



# Prevention of Pain Chronification - PrePaC: Kick off

16.10.2023

neues Anna-Seiler-Haus, Inselspital Bern

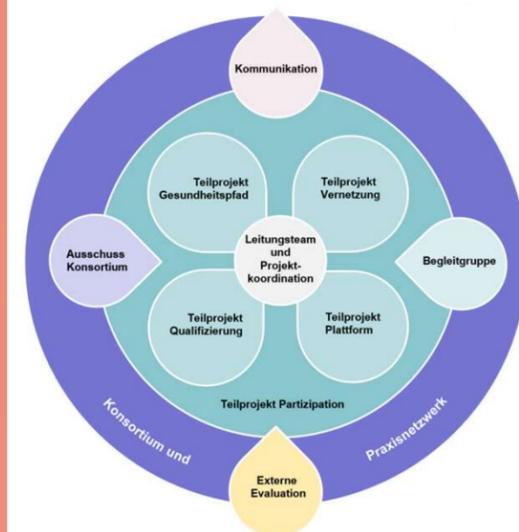
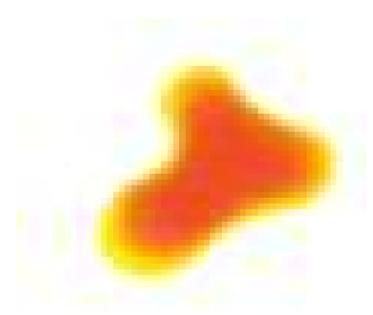
Projektleitung

Nina Bischoff  
Tom Friedli  
Konrad Streitberger  
Balz Winteler

# Programm

- 16:00 - 16:05**    **Eröffnung**  
*Projektleitung PrePaC*
- 16:05 - 16:20**    **Grussworte**  
*Insel Gruppe, Gesundheitsförderung Schweiz*
- 16:20 - 16:40**    **PrePaC - ein Update**  
*Projektteam PrePaC,  
Schmerzzentrum Insel  
und Berner Fachhochschule, Departement Gesundheit*
- 16:40 - 17:05**    **PrePaC: Partizipationsmöglichkeiten**  
*Andrea Möhr-Michel, Yasmina Weerasekara  
PrePaC Begleitgruppe*
- 17:05 - 17:15**    **Was bewirkt das Projekt? Die Evaluation auf Spurensuche**  
*Dr. Corina Salis Gross, Public Health Services,  
Dr. Günter Ackermann, Qualität & Evaluation*
- 17:15 - 18:00**    **Netzwerkapéro und Infostände**

**Herzlich Willkommen  
zum  
PrePaC Kick Off!**



**SCHMERZ  
ZENTRUM**



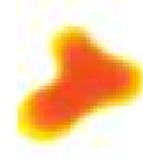
# PrePaC: Update



## Projektteam

Nina Bischoff  
Stephanie Fraefel  
Tom Friedli  
Sonja Grosheva  
Sibylle Obrecht

Heidi Kaspar  
Kai-Uwe Schmitt  
Konrad Streitberger  
Yasmina Weerasekara  
Balz Winteler



# Prevention of Pain Chronification PrePaC in a Nutshell

- Chron. Schmerzen als eigenständige Erkrankung (ICD-11) anerkennen
- Biopsychosozialen Kontext verstehen und umsetzen
- Gesundheitspfad Muskuloskelettaler Schmerz (Schmerz am Bewegungsapparat)
  - Frühe Physiotherapie bei akuten Schmerzen (< 1 Woche)
  - Frühe Evaluation psychosozialer Risikofaktoren (< 1 Monat)
  - Frühe koordinierte multimodale Schmerztherapie (< 3 Monate)
  - Integration Sozialarbeit, Patientensicht (Partizipation) und Case Management
- Netzwerk / Aufbau Plattform
- Weiterbildung / Patienten-Edukation
- Ziel: Prävention chronischer Schmerzen in Gesundheitswesen etablieren

<https://gesundheitsfoerderung.ch/praevention-in-der-gesundheitsversorgung/projektfoerderung/gefoerderte-projekte/projekt-prevention-of-pain-chronification>

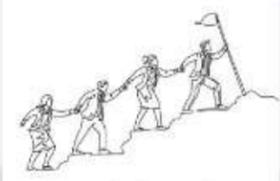
# PrePaC Landing Page unter: [www.schmerzzentrum.insel.ch](http://www.schmerzzentrum.insel.ch)



🏠 → [Unser Angebot](#) → [Projekt PrePac - Prevention of Pain Chronification](#)

## Projekt PrePac - Prevention of Pain Chronification

Prevention of Pain Chronification (PrePaC) ist ein Projekt zur interprofessionellen Prävention von chronischen Schmerzen. Dazu betrachtet es Menschen mit Schmerzen in ihrem individuellen biopsychosozialen Kontext ganzheitlich und will erkennen, welche Unterstützung sie benötigen, um weiterhin am sozialen Leben teilhaben zu können. Umgesetzt wird dies durch die Entwicklung und Implementierung eines Gesundheitspfades für Menschen mit muskuloskelettalen Schmerzen und durch Massnahmen im Bereich der Früherkennung von Risikofaktoren, Förderung von Gesundheitskompetenz, Bildungsarbeit und eines Netzwerkaufbaus.



**Unsere Ziele und Teilprojekte**



**Wer wir sind**



**Publikationen und Öffentlichkeitsarbeit**

## Kontakt

E-Mail 

T +41 31 664 34 83 

[Interesse? Hier finden Sie unser Kontaktformular.](#)

## Termine

[16.10.2023 Kick-Off Meeting](#)

## Aktuell



**Umleitung Trolleybus Linie 12 und weitere Verkehrseinschränkungen**



**Projekt PrePaC - Prevention of Pain Chronification**



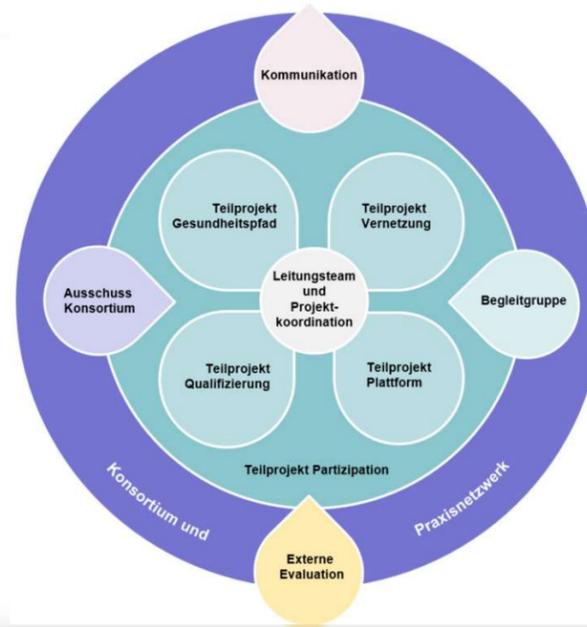
**PrePaC Kick-Off-Meeting**



**MEDIENTIPP:  
«GESUNDHEITHEUTE»  
«SCHMERZTHERAPIE»**



## Unsere Ziele und Teilprojekte



## Wer wir sind



## Publikationen und Öffentlichkeitsarbeit

<http://www.schmerzzentrum.insel.ch/de/unser-angebot/projekt-prepac-prevention-of-pain-chronification>



## Unsere Ziele und Teilprojekte



**Netzwerke**



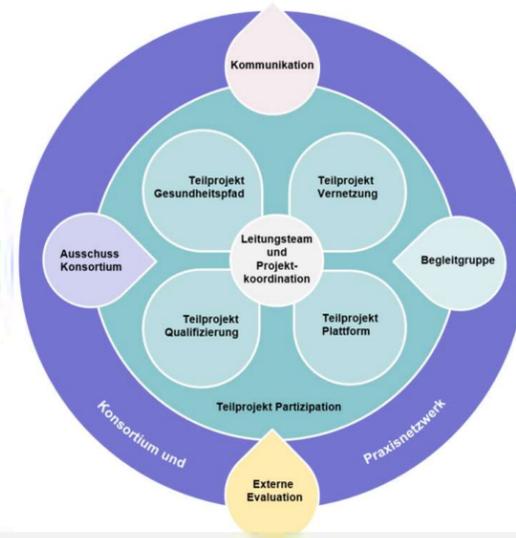
**Gesundheitspfad**



**Qualifizierung**



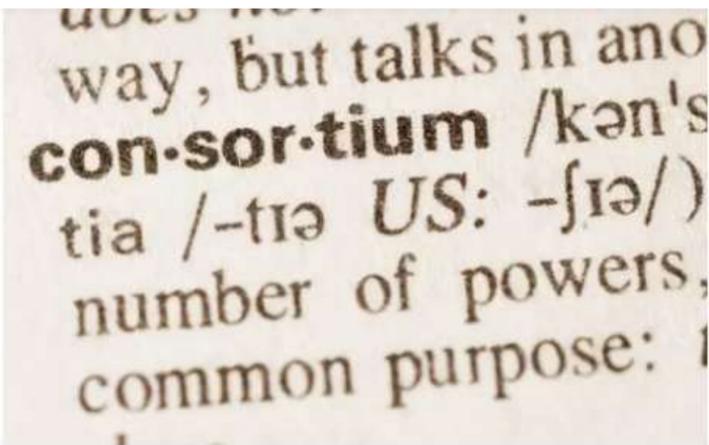
**Plattform**



## Wer wir sind



**Projektleitung und  
Projektkoordination**



**Projektkonsortium**



**Begleitgruppe**



Gesundheitsförderung Schweiz  
Promotion Santé Suisse  
Promozione Salute Svizzera

**Sponsor**

# Projektleitung PrePaC

Schmerzzentrum Insel

BFH



Konrad Streitberger  
Projektleiter

Tom Friedli  
Plattform /  
Vernetzung

Balz Winteler  
Gesundheitspfad

Nina Bischoff  
Qualifizierung

Heidi Kaspar  
Partizipation

# Wer arbeitet für PrePaC?

Sozialarbeit / CM

Projektmanagement

Administration

Patientenexpertin



Stephanie Fraefel



Sibylle Obrecht

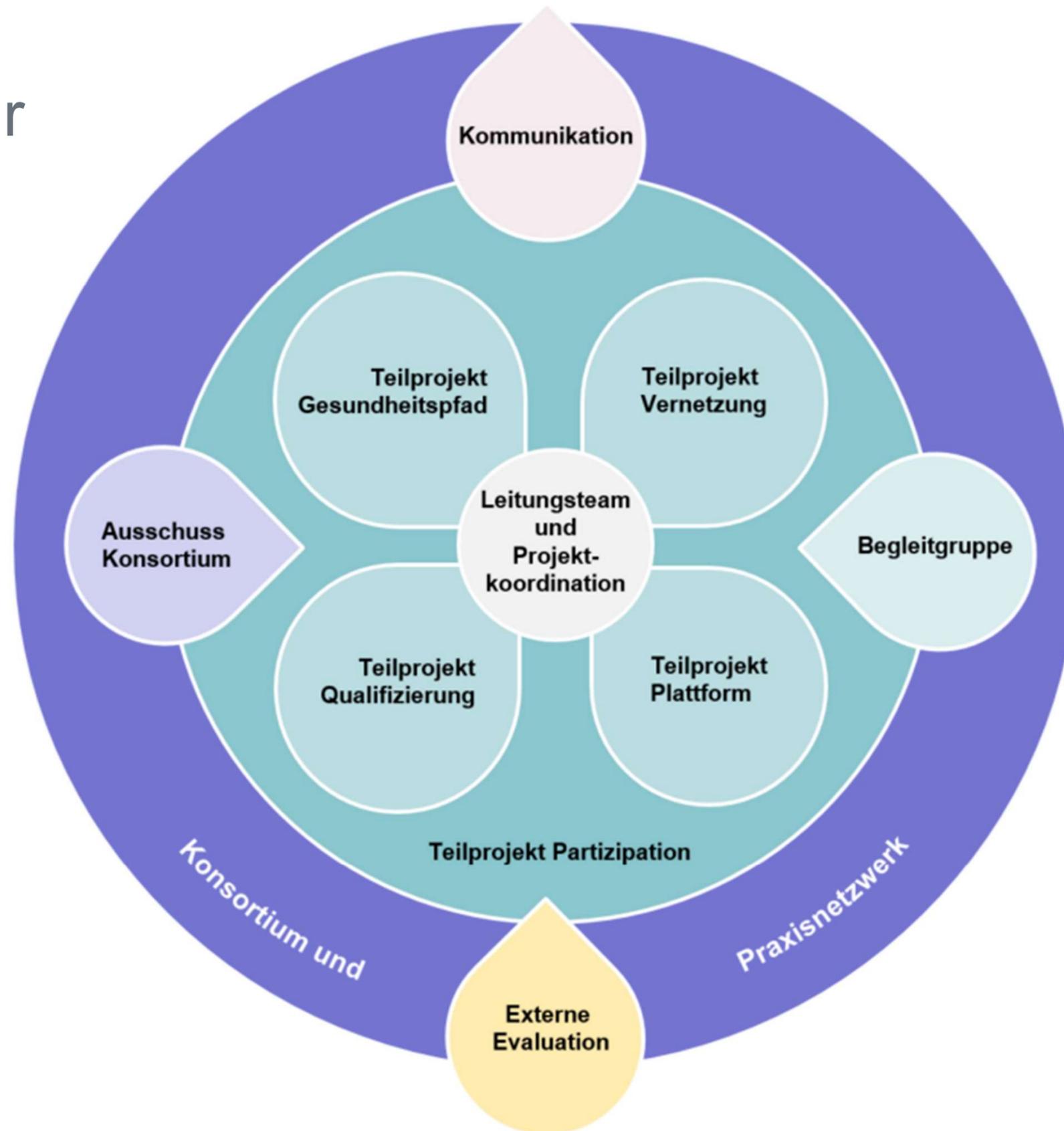


Sonja Grosheva

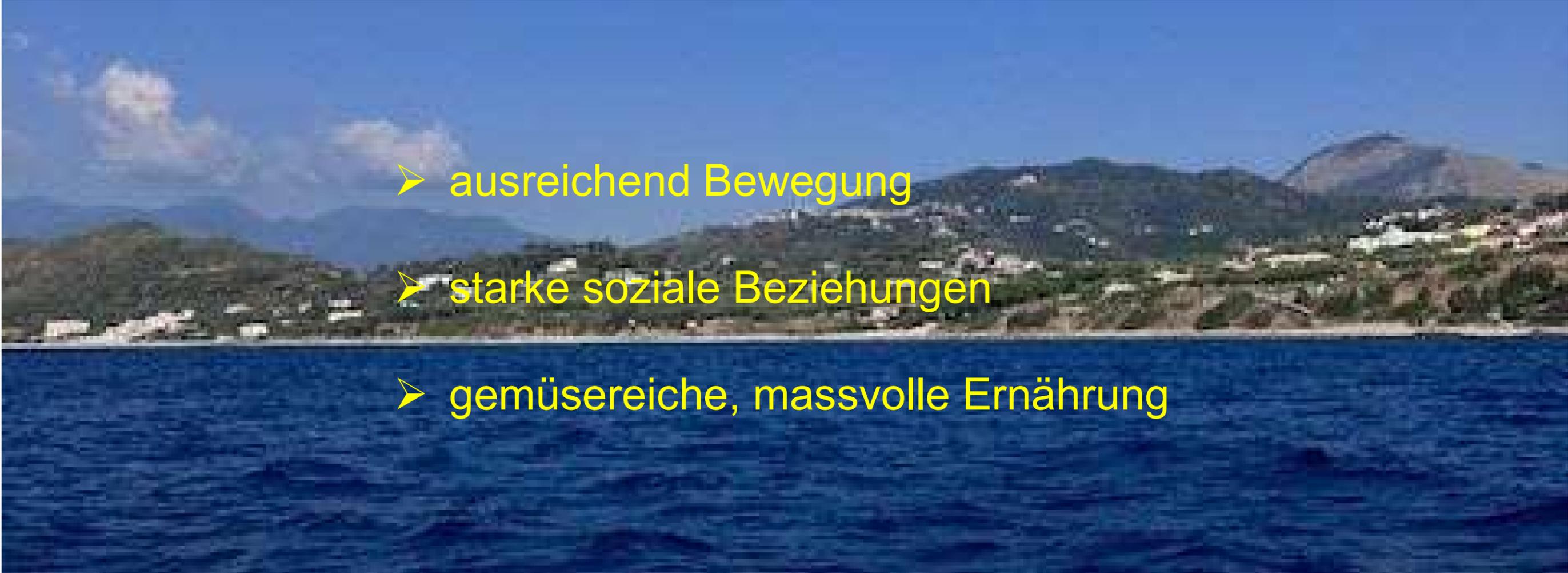


Yasmina Weerasekara

# Projektstruktur



# Gesunder Lebensstil

- 
- ausreichend Bewegung
  - starke soziale Beziehungen
  - gemüsereiche, massvolle Ernährung

## Konzept zum PrePaC - Teilprojekt GESUNDHEITSPFAD

Version: 1.0  
 Datum: 25.09.2023  
 Teilprojektverantwortung: Balz Winteler  
 Mitwirkung:  
 Kai-Uwe Schmitt (Akademie-Praxis-Partnerschaft BFH/Insel Gruppe)  
 Konrad Streitberger

Schmerzzentrum Insel | Akademie-Praxis-Partnerschaft Insel-BFH | Gesundheitspfad MSK

---

Gesundheitspfad «Prävention der Chronifizierung von muskuloskeletalen Schmerzen»

**INSELSPIRAL** | SCHMERZ ZENTRUM  
UNIVERSITÄTSSPITAL BASEL  
UNIVERSITÄTSSPITAL BASEL

Gesundheitsförderung Schweiz  
Promotion Santé Suisse  
Promozione Salute Svizzera

**INSELSPIRAL** | UNIVERSITÄTS KLINIK FÜR NOTFALLMEDIZIN  
UNIVERSITÄTSSPITAL BASEL  
UNIVERSITÄTSSPITAL BASEL

### Rückmeldungen zu den Fragebögen

Um Menschen mit Schmerzen ganzheitlich behandeln zu können ist es wichtig, möglichst früh Risiken für die Entwicklung chronischer Schmerzen zu erkennen. Hierfür wurden folgende zwei Fragebögen entwickelt:

- Keele STaT-MSK-G Fragebogen
- UKS - Ultra-Kurz-Screening - Schmerzprävention

Im Rahmen der Neueinführung dieser Fragebögen an der Universitätsklinik für Notfallmedizin ist es uns ein Anliegen Ihre Meinung zu kennen. Aus diesem Grund bitten wir Sie die nachfolgenden Fragen zu beantworten.

**Waren die Fragen für Sie leicht verständlich?**

|   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|
| 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0  |

0 = trifft überhaupt nicht zu 10 = trifft völlig zu

**War der Zeitaufwand für das Ausfüllen der Fragebögen für Sie angemessen?**

|   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|
| 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0  |

0 = trifft überhaupt nicht zu 10 = trifft völlig zu

**Haben wir Ihrer Meinung nach die richtigen Fragen gestellt?**

|   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|
| 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0  |

0 = trifft überhaupt nicht zu 10 = trifft völlig zu

**Gibt es in den Fragebögen Fragen, die Sie für nicht wichtig halten? Welche?**

.....

.....

**Hat Ihnen etwas inhaltlich gefehlt und wenn ja was?**

.....

.....

**Haben Sie noch ein weiteres Anliegen oder eine Bemerkung?**

.....

.....

## Qualifizierung - Massnahmen

- **Qualifizierungsmöglichkeiten** für einen **präventionsorientierten Umgang** mit Schmerzen sollen koordiniert und ausgebaut und thematisch im Austausch mit den Konsortiumspartner:innen und der Begleitgruppe ergänzt werden durch die **Entwicklung eigener, neuer Angebote** des Projektteams mit dem **Ziel der Vermittlung von Wissen und Implementierung von Können bei Betroffenen und Fachpersonen**.
- Der Zugang zu den Qualifizierungsangeboten soll dabei niederschwellig und in spielerischer Form erfolgen können.

## Qualifizierung – Status quo

- Durch das Projektteam werden bis Ende 2023 Qualifizierungsangebote zur Aus-, Weiter- und Fortbildung gesucht und zusammengetragen (Befragung Konsortiumspartner:innen, Begleitgruppe und Online-Recherche) werden.
- Bis jetzt wurde eine Online-Recherche durchgeführt über Qualifizierungsmassnahmen
- **Meldungen von vorhanden Angeboten aus dem Konsortium sind willkommen**  
-> [prepac@insel.ch](mailto:prepac@insel.ch)

## Vernetzung und Policy: Begriffsverständnis

- Unter Vernetzung verstehen wir die *Adressierbarkeit von Akteur:innen aus der Praxis für Betroffene*, aber auch zum Zweck der *Weiterbildung und Peer-Unterstützung*.
- Das Netzwerk besteht entsprechend aus Akteur:innen in der Praxis, welche über Spezialwissen zu Schmerzchronifizierung oder über spezifische Fähigkeiten verfügen, mit welchen sie Betroffene, Angehörige oder Arbeitgebende mit Rat und Tat unterstützen können und die sich aufgrund ihrer Tätigkeit für Weiterbildungen in diesem Bereich interessieren.

## Vernetzung und Policy: Status Quo

- Sammeln von Adressen für das Praxisnetzwerk

Meldung von Adressen (Personen, Institutionen), die für das Praxisnetzwerk angefragt werden sollten, sind herzlich willkommen → [prepac@insel.ch](mailto:prepac@insel.ch)

- Vernetzen mit den PGM-Projekten REAS und SBDA sowie der GELIKO und dem BAG zur Strategieentwicklung
- Involviert in zwei Forschungsprojekte
  - Systematic Review «Building partnerships between patients and medical practitioners in chronic pain prevention» (BFH/SNF)
  - Patient Journey Mapping als partizipative Interventionsforschung (in Pilotphase)

## Plattform I: Landing Page

- Zweck der Landing Page:  
Überblick über das Projekt
- Die Landing Page ist online erreichbar über  
[www.schmerzzentrum.insel.ch](http://www.schmerzzentrum.insel.ch)  
oder direkt über  
<http://www.schmerzzentrum.insel.ch/de/unser-angebot/projekt-prepac-prevention-of-pain-chronification>

## Plattform II: «Superplattform» zu chronischem Schmerz

- Zweck der Plattform:
  - «*Single Point of Information*» mit qualitätsgeprüften Informationen zur Prävention von Schmerzchronifizierung, zu chronifiziertem Schmerz und zum Umgang mit chronischen Schmerzen für verschiedene Anspruchsgruppen.
- Status Quo:
  - Diverse Domains sind reserviert
  - Erster Austausch mit Agentur hat stattgefunden
  - Konzept und Mockup steht, viele Inhalte sind definiert
  - **Ideen für weitere Inhalte sind herzlich willkommen! → [prepac@insel.ch](mailto:prepac@insel.ch)**

## Partizipation: Begleitgruppe

- Ziel: Erfahrungswissen integrieren von Betroffenen lernen, *mit* Betroffenen entwickeln
- «Betroffene»:
  - Patient:innen und Angehörige
  - Arbeitgebende, Krankenkassen, Sozialversicherungen
- Zwei Formen der Mitwirkung:
  - Konsultation für Teilprojekte
  - Kollaboration in Teilprojekten

## Partizipation: Stand der Dinge

- Begleitgruppe gebildet  
aktuell 12 Mitglieder  
gerne laufend erweitern
- Zwei Treffen (Mai, Aug.), drittes  
geplant (Nov.)
- Konsultation bei der Entwicklung  
der Konzepte für die Teilprojekte
- Konzept Partizipation



# Konsortium

## **Berner Fachhochschule, Departement Gesundheit**

Berner Institut für Hausarztmedizin

## **Compasso**

## **CTU Bern, Universität Bern**

eHealth Suisse

Ehlers-Danlos-Netz Schweiz

ErgotherapeutInnen-Verband Schweiz EVS

Health & Medical Service

## **Helsana Versicherungen AG**

Hôpitaux universitaires de Genève, Service d'anesthésiologie

Interessengemeinschaft für myofasziale Triggerpunkt Therapie

IMTT

## **IV-Stelle Kanton Bern**

Physiobern

Public Health Schweiz

## **Rheumaliga Bern und Oberwallis**

## **Rheumaliga Schweiz**

## **Salutomed**

FHNW ab 01.01.2024

## **Schweizerische Akademie für Psychosoziale und Psychosomatische Medizin (SAPPM)**

Schweizerische Arbeitsgruppe für Manuelle Therapie SAMT

Schweizerische Ärztesgesellschaft für Manuelle Medizin

Schweizerische Gesellschaft für Allgemeine Innere Medizin

## **Schweizerischer Fachverband für gesundheitsbezogene Soziale Arbeit (SAGES)**

Schweizerischer Verband Orthopädischer Muskuloskelettaler Physiotherapie svomp

Schmerzklinik am SRO Langenthal

Spitex Bern

## **Swica Krankenversicherung**

## **Swiss Pain Society**

Swiss Society for Interventional Pain Management

## **Universitätsklinik für Notfallmedizin, InseSpital Bern**

## **Universität Bern, Institut für Psychologie**

Universität Bern, Institut für Sozial- und Präventivmedizin

Universitätsspital Basel, Klinik für Psychosomatik

Universitätsspital Basel, Schmerzmedizin-Abteilung

## **Visana**

Zurzach Care

## Konsortiumspartner mit umgesetzten mündl. Absprachen

### **Swiss Pain Society:**

- Einführung eines Vortrags zu Prävention in Schmerzausbildung
  - 16.06.2023 in Olten und 20.06.2023 in Luzern

### **Rheumaliga Schweiz:**

- Vortragstätigkeit
  - Patientenveranstaltungen 11.09.23 in Bern
  - Fachweiterbildungen 25.10.23 in Bern
- Zusammenarbeit bei Schmerzkampagne und REAS

# Ideen zur Projektunterstützung durch Konsortiumspartner

## **1. Ideell:**

- Unterstützung der Projektidee ohne konkrete Mitarbeit

## **2. Fachlich:**

- Eigenen Angeboten zum Thema (Weiterbildungen, Internetangebote, ...)
- Expertise einbringen via Umfragen

## **3. Organisatorisch:**

- Unterstützung bei Vernetzung
- Gemeinsame Veranstaltungen: Patiententage, parlamentarische Veranstaltung
- Aufbau eigener Projekte zum Thema (z.B. Forschungsanträge)
- Zusammenarbeit bei politischen Aktivitäten
- Direktes Einbringen in Teilprojekte (z.B. Gesundheitspfad)

# PrePaC – Die Reise hat begonnen!

