzung. Mit ihren Erfahrungen als Patientinnen, Patienten oder Angehörige wollen sie das Angebot der soH weiterentwickeln und verbessern.

Der neue Patientenrat wird sich ein- bis zweimal jährlich treffen und zusätzlich in Arbeitsgruppen konkrete Verbesserungsvorschläge erarbeiten. Die Auftaktsitzung bot Gelegenheit zum Austausch mit der Geschäftsleitung und eine Einführung in die Patientenbeteiligung, geleitet von Expertin Chantal Britt vom Kompetenzzentrum Partizipative Gesundheitsversorgung an der Berner Fachhochschule BFH sowie Präsidentin von Long Covid Schweiz. Die Mitglieder des Rats – eine vielfältige Gruppe aus ehemaligen Patientinnen, Angehörigen und Vertretern von Gesundheitsorganisationen – zeigten hohe Motivation, ihre Erfahrungen für die Weiterentwicklung der soH einzubringen.

Prävention soH war für den Aufbau des Patientinnen- und Patientenrats verantwortlich und wird im kommenden Jahr zusammen mit dem Patientinnen- und Patientenrat Präventionsprojekte gemeinsam bearbeiten.



< Scannen und mehr über den Patientinnen- und Patientenrat soH erfahren

# soHealth WETTBEWERB UND EVENT



Dieses Jahr fand die 3. Förderrunde im soHealth Wettbewerb statt. Es wurden 14 innovative Projekte eingereicht, sowohl von internen Zentren und Kliniken wie auch von externen Organisationen wie Gesundheitsligen, Spitex, Arztpraxis und Apotheke. Der Fokus der Ausschreibung lag auf dem Thema Schnittstellenoptimierung.

## Gewinnerprojekte Förderrunde 2024

- Reduktion der Chemotherapie induzierten Polyneuropathie (CIPN) durch Ganzkörper-Vibration und sensomotorisches Training
- Niederschwelliger Zugang nach Diagnosestellung in den Memory Clinics zu Beratung und Begleitung durch Alzheimer Solothurn
- Ambulante Betreuung von geriatrischen Patientinnen und Patienten in der Genossenschaft für Altersbetreuung und Pflege Gäu (GAG) durch eine Advanced Practic Nurse (APN) des Kantonsspitals Olten



Dr. med. Katharina Rüther-Wolf, PD Dr. phil. Markus Lampert und Frau Regierungsrätin Susann Schaffner bei der Preisübergabe für das erfolgreichste Projekt aus der 2. Förderrunde – live gewählt durch das soHealth-Event-Publikum.



< Scannen und mehr über  
den soHealth Wettbewerb  
und Event erfahren





Zum ersten Mal wurde im Kanton Solothurn ein PEPrA Fortbildungsmodul für Hausärztinnen und Hausärzte angeboten. PEPrA ist eine gemeinsame Dienstleistung der FMH, der Stiftung Gesundheitsförderung Schweiz, der Gesundheitsämter und der Kantonalen Ärztesellschaften zur Umsetzung von Prävention im Praxisalltag. PEPrA steht für «Prävention mit Evidenz in der Praxis».

Tabakkonsum ist eines der grössten Probleme der öffentlichen Gesundheit. Er ist die wichtigste Einzelursache für den Verlust an Lebensqualität und Lebensjahren und kann zu Krankheiten wie Krebs und Herz-Kreislauf-Krankheiten führen. Die Fortbildung ging auf aktuelle Erkenntnisse und Methoden ein, um Patientinnen und Patienten auf ihren Tabakkonsum anzusprechen, zum Rauchstopp zu beraten und sie dabei zu unterstützen. Dabei wurden auch die neuen Tabakprodukte wie erhitzte Produkte und E-Zigaretten berücksichtigt. Die Referentin, Prof. Dr. med. Isabella Sudano, Leiterin Präventive Kardiologie am Universitätsspital Zürich, führte spannend und unterhaltsam durch den Fortbildungsnachmittag, unterstützt von der Rauchstoppberaterin Angela de Nardis, welche das Rauchstoppangebot des Bürgerspitals Solothurn erläuterte. Die Solothurner Spitäler sind mit dem Silberzertifikat als rauchfreies Spital des FTGS (Forum Tabakprävention in Gesundheitsorganisationen Schweiz) ausgezeichnet und setzen sich auf verschiedenen Ebenen für die Tabakprävention ein.

# KREBSSPORTGRUPPE AM BSS



Bereits seit 2013 ermöglicht Prävention soH am Bürgerspital Solothurn ein Training für Frauen mit Brustkrebs. Mit regelmässigem Training vermindern die Betroffenen ihr Rückfallrisiko und steigern ihre Lebensqualität. Grosse Studien zeigen, dass bei Patientinnen und Patienten, welche bereits an Krebs erkrankt sind, das Risiko eines Rückfalls durch Bewegung deutlich reduziert werden kann. Beim Brustkrebs beträgt die Verminderung des Rückfallrisikos beispielsweise 50 Prozent. Zusätzlich wirkt sich regelmässiges körperliches Training nachgewiesenermassen positiv auf die Leistungsfähigkeit und die Lebensqualität aus. Personen, die aktiv Sport treiben, fühlen sich weniger müde und erschöpft.

Regelmässig nehmen 20 Frauen das Angebot an und bewegen sich unter der Leitung von Véronique dal Maso. Viele von ihnen sind schon jahrelang dabei und für sie ist die Gruppe eine wichtige Quelle der Stärkung und Unterstützung. In der Gruppe sprechen alle über ihre Krankheit, Kontrolltermine, Ärztinnen und Ärzte, über Müdigkeit, aber dennoch überwinden sie sich, mitgerissen von der energetischen Kursleiterin, zum Training.



< Scannen  
und  
anmelden





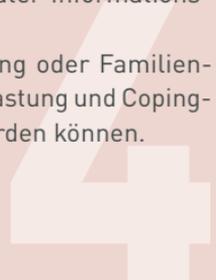
## SPRECHSTUNDEN EINER KINDER- UND JUGENDPSYCHOLOGIN IN DER ERWACHSENENPSYCHIATRIE

Kinder und Jugendliche von psychisch kranken Eltern können selbst ebenfalls psychisch erkranken. Zudem sind diese Kinder erheblichen psychosozialen Belastungen ausgesetzt.

Aus diesem Grund besteht seit rund zehn Jahren ein konstantes Sprechstundenangebot der Kinder- und Jugendpsychiatrie KJP in den Kliniken für Psychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatik KPPP für dort hospitalisierte Eltern, welches von Prävention soH mitfinanziert wird.

Damit ist die Möglichkeit geschaffen worden betroffene Eltern möglichst früh niederschwellig beraten zu können. Hospitalisierte Eltern werden angemessen über die Bedürfnisse ihrer Kinder informiert und es werden ihnen Hilfs- und Unterstützungsangebote vermittelt. Protektive Faktoren bei den Kindern und Jugendlichen von psychisch kranken Eltern werden über die Sensibilisierung der betroffenen Elternteile unterstützt und gefördert. Zudem werden primärpräventive Informationen im Gespräch und mittels adäquater Informationsbroschüren vermittelt.

Bei Bedarf kann zusätzlich eine individuelle Elternberatung oder Familienberatung wahrgenommen werden, in welcher die eigene Belastung und Copingstrategien (insbesondere diejenigen der Kinder) vertieft werden können.



# HERZLICHEN DANK

---

Wir bedanken uns herzlich bei allen, die einen Beitrag zum Ergebnis von Prävention soH geleistet haben: Beim Sounding Board von Prävention soH, bei den Mitarbeitenden der Solothurner Spitäler, beim Gesundheitsamt des Kantons Solothurn und bei den Projektpartnern.

## **Mitglieder Sounding Board Prävention soH**

- Dr. med. Simone Eugster, Co-Präsidentin mfe Haus- und Kinderärzte Solothurn HASO
- Anita Hartmeier, Leiterin Physiotherapie, Bürgerspital Solothurn
- Sigrun Kuhn, Präsidentin Spitex Verband Kanton Solothurn
- PD Dr. med. Thorsten Mikoteit, Stv. Chefarzt Kliniken für Psychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatik
- Dr. med. Katharina Rüther-Wolf, Ärztliche Direktorin soH
- Nicole Stöckli, Leiterin Physiotherapie, Spital Dornach
- Prof. Dr. med. Rolf Vogel, Chefarzt Kardiologie soH
- Dr. Marianne Frech, Leiterin Pflegeentwicklung soH
- PD Dr. med. Thomas Züger, Chefarzt Stoffwechselzentrum KSO

## **Verantwortliche und Mitarbeitende Prävention soH**

- Dr. med. Katharina Rüther-Wolf, Ärztliche Direktorin soH
- Lic. phil.-nat. Kathrin Reinli MPH, Leiterin Prävention soH
- Andrijana Frey, Kommunikation Prävention soH

# WEITERE PROJEKTE

---

Nebst den vorgängig beschriebenen Projekten hat Prävention soH 2024 viele weitere Projekte unterstützt:

- Digitalisierung Rehabilitationsprogramm KVM
- Hebsorg.ch
- Fortbildung für Spitalärzt:innen zum Thema Alkohol
- Rauchstopperberatungen an den Standortspitälern Solothurn und Olten
- Yoga für Krebsbetroffene
- fit+ mami (bis 31.12.2024)
- ZÄMEGOLAUF (bis 31.8.2024)
- Richtig atmen (bis 31.8.2024)
- Angehörigenberatung Erwachsenenpsychiatrie
- Angehörige pflegen, gemeinsam stark (bis 31.12.2024)
- Projekt Partnerschaft Smarter Medicine
- Austrittsberichte mit Prävention
- Massnahmen Rauchfreies Spital

# UNSER JAHR 2024 AUF EINEN BLICK

**18**

Projekte



**14**

Eingaben

soHealth  
Wettbewerb

**46 465**

Besuche

auf HEBSORG.CH

**175**

Schwangere

mit «fit+mami»  
erreicht

**179**

Mütter

mit «fit+mami»  
erreicht

**621**

Rauchstopp-  
beratungen



**162**

Spazier-  
wanderungen



**40**

psychisch belastete Eltern

beraten

**17**

Mitglieder im  
Patientinnen- und  
Patientenrat soH



**250**

Präventions-  
angebote

auf HEBSORG.CH

Impressum

Herausgeberin

Prävention soH, Solothurner Spitäler AG, Schöngrünstrasse 36a, 4500 Solothurn,  
T 032 627 37 88, praevention@spital.so.ch, www.solothurnerspitaeler.ch

Bilder: © fotomtina / © Caroline Gumbiller / © ZÄMEGOLAUFE / © Kevin Müri