

**Zeitschrift:** Curaviva : Fachzeitschrift  
**Herausgeber:** Curaviva - Verband Heime und Institutionen Schweiz  
**Band:** 91 (2020)  
**Heft:** 4: Essen : die Lust an einer ausgewogenen Ernährung fördern

**Artikel:** «Smarter medicine» will der Fehl- und Überbehandlung in Pflegeheimen entgegenwirken : das Richtige tun  
**Autor:** Gruber, Anna  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-1032702>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 23.02.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

«Smarter medicine» will der Fehl- und Überbehandlung in Pflegeheimen entgegenwirken

## Das Richtige tun

Eine breit abgestützte Kampagne versucht, die Ärzteschaft, Pflegefachpersonen und auch die Öffentlichkeit dafür zu sensibilisieren, dass auch in der Medizin weniger manchmal mehr ist. Welche Empfehlungen dazu gibt es für Pflegeheime und wie wirken sich diese auf die Arbeit aus?

Von Anna Gruber\*

Jährlich veröffentlichen Bundesstellen und Fachgesellschaften zahlreiche neue Empfehlungen für Pflegeheime. In der Regel fordern diese zusätzliche Massnahmen, um die Pflege- und Lebensqualität in Bereichen wie Demenz, Palliative Care, Hygiene oder Medikamentenversorgung zu verbessern.

Eine neue Initiative versucht nun, alltägliche Routinen in Pflegeheimen zu durchbrechen, um eine höhere Lebensqualität von betagten Menschen mit weniger Massnahmen zu erreichen. Geschehen soll dies mit Hilfe einer Top-5-Liste, auf der fünf No-Gos für die geriatrische Pflege aufgeführt sind (siehe Seite 43). Es handelt sich dabei um Massnahmen, die in der Praxis zwar oftmals Verwendung finden, die man aber überdenken muss, damit die Lebensqualität nicht eingeschränkt wird.

Im November 2019 hat die an den Schweizerischen Verein für Pflegewissenschaft angegliederte Fachgesellschaft Gerontologische Pflege die Top-5-Liste veröffentlicht. Angelehnt an die «Choosing Wisely»-Empfehlungen aus den USA

**Fünf Massnahmen, die oft verwendet werden, die man aber überdenken muss.**

wurde die Liste durch eine Expertengruppe für die Schweiz adaptiert und mit relevanter Literatur ergänzt. Jeanine Altherr, Präsidentin der Fachgesellschaft Gerontologische Pflege und Co-Autorin der Top-5-Liste, sieht in dieser Liste eine gute Möglichkeit, fundiertes Fachwissen aus der Wissenschaft in Praxis und Alltag zu transferieren. Damit sollen nicht nur die Pflegenden erreicht werden, sondern auch Ärzte und Management sowie die Bewohnenden und ihre Angehörigen.

Auch wenn die meisten dieser Empfehlungen als banal oder selbstverständlich erscheinen, stellt sich in der Praxis immer wieder heraus, dass genau die unnötigen oder gar kontraproduktiven Praktiken weit verbreitet sind. Beispielhaft können das nächtliche Runden oder die Verschreibung sedierender Medikamente bei Schlafstörungen oder unruhigen Patienten genannt werden. Massnahmen wie diese stellen in vielen Alters- und Pflegeheimen eine seit Jahren verbreitete Routine dar. Genau solche Routine versucht die Initiative zu durchbrechen. Dabei geht es nicht darum, alle nächtlichen Pflegehandlungen oder sedierenden Medikationen unreflektiert wegzulassen. Im Diskurs mit allen Beteiligten, auf allen Hierarchiestufen, soll vielmehr die für jeden einzelnen Betroffenen optimale Lösung gefunden werden, um letztlich die Lebensqualität längerfristig zu verbessern.

Wünschenswert wäre die Diskussion der fünf Empfehlungen überall dort, wo betagte Menschen Pflege benötigen. Der Diskurs führe dazu, dass das eigene Verhalten oder auch das Verhalten in der eigenen Institution neu überdenkt werde, sagt Jeanine Altherr. Dies sei enorm wichtig, damit alte Routinen durchbrochen werden und neue Strukturen und Verhaltensmuster entstehen können. Zentral ist dabei, dass das Gespräch zwischen allen Beteiligten – das heisst zwischen Bewohnenden, Angehörigen, dem medizinischen Personal und dem Management – geführt wird. Wer glaubt, das qualitativ

\*Anna Gruber ist wissenschaftliche Mitarbeiterin von Curaviva Schweiz



Gründung des Trägervereins «smarter medicine – Choosing Wisely Switzerland» im Jahr 2017: Hoffen auf ein starkes Netzwerk.

hochstehende und fortschrittliche Schweizer Gesundheitssystem biete für die Betroffenen stets die beste Behandlungsmethode, liegt falsch. Studien zeigen, dass 20 bis 30 Prozent der Behandlungen nicht nötig wären. Das heisst, den Betroffenen ginge es ohne die entsprechenden Interventionen nicht schlechter, im Gegenteil: Tendenziell erlebten sie sogar eher eine höhere Lebensqualität. Dieser Tatsache der Fehl- und Überbehandlung

will die 2014 in der Schweiz lancierte Initiative «smarter medicine» entgegenwirken. Zur besseren Verbreitung und Bekanntmachung wurde 2017 der Trägerverein «smarter medicine – Choosing Wisely Switzerland» – gegründet.

Der Verein verfolgt das Ziel, die Öffentlichkeit dafür zu sensibilisieren, dass manchmal weniger Medizin mehr Lebensqualität für die Betroffenen bedeutet. Ihren Ursprung hat die

## Die 5 No-Gos der geriatrischen Pflege

### **Lassen Sie ältere Menschen nicht im Bett liegen oder nur im Stuhl sitzen:**

Bei bis zu 65 Prozent der älteren Menschen verschlechtert sich die Gehfähigkeit während eines Spitalaufenthaltes: Bett-ruhe oder Nur-im-Stuhl-Sitzen verursachen Kraftverlust. Die Förderung der Gehfähigkeit ist entscheidend, die Mobilisation sollte auf die persönliche Lebenssituation der betroffenen Person angepasst werden.

### **Vermeiden Sie bewegungseinschränkende Massnahmen bei älteren Menschen:**

Bewegungseinschränkende Massnahmen verursachen häufig erhöhte Unruhe und ernsthafte Komplikationen. Sie erfolgen oft bei herausforderndem, gefährdendem Verhalten. Wichtig ist eine klare Strategie zur Vermeidung von gefährdendem Verhalten und eine gute Abstimmung mit Angehörigen. Sicherheit und eine dem Menschen zugewandte Betreuung ohne bewegungseinschränkende Massnahmen kann von einem interprofessionellen Team unterstützt werden.

### **Wecken Sie ältere Menschen nachts nicht für routinemässige Pflegehandlungen, solange es weder ihr Gesundheitszustand noch ihr Pflegebedarf zwingend verlangen:**

Ältere Menschen brauchen länger fürs Einschlafen, schlafen weniger tief und wachen mehrmals auf. Gesundheitliche Probleme wie Schmerzen, Atemnot oder nächtliches Wasserlas-

sen stören ohnehin den Schlaf-Wach-Rhythmus, und regelmässige Runden führen zu mehr unnötigen Schlafunterbrüchen. Schlafstörungen können jedoch zu Delir, Depression oder anderen psychischen Beeinträchtigungen führen.

### **Legen oder belassen Sie keinen Urinkatheter ohne spezifische Indikation:**

Der Katheter-assoziierte Harnwegsinfekt ist eine der häufigsten nosokomialen Infektionen. Er erhöht Morbidität, Mortalität und damit auch die Kosten. Präventionsmassnahmen sind die Vermeidung unnötiger Katheterisierungen und gezielte Interventionen zur Aufrechterhaltung eines optimalen Urinausscheidungsmusters. Katheter sind deshalb so wenig und so kurz wie möglich einzusetzen.

### **Vermeiden Sie die Verabreichung von Reservemedikationen wie Sedativa, Antipsychotika oder Hypnotika bei einem Delir, ohne die zu Grunde liegenden Ursachen zu behandeln:**

Ein Delir ist oft die physiologische Folge einer anderen Erkrankung, einer Substanzintoxikation oder hat multiple Ursachen. Antipsychotika sollten nur in der niedrigsten Dosis, für die kürzeste Zeitdauer und nur bei stark agitierten und fremd- oder selbstgefährdenden älteren Menschen verabreicht werden: Diese Medikamente verursachen starke Nebenwirkungen. Zur Delirprävention werden verschiedene nicht-pharmakologische Interventionen empfohlen.

>>



Bewegung in den USA, wo vor einigen Jahren Warnungen vor der medizinischen Überversorgung laut wurden. 2011 lancierten Ärztinnen und Ärzte in den USA die Initiative «Choosing Wisely» (klug wählen).

Ziel dieser Initiative ist es nicht nur, kluge Entscheidungen zu treffen, sondern auch die offene Diskussion zwischen Ärzteschaft, Patienten und Öffentlichkeit zu fördern. Alle Beteiligten sollen gut informiert sein und im gegenseitigen Austausch die bestmögliche Therapie für die Betroffenen bestimmen. Kernstück von «Choosing Wisely» sind die Top-5-Listen aus allen klinischen Fachdisziplinen. Sie enthalten je fünf (oder mehr) medizinische Massnahmen, die in der Regel unnötig sind und vermieden werden sollten. Es geht darum, die Behandlungsqualität nach dem Motto «weniger Medizin kann mehr sein» zu verbessern. Kosteneinsparung steht nicht im Vordergrund. Im Gegensatz zu anderen europäischen Ländern vermochte die «Choosing Wisely»-Bewegung in der Schweiz bisher nicht richtig Fuss zu fassen. Der Trägerverein «smarter medicine – Choosing Wisely Switzerland» erhofft sich aber, dass dank neuen Initiativen ein starkes Netzwerk entsteht, das das Thema der Fehl- und Überversorgung in den Fokus der Öffentlichkeit und Politik rücken soll. Um das Hauptziel zu erreichen, sollen folgende Massnahmen gefördert werden:

- die Ausarbeitung und Publikation weiterer Top-5-Listen durch medizinische Fachgesellschaften

- ein aktiver Einbezug anderer Gesundheitsberufe (interprofessioneller Ansatz)
- Sensibilisierung von Patientinnen, Patienten und Versicherten sowie der Gesellschaft und der Politik für das Anliegen und das Etablieren des Themas der Behandlungsqualität als Teil der medizinischen Fort- und Weiterbildung.

Auch die Fachgesellschaft Gerontologische Pflege will ihre Top-5-Liste in nächster Zeit vermehrt bekannt machen. Dazu sind Publikationen in verschiedenen Fachzeitschriften, Vorträge und praxisnahe Unterstützung geplant.

Interessierte Personen oder Institutionen können sich direkt an die Fachgesellschaft wenden, um Fragen zur Liste und deren Umsetzung im Betrieb zu stellen oder aber um eine Fachperson aus der Expertengruppe in den eigenen Betrieb einzuladen (Kontakt: [gerontologie@vfp-apsi.ch](mailto:gerontologie@vfp-apsi.ch)). Dass die Umsetzung der No-Gos und der entsprechenden To-dos nicht ganz einfach ist, auf die jeweiligen Betriebsstrukturen angepasst werden muss und ebenfalls einige Massnahmen mit sich bringt, das ist auch Jeanine Altherr und der Fachgesellschaft bewusst. Jedoch soll sie dazu anregen, bestehende Strukturen kritisch zu überdenken und Raum für Veränderungen zu schaffen. Nicht zuletzt könne die Top-5-Liste auch Aspekte der Unterversorgung sichtbar machen. Denn noch häufiger als mit einer Fehl- oder gar Überversorgung sehe sich die Pflege damit konfrontiert. ●

Anzeige



**50plus** PLUS.CH  
DAS MAGAZIN FÜR EIN GESUNDES LEBEN

**Schweizer Familie**

# SOLIBOX

**50plus ist mit unseren älteren Mitmenschen solidarisch**



Wer wegen der Corona-Pandemie keine Besuche mehr empfangen darf und aus gesundheitlichen Gründen von der Aussenwelt abgeschnitten ist, fühlt sich schnell einsam. Wir haben uns darum entschlossen, für diese Menschen ein Geschenkpackli zu schnüren. Gemeinsam mit Partnern schicken wir an alle die Pflegeeinrichtungen, die sich bei uns melden, eine Box mit einem Jassset, mit Magazinen voller inspirierender Berichte, mit Kinderzeichnungen und Solidaritätsnachrichten von jungen Menschen. Auch Sie können mitmachen. Informieren Sie sich auf [www.solibox.ch](http://www.solibox.ch)

Mit der Unterstützung von:

Inhaltspartner:

comperio.ch Bonvida Stiftung swiss flow net natürlich SCHWEIZER ALTSCHWIERE REPORTAGEN MENU CASA sensato senevita Spitex Stadt Land Kulturen GUT TELE Beobachter smartway

## CURAVIVA **weiterbildung**

Praxisnah und persönlich.

# Kochen in Kinder- und Jugendinstitutionen

Essstörungen, psychosoziale Entwicklung, interdisziplinäre Zusammenarbeit

17./18. Juni und 9. September 2020  
(2 Tage), Bern/Luzern

[www.weiterbildung.curaviva.ch/gastronomie](http://www.weiterbildung.curaviva.ch/gastronomie)