



# PrePaC

Prevention of  
Pain Chronification

## Prävention chronischer Schmerzen

### Update PrePaC 04.06.2023

Prof. Dr. med. Konrad Streitberger



SCHMERZ  
ZENTRUM



Gesundheitsförderung Schweiz  
Promotion Santé Suisse  
Promozione Salute Svizzera

## Update 04.06.2024

- Was bisher geschah
- Was gerade passiert
- Was wir noch vorhaben

# Netzwerktreffen

Dienstag, 4. Juni 2024

16:00 bis 18:00 Uhr



Anmeldung  
online oder an  
[prepac@insel.ch](mailto:prepac@insel.ch)

Inselspital Bern, neues Anna-Seiler-Haus,  
Freiburgstrasse 20, Ebene Haupteingang / rechts

16:00-16:20

### **Begrüssung und Update**

Projektteam PrePaC

16:20-17:05

### **Soziale Arbeit in der hausärztlichen Versorgung – Erfahrungen, Ressourcen und Hindernisse**

Dr. phil. René Rüegg, Berner Fachhochschule,  
Departement Soziale Arbeit, wissenschaftlicher Mitarbeiter,  
Schwerpunkt: Soziale Arbeit in der Arztpraxis

Dunja Vetter, M.A. Soziale Arbeit, Caritas beider Basel,  
Leiterin Sozialberatung in der Arztpraxis

Dr. med. Andrea Schindler, Praxis Bubenberg und mediX Bern

17:05-17:35

### **An der Schmerzgrenze: Wie sozial ist die Grundversorgung?**

Podiumsdiskussion mit Teilnehmer:innen aus dem Sozial- und Gesundheitswesen

Ab 17:35

### **Netzwerkapéro mit Informationsständen**



22.3636

INTERPELLATION

## Handlungsbedarf im Bereich der Schmerzmedizin

Eingereicht von:



STÖCKLI HANS

Sozialdemokratische Fraktion  
Sozialdemokratische Partei der Schweiz

**SSIPM**  
Swiss Society  
for Interventional Pain Management

"Schmerz" in allen Formen entwickelt sich zusehends zur Volkskrankheit Nummer 1.

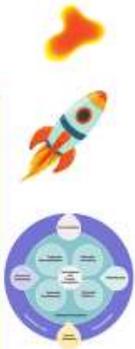
Im Moment wird auf nationaler Ebene unter der Leitung von Prof. Dr. med. Konrad Streitberger (Zentrumsleiter Schmerzzentrum Insel Bern) eine breit abgestützte Studie zur Prävention der Chronifizierung vorbereitet.

Für die Schweiz werden die direkten jährlichen Kosten für die Behandlung der chronischen Schmerzen auf 4,3 bis 5,8 Milliarden Franken geschätzt.

# Update 04.06.2024

- Was bisher geschah
- Was gerade passiert
- Was wir noch vorhaben

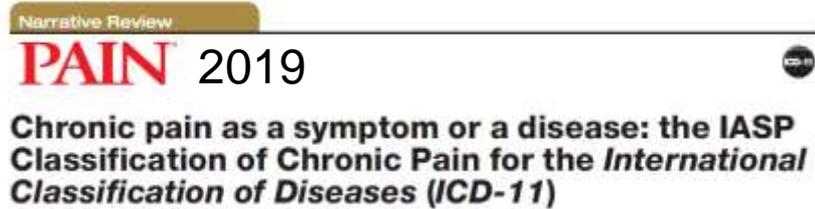
21.01.2022 Projektskizze  
24.06.2022 Antrag  
**26.09.2022 Förderzusage**  
16.11.2022 Minisymposium  
**01.01.2023 Förderbeginn**  
16.10.2023 Kick off

Programm		Herzlich Willkommen zum PrePaC Kick Off!	
16:00 - 16:05	<b>Eröffnung</b> <i>Projektleitung PrePaC</i>		
16:05 - 16:20	<b>Grussworte</b> <i>Insel Gruppe, Gesundheitsförderung Schweiz</i>		
16:20 - 16:40	<b>PrePaC - ein Update</b> <i>Projektteam PrePaC, Schmerzzentrum Insel und Berner Fachhochschule, Departement Gesundheit</i>		
16:40 - 17:05	<b>PrePaC: Partizipationsmöglichkeiten</b> <i>Andrea Möhr-Michel, Yasmina Weerasekara PrePaC Begleitgruppe</i>		
17:05 - 17:15	<b>Was bewirkt das Projekt? Die Evaluation auf Spurensuche</b> <i>Dr. Corina Sallis Gross, Public Health Services, Dr. Günter Ackermann, Qualität &amp; Evaluation</i>		
17:15 - 18:00	<b>Netzwerkapéro und Infostände</b>		

SCHMERZ  
ZENTRUM

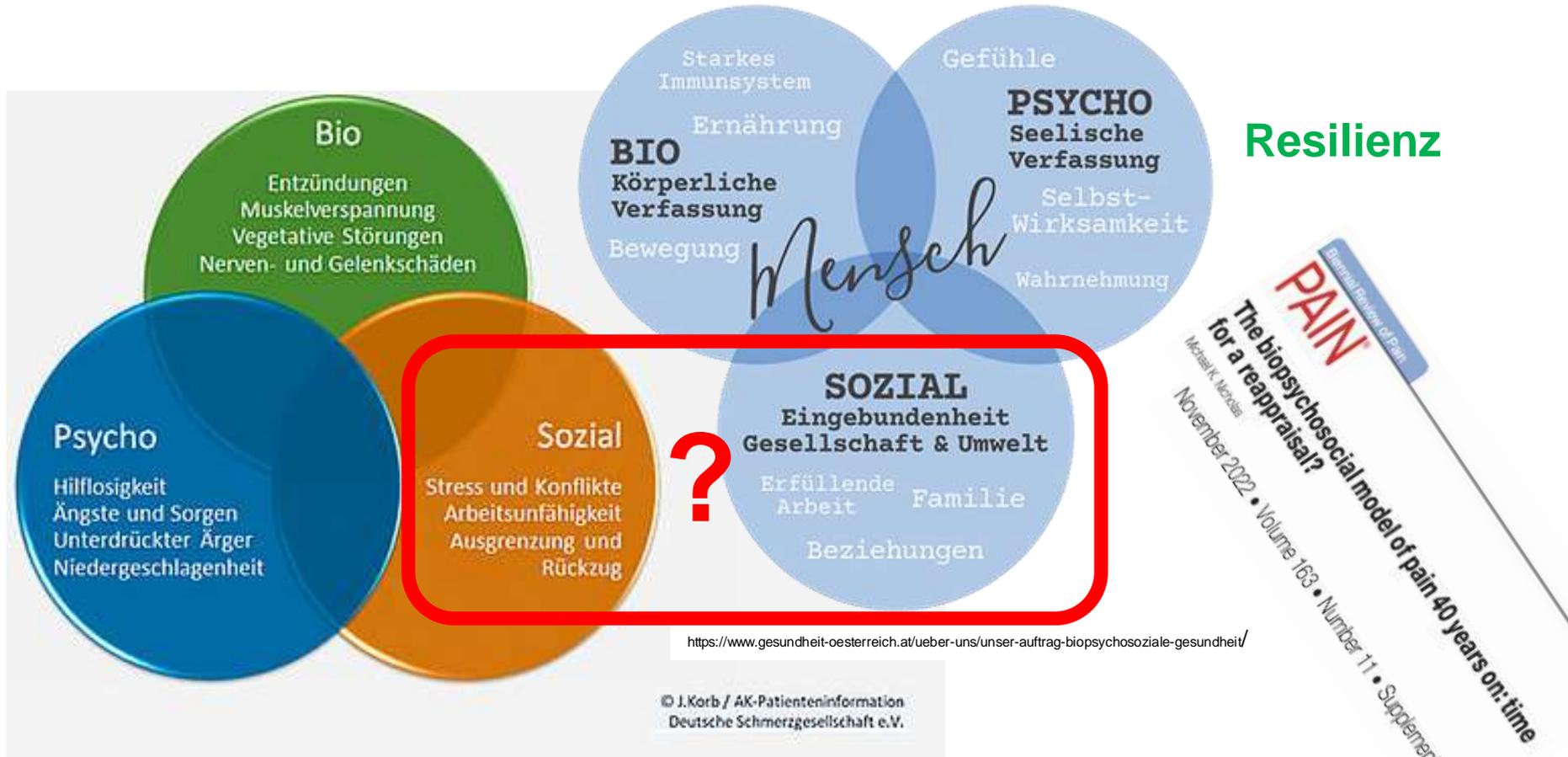
# Voraussetzungen für PrePaC

1. Chronischer Schmerz ist eine eigenständige chronische Erkrankung



2. Biopsychosoziales Modell bietet Grundlage für Behandlung und Prävention chronischer Schmerzen
3. Prävention muss in der Behandlung von Schmerzen immer mit berücksichtigt werden

# Biopsychosoziales Modell bei chronischem Schmerz



# Behandlung = Prävention Chronischer Schmerzen

## Primäre Prävention

- Resilienz stärken
- Akute Schmerzen verhindern / gut behandeln

## Sekundäre Prävention

- Wiederkehrende akute Schmerzen verhindern
- Übergang akuter in chronische Schmerzen verhindern

## Tertiäre Prävention

- negativen Auswirkungen von chronischen Schmerzen auf das Leben vermindern

Bewegung  
Unfallprävention

Akutschmerztherapie  
Schmerztherapie mit  
Berücksichtigung  
psychosozialer  
Risikofaktoren  
multimodale  
Schmerztherapie

# Gesundheitspfad - Aufbau

## Basis Physiotherapie im Notfallzentrum bei muskuloskelettalen Schmerzen

### Akute Schmerzen

- Ausschluss Red Flags
- **Erhebung Psychosoziale Risikofaktoren**
  - STarT MSK + UKS
- Direkt **Physiotherapie + Edukation**



Schmerz > 1 Monat



Schmerz > 3 Monate

### Primäre Prävention

### Sekundäre Prävention

### Tertiäre Prävention



### STarT-MSK:

- Katastrophisierung
- Vermeidung

### UKS (Basis PHQ4):