



© 2 Bro's Media / Unsplash

Ausgebrannt: Ärztinnen und Ärzte in Krisensituationen finden Unterstützung bei ReMed.

# Hilfe bei Burn-out, Angst oder Depression

**Jahresbericht 2022** 250 Personen haben im Jahr 2022 Hilfe bei ReMed gesucht. So viele wie noch nie. Das Unterstützungsnetzwerk berät Ärztinnen und Ärzte in Krisensituationen. Die Statistik zeigt: Die Betroffenen werden immer jünger.

ReMed, Leitungsausschuss

**A**rztinnen und Ärzte tun täglich ihr bestes für die Gesundheit ihrer Patientinnen und Patienten. Die eigene Gesundheit sollte jedoch ein genauso zentrales Anliegen sein. Denn Ärztinnen und Ärzte sind im Beruf stark gefordert – manchmal so stark, dass Körper und Seele darunter leiden und es zu gesundheitlichen Beschwerden kommt. Gibt es dann noch Schwierigkeiten im privaten Umfeld, kann die eigene Lebenssituation plötzlich ausweglos scheinen. Mit seinem Angebot bietet ReMed in solchen Krisensituationen speziell auf die Ärzteschaft ausgerichtete Hilfe an. ReMed fängt Ärztinnen und Ärzte in solch kritischen Momenten rechtzeitig auf und begleitet sie auf dem Weg aus der Krise. Bei jeder Kontaktaufnahme meldet sich ein erfahrener Arzt des Beraterteams innerhalb von 72 Stunden und bespricht die persönliche Situation. ReMed, das Unterstützungsnetzwerk für Ärztinnen und Ärzte, hat zum Ziel, die Ärztinnen und Ärzte für die eigene Gesundheit zu sensibilisieren und die ärztliche Funktionalität zu erhalten, und die hohe Qualität in der medizinischen Versorgung zu gewährleisten. ReMed orientiert sich in seiner Vorgehensweise an den gesetzlichen Rahmenbedingungen sowie an der Standesordnung der FMH.

### ReMed Programm – 10+2 Jahre

Am 29. Oktober 2010 gründete die FMH – nach einer erfolgreichen Pilotphase – das Unterstützungsnetzwerk für Ärztinnen und Ärzte – ReMed ([www.swiss-remed.ch](http://www.swiss-remed.ch)). Das zehnte Jubiläum konnte wegen der Coronapandemie nicht gefeiert werden. Darum war es umso erfreulicher, dass wir das Bestehen des Programms verspätet gemeinsam mit Gästen

### Das Team von ReMed hat insgesamt rund 1500 Ärztinnen und Ärzte im Rahmen der Unterstützungsleistungen beraten.

und spannenden Referenten im vergangenen Jahr begehen durften. An dieser Stelle ein herzliches Dankeschön an die folgenden Organisationen, welche einen zentralen Beitrag zum Gelingen des Jubiläums geleistet haben: swimsa, mws, vsao, SIWF und die Abteilung Public Health der FMH. Das Team von ReMed hat in den letzten zwölf Jahren rund 1500 Ärztinnen und Ärzte im Rahmen ihrer Unterstützungsleistungen beraten, begleitet und unterstützt und wird es auch weiterhin tun: Die Gesundheit der Ärztinnen und Ärzte ist und bleibt ein zentrales Thema.

### Angebot gefragter denn je

2022 sind beim Netzwerk über 250 Beratungsanfragen eingegangen. Die Dienste sind somit gefragter denn je, gegenüber dem Vorjahr bedeuten sie eine Zunahme der Kontaktaufnahmen von 33%. Wie im 2021 war die Problematik «Belastung am Arbeitsplatz» der meistgenannte Grund für die Kontaktaufnahme, dicht gefolgt die Probleme «Depression», «Burn-Out» und «Angst». 169 Anfragen kamen aus der Deutschschweiz, 81 aus der Romandie und 3 aus der italienischen Schweiz. Die ReMed-Dienstleistungen wurden zu 69% aus der Deutschschweiz, zu 26% aus der Romandie und zu 5% aus der italienischen Schweiz beansprucht. Auffallend ist, dass sich mehr als doppelt so viele Frauen an ReMed gewendet haben als Männer. Lag das Durchschnittsalter der Ratsuchenden vor acht Jahren noch bei 45 Jahren ist es Stand heute auf 40 Jahre gesunken.

