

NEWSLETTER

Guten Tag

Was für eine veränderte Welt seit dem letzten Newsletter!

Hoffentlich werden viele der neuen Herausforderungen, die sich durch die Corona-Situation ergeben, bewältigt.

Wir teilen hier ein paar Erfahrungen, berichten aber auch von Anlässen davor und machen neugierig auf kommende Veranstaltungen.

Wir wünschen viel positive Energie!

Vorstand der SAG PPP

Inhalt des 11. Newsletters

- S. 2 Corona-Auswirkungen
- S. 2 Dankeschön an physioswiss
- S. 3 Wegen Corona verschobene Anlässe
- S. 4 Aktivierung zuhause
- S. 4 2. Schweizer Symposium zur Integration von psychologischen Aspekten in die Physiotherapie
- S. 5 Fachaustausch „Physiotherapie und psychische Gesundheit – Was kann in die ambulante Praxis übernommen werden?“
- S. 7 Stellenanzeiger der SAG PPP
- S. 7 Workshop in der Praxis 4P in Burgdorf: „Übertragung / Gegenübertragung: Vom Umgang mit schwierigen Beziehungen“, 4. Juli und 10. Oktober 2020
- S. 8 Agenda der SAG PPP

Impressum

SAG PPP, Liestal BS, www.sagppp.ch, vorstand@sagppp.ch

Weitere Links

www.ioptmh.org – www.physioswiss.ch – www.wcpt.org

In den Texten sind jeweils männliche und weibliche Personen gemeint. Aus stilistischen Gründen verwenden wir nur die neutrale Form.

Corona-Auswirkungen

Viele Patienten haben momentan grosse Ängste wegen Corona. Die einen fürchten sich vor einer Ansteckung und somit schwer zu erkranken oder sofort zu sterben. Andere sorgen sich insbesondere um ihre berufliche Zukunft wegen der Lockdown-Massnahmen. Es ist nicht verwunderlich, dass es eine Zunahme von muskulärem und arteriellem Hypertonus gibt. Aber auch beeinträchtigende Atembeschwerden (ohne Corona-Infektion, sondern aus Panik) und diverse weitere Symptome entstehen.

Es fürchten sich nicht nur unsere Patienten, sondern auch Therapeuten, denn unser aller Leben ist auf den Kopf gestellt. Es ist wohl zur Zeit ganz normal mehr oder weniger Angst zu haben!

Leider gibt es viele Personen, die über Wochen einfach alleine zuhause waren oder noch sind. Darunter sind viele, die sich langweilen und sich einsam fühlen. Einige sitzen passiv da und warten ab. Die Nachbehandlung der verschiedenen Auswirkungen wird bestimmt Monate dauern und nicht nur die Atemwege bei den erkrankten Corona-Patienten betreffen.

„Tragt Ihr Masken und Handschuhe? Vermeidet Ihr jeglichen Körperkontakt? Verbringt Ihr höchstens 15 Minuten mit einer Person? Führt Ihr neu ausschliesslich Gruppentherapien durch? Behandelt Ihr weiterhin Eure Patienten wie gewohnt einzeln?“ Momentan gibt es einige Unterschiede, wie die Patienten betreut werden. Viele Therapeuten sind verunsichert und verloren im Alltag.

Bezüglich Hygiene-Verhalten gibt es enorme Differenzen auch ausserhalb der medizinischen Praxen. Wie werden diese verstanden und verarbeitet?

Positiv an der aktuellen Corona-Situation ist, dass überhaupt wieder einmal über normale Hygienemassnahmen gesprochen wird. Es werden Empfehlungen gegeben zu möglichst sicherem Niesen und Husten. Wir werden instruiert, nach dem Toilettengang die Hände richtig zu waschen und nicht nur ein paar Finger kurz unter den Wasserstrahl zu halten (wenn überhaupt). Aber selbst in den aktuellen Händewasch-Anleitung werden Ringe, Freundschaftsbänder, Armbanduhren u. ä. selten gereinigt.

Wir geben im Newsletter einen Ausblick für Vorhaben in der nächsten Zeit, die wir planen trotz der unsicheren Umstände.

Dankeschön an physioswiss

Die Mitglieder des Zentralvorstands und der Geschäftsstelle von physioswiss legen während der Corona-Zeit viele Überstunden ein:

Sie setzen sich bei den Behörden für finanzielle Unterstützung ein, führen Kampagnen in der Öffentlichkeit durch und informieren die Mitglieder regelmässig über die aktuellsten Erkenntnisse.

Wir freuen uns auch über die grundsätzliche Zusage für ein Gespräch zum Thema psychologische Aspekte in der Physiotherapie auch während Krisenzeiten.

Herzlichen Dank für Euren Spezial-Einsatz!

Wegen Corona verschobene Anlässe

Mitgliederversammlung der SAG PPP 2020: Integrierte Psychiatrie Winterthur, IPW

Die Mitgliederversammlung der SAG PPP wurde vom 13. März auf unbestimmt verschoben. Es gibt im Moment keine dringenden Traktanden vom Vorstand aus. Wir werden diese planen, sobald abzusehen ist, wann sie durchführbar ist.

Fachaustausch „Wohin mit den Pfunden? Ernährung und körperliche Aktivität mit Psychopharmaka“: Integrierte Psychiatrie Winterthur, IPW

Auch der mit Interesse erwartete Fachaustausch wurde verschoben. Wir haben vor, diesen gemeinsam mit der Mitgliederversammlung nachzuholen. Hoffentlich haben viele unserer Leser am Ausweichdatum Zeit sich diesem spannenden und wichtigen Thema zu widmen.

Weiterbildung „Psychisches Leiden und körperliches Befinden - Psychosomatik aus der Praxis“: Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie Liestal

Da auch diese attraktive Weiterbildung bisher nicht durchgeführt werden konnte, besteht die Chance, noch daran teilnehmen zu können. Weitere Informationen gibt Zagorka Pavles: zagorka.pavles@sagppp.ch.

IOPTMH-Kongress in Helsinki

Das Komitee der International Organisation of Physical Therapy in Mental Health (IOPTMH) und der Finnish Association of Psychophysical Physiotherapy (PSYFY) musste die International Conference of Physiotherapy in Psychiatry and Mental Health (ICPPMH) mit dem Thema „Linking Body and Mind – the Key to Effective Physiotherapy“ auch verschieben. Wann der Kongress stattfinden wird, ist noch nicht bekannt. Informationen werden zu finden sein auf: www.icppmh2020.com.

2. Kooperationskongress: „Smarter Reha“

Organisiert von reha schweiz und physioswiss:

Schweizerische Paraplegiker Zentrum, Nottwil; 06.-07.05.2021

Der Kongress wurde vom Mai 2020 auf den Mai 2021 verschoben. Weitere Informationen sind erhältlich auf: www.reha-kongresse.ch/2021.

Jubiläumskongress 125 Jahre SGPP, Schweizerische Gesellschaft für Psychiatrie und Psychotherapie: Palazzo dei Congressi Lugano, Lugano; 03.03.-05.03.2021

Wir wollen die Zusammenarbeit mit den Psychiatern fördern. Am Kongress der SGPP (www.psy-congress.ch) bietet sich eine Gelegenheit zu neuen Kontakten.

Aktivierung zuhause

Wie können Patienten motiviert werden sich zuhause zu bewegen? Es gibt unzählige Videos im Internet. Hier sind mal erste zwei Links zu speziellen Anleitungen:

[Profi-Sportler geben Fitness-Tipps](#), [Body Chair Yoga Dance](#)

Im nächsten Newsletter können wir weitere Video-Links weitergeben, damit unsere Patienten zuhause etwas Ablenkung haben. Wir nehmen Anregungen gerne entgegen.

2. Schweizer Symposium zur Integration von psychologischen Aspekten in die Physiotherapie

Bern: 08.11.2019

Das Symposium zum Thema: «Psychisch-somatische Komorbidität: Zu gesund für die Psychiatrie, zu krank für die Physiotherapie?» stiess auf sehr grosse Resonanz. Das zahlreiche Publikum war bezüglich Alter, Geschlecht und Arbeitsumfeld gut durchmischt.

Referenten aus den Bereichen Physiotherapie, psychosomatische Medizin, Patientenvertretung und Forensik beleuchteten die wichtige Rolle der Physiotherapie in der Versorgung von Patienten im Bereich der Somatik, Psychosomatik und Psychiatrie. Sie formulierten die aktuellen und künftigen Herausforderungen, und bauten Brücken zwischen theoretischen Konzepten, Forschungsergebnissen und der Umsetzung im Therapiealltag.

Für folgende Fragen wurden Lösungsansätze vorgetragen oder miteinander diskutiert:

- Welche Rolle spielen Sportphysiotherapeuten in der Behandlung der psychischen Gesundheit bei Spitzensportlern? Sportphysiotherapeuten erlangen oft eine besonders vertrauensvolle Beziehung zu den Sportlern. Wenn die Therapeuten ausreichend Kenntnis über die psychische Gesundheit haben, kann über die Sensibilisierung im Behandlungsteam ein Samen gesetzt werden.
- „Exercise“ ist eine effektvolle Intervention für die Behandlung bzw. Prophylaxe von psychiatrischen Symptomen. Wie kann die Physiotherapie Patienten zu mehr Bewegung motivieren? In der physiotherapeutischen Behandlung können diverse kommunikative Kompetenzen genutzt werden. Der bewusste Gebrauch von psychologischen Strategien kann hilfreich sein.
- Wie kommt das Wissen um die grossen Effekte von Bewegung in Zusammenhang mit Mental Health zu den Physiotherapeuten und zu den andern Playern im Gesundheitswesen? Unsere Aufklärungsarbeit ist weiterhin nötig.
- Physiotherapeuten haben gute Karten (Zeit, Beziehung, hohe Akzeptanz), um Patienten mit somatischen, psychischen und funktionellen Störungsursachen und Mehrfachdiagnosen zu behandeln. Physiotherapeuten dürften lauter darüber reden, was sie tun, und mehr für ihre Kompetenz einstehen. Patientenbeispiele zeigen auf, wie sich Physiotherapeuten dafür erfolgreich eingesetzt haben.

- Was braucht es heute in der Schweiz in der Ausbildung aller Physiotherapeuten, um das Wissen, die Behandlungswerkzeuge und die innere therapeutische Haltung im Bereich Mental Health optimal zu schulen? Kenntnisse über psychiatrische Erkrankungen und Grundlagen des Umgangs mit ihnen sind wichtig, weil es sich um alltägliche Komorbiditäten handelt.

Ein grosser Dank gebührt den Organisatoren Dr. Dörte Watzek (BFH, Vorstand SAGPPP), Dr. Emanuel Brunner (Vorstand SAGPPP, Vorstand IOPTMH), Norbert Hindenberg (Inselspital) und Dr. Maurizio Trippolini (BFH) und ihren Institutionen für die gute Organisation des Anlasses!

Für die SAG PPP: Zagorka Pavles

Hier ist der Link zu einigen Vorträgen des Anlasses: bfh.ch_SAGPPP_2019-11-08



Fachaustausch „Physiotherapie und psychische Gesundheit - Was kann in die ambulante Praxis übernommen werden?“

Psychiatriezentrum Münsingen (PZM): 31.01.2020

Ein strahlend sonniger Tag lädt uns zu einem Fachaustausch in das Psychiatriezentrum Münsingen (PZM) ein - es zeigt sich mit dem eindrücklichen Panorama der Berner Alpen und dem grosszügigen Park mit altem Baumbestand von seiner schönsten Seite.

Sabine von der Heyden und das Physioteam vom PZM haben eine langjährige Erfahrung im Umgang mit Menschen in der Psychiatrie, die sie auf verschiedenen, krankheitsspezifischen Abteilungen betreuen.

Viele Therapien finden im wunderschönen Park statt.



Sorgfältig vorbereitet und mit viel Herzblut und Wissen stellen sie uns ihre Arbeit und die unterschiedlichen Behandlungsansätze vor, die sich in der Physiotherapie in der Psychiatrischen Klinik bewährt haben. Jedes Zweierteam gibt zuerst eine Definition der

Krankheitsbilder und danach einen Einblick in die alltägliche Praxis ihres spezifischen Gebietes. So erhalten wir ein vielfältiges Bild der verschiedenen Aufgaben und Herausforderungen, die lebendig und reflektiert dargestellt werden. Im Anschluss an diese Referate nutzen wir die Möglichkeit, uns in kleinen Gruppen mit präzisen Fragen, die uns in unserem eigenen Berufsalltag beschäftigen, an die Sachverständigen zu wenden. Es entsteht ein anregender, konstruktiver Austausch, der noch lange weitergeführt werden könnte. Ein reichhaltiger Apéro rundet den gelungenen Anlass ab und bietet die Gelegenheit zu weiteren Gesprächen in der erfreulich grossen Runde von gut 25 Teilnehmenden.

Herzlichen Dank an Sabine von der Heyden und ihr Team für die wertvollen Impulse und die hilfreichen Anregungen, die eigene Praxis zu überdenken, zu erweitern oder zu bestätigen.

Einen ausführlichen Bericht und das Handout finden unsere Mitglieder unter [Fachaustausch](#).

Allgemeines

Wenn möglich finden viele Therapien im Park statt, er lädt dazu ein, die Freiräume und Bewegungsmöglichkeiten zu erweitern.

Es wird lieber mehr *Zeit* pro Behandlung eingesetzt und dafür eher die Häufigkeit reduziert, um in Ruhe einen vertrauensvollen Kontakt aufzubauen.

Die Physiotherapeuten im PZM sind aufgefordert, die eigene Stimmung, Energie und Grenzen gut wahrzunehmen und zu respektieren, somit Selbstfürsorge nicht nur bei Patienten anzuleiten, sondern auch für sich selber anzuwenden.



Das Vertrauen darauf, dass jeder Patient das aufnimmt, was er brauchen kann, gibt den Therapeuten einen kreativen Handlungsspielraum. Sie sind sich bewusst, dass sie ‚nicht wissen‘ und daher immer wieder genau nachfragen müssen, um verstehen zu lernen. Dazu gehört viel Achtsamkeit, Selbstreflexion und Authentizität.

Für die SAG PPP: Dörte Watzek und Susanne Waldmeier

Stellenanzeiger der SAG PPP

sagppp.ch EXTERN Stellenangebote

Auf unserer Website ist neu ein Stellenanzeiger zu finden (unter [Stellenangebote](#)). Inserate können gemailt werden an: info@sagppp.ch.

Workshop: „Übertragung / Gegenübertragung: Vom Umgang mit schwierigen Beziehungen“

Praxis 4P, Burgdorf: 04. Juli und 10. Oktober 2020

Im Anhang befindet sich die Ausschreibung eines Workshops, welchen Franco Polesana in Zusammenarbeit mit Dr. med. Barbara Riedl und Dr. med. Ingo A. Büschel organisiert.



Agenda der SAG PPP

Datum, Zeit	Ort	Thema	Leitung
Datum noch unbekannt	Winterthur	Wohin mit den Pfunden? Ernährung und körperliche Aktivität mit Psychopharmaka	Team IPW & Bea Meyer
Datum noch unbekannt	Winterthur	Mitgliederversammlung	Vorstand SAG PPP
Datum noch unbekannt	Liestal	Psychisches Leiden und Körperliches Befinden - Psychosomatik aus der Praxis	Zagorka Pavles & Larissa Geissberger
Datum noch unbekannt	Helsinki	Linking Body and Mind - the Key to Effective Physiotherapy	IOPTMH & Finnish Association of Psycho- physical Physiotherapy
Sa, 04.07. und Sa, 10.10.2020	Burgdorf	Übertragung / Gegenübertragung: Vom Umgang mit schwierigen Beziehungen	Dr. med. Barbara Riedl und Dr. med. Ingo A. Büschel, Praxis 4P
Sa, 28.08.2020	Zürich	Herausforderungen der Kinder- und Jugendpsychiatrie heute und morgen	Schweizerische Gesellschaft für Kinder- und Jugendpsychiatrie und -psychotherapie (SGKJPP)
03.-05.03.2021.	Lugano	Jubiläumskongress 125 Jahre SGPP	Schweizerische Gesellschaft für Psychiatrie und Psychotherapie (SGPP)
06.-07.05.2021	Nottwil	2. Kooperationskongress: „Smarter Reha“	reha schweiz & physioswiss

Der Vorstand der SAG PPP wünscht animierende Veranstaltungen!