### Auffallend ist, dass sich mehr als doppelt so viele Frauen an ReMed gewendet haben als Männer.

### ReMed-Interventionen

ReMed organisiert jährlich Intervisionstreffen. Dank diesen interdisziplinären Intervisionsgruppen ist ReMed in der Lage, den Hilfesuchenden unterschiedliche Unterstützungsmöglichkeiten anzubieten. Die teilnehmenden Kollegen und Kolleginnen übernehmen für Ratsuchende, die sich bei ReMed melden, fallweise Coaching, Beratung oder Therapie. Die Interventionen als auch die Erfahrungsaustausche zwischen Erstberatenden und dem Leitungsausschuss werden im laufenden Jahr aufrechterhalten und festigen somit das sichere Netzwerk von Kollegen und Kolleginnen, welche für ReMed tätig sind.

### Mithilfe bei der Ärztecharta

Mit der Veranstaltungsreihe «Prevention for Doctors, Gesunde Ärzte vom Studium bis zur Pensionierung» thematisiert die FMH seit 2016 die Gesundheit der Ärztinnen und Ärzte. Aus diesen Veranstaltungen entstand 2019 die Idee, eine gemeinsame Basis zur Erhaltung und Förderung der Gesundheit aller Ärztinnen und Ärzte zu schaffen. Die gebildete Arbeitsgruppe, mit Vertretungen von JHaS, mfe, SGARM, SIWF, swimsa, VSAO, den FMH-Projekten Coach my Career und ReMed und den Abteilungen Berufsentwicklung, DDQ, Stationäre Tarife und Public Health, erarbeitete in den Jahren 2020 und 2021 die Charta Ärztengesundheit – Gesunde Ärztinnen und Ärzte für

### ReMed ist für Sie da

ReMed berät Sie als Ärztin und Arzt in Krisen. Innerhalb von 72 Stunden steht Ihnen ReMed unterstützend zur Seite.

Die Unterstützung beinhaltet:

- Erreichbarkeit rund um die Uhr
- Die Bindung an das ärztliche Berufsgeheimnis
- Gespräche auf Augenhöhe von Arzt zu Arzt
- Dass der Ratsuchende im Zentrum steht
- Gemeinsames Erarbeiten von Handlungsmöglichkeiten
- Verknüpfung eines bestehenden Unterstützungsnetzes
- Vermittlung an einen Spezialisten, ambulant oder stationär
- Mentoring oder Coaching
- Unterstützung, auch bevor es zur Krise kommt

Der Kontakt zu ReMed kann auch über Personen aus dem Umfeld der betroffenen Ärztinnen und Ärzte erfolgen.

Das nationale Programm ReMed mit dem Leitungsausschuss und den Netzwerkmitgliedern wird auch im Jahr 2023 für Ärztinnen und Ärzte in Krisensituationen da sein. Die betroffenen Ärztinnen und Ärzten können über die 24-Stunden-Hotline (0800 0 73633) oder per [remed@hin.ch](mailto:remed@hin.ch) Beratung und Hilfe anfordern.

gesunde Patientinnen und Patienten. Die Charta wurde am 7. April 2022 von der Delegiertenversammlung verabschiedet und an der Ärztekammer vom 19. Mai 2022 allen der FMH angeschlossenen Verbänden vorgestellt. Die 14 Kernaussagen und die Angaben, wie die Charta unterzeichnet werden kann, finden Sie auf der FMH Webseite unter: FMH->Themen->Public Health->Ärztengesundheit.

### Die Strukturen

ReMed wird durch die Verbindung der Schweizer Ärztinnen und Ärzte FMH getragen. Die operative Umsetzung des Unterstützungsnetzwerks findet ausserhalb der FMH-Strukturen statt. ReMed orientiert sich in seiner Vorgehensweise an den gesetzlichen Rahmenbedingungen sowie an der Standesordnung der FMH.

Das ReMed Angebot beruht auf Vertraulichkeit und Selbstverantwortung der einzelnen Ärztin, des einzelnen Arztes. ReMed handelt immer und nur mit dem ausdrücklichen Einverständnis der ratsuchenden Ärztin, des rat-



Links: Dr. med. Peter Christen, aktueller Programmleiter ReMed, rechts: Dr. med. Michael Peltenburg, Initiant und ehemaliger Programmleiter ReMed.

suchenden Arztes. Diese geniessen ab Kontaktaufnahme innerhalb von ReMed die gleichen Rechte wie andere Patienten: es gilt das Patientengeheimnis und die Datenschutzbestimmungen werden jederzeit eingehalten. ReMed ist kein Aufsichtsorgan und hat weder Abklärungs- noch Sanktionskompetenzen.

Auch wenn ReMed von der FMH finanziert wird, hat die Standesorganisation zu kei-

nem Zeitpunkt Einblick in die Personen- und Betreuungsakten. ReMed ist an das ärztliche Berufsgeheimnis gebunden, ärztliche und administrative Aufgaben sind klar getrennt.

#### Die aktuelle Zusammensetzung

Die Programmleitung ist verantwortlich für die konzeptionelle Weiterentwicklung der ReMed-Strukturen und deren Umsetzung. Sie hat eine

Controlling-Funktion und vertritt das Projekt ReMed gegenüber dem FMH-Zentralvorstand. Der Leitungsausschuss ist das Exekutivorgan von ReMed. Er ist verantwortlich für die operative Umsetzung sowie den Aufbau und die Weiterentwicklung der ReMed Angebote

Die aktuelle Zusammensetzung des Leitungsausschuss von ReMed sieht wie folgt aus.

#### Programmleitung:

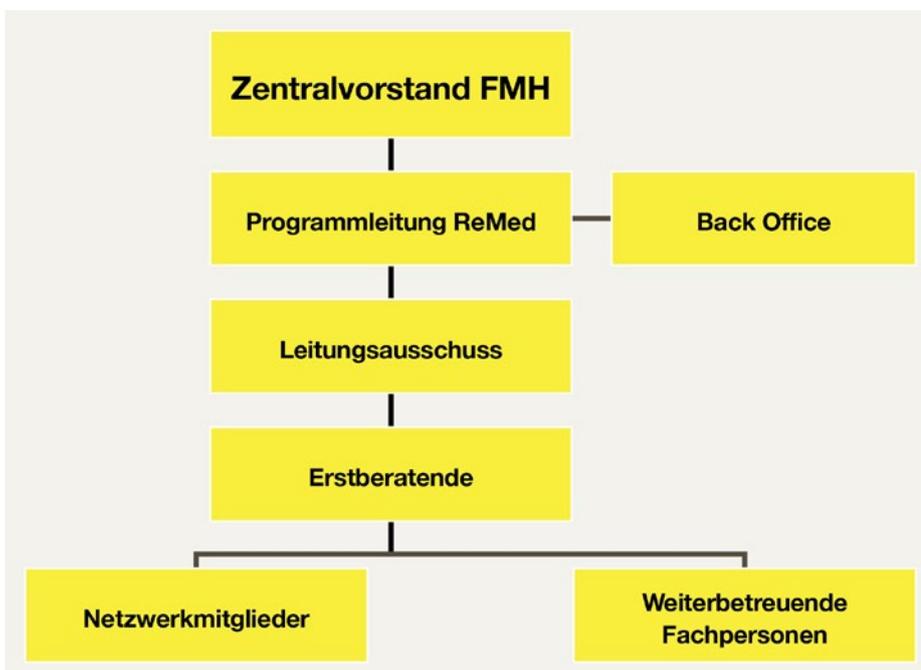
- Dr. med. Peter Christen, Facharzt für Allgemeine Innere Medizin FMH, ärztliche Programmleitung
- Esther Kraft, lic. rer. oec., Leiterin Abteilung Daten, Demographie und Qualität FMH, administrative Programmleitung

#### Leitungsausschuss:

- Dr. med. Franco Gusberti, Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie FMH
- Dr. med. Mirjam Tanner, Fachärztin für Psychiatrie und Psychotherapie FMH
- Dr. med. Carole Weil, Fachärztin für Gynäkologie und Geburtshilfe FMH
- Dr. med. Sabine Werner, Fachärztin für Dermatologie und Venerologie FMH
- Dr. med. Yvette Attinger Andreoli, Fachärztin für Psychiatrie und Psychotherapie FMH

#### Korrespondenz

info[at]swiss-remed.ch



Das Organigramm von ReMed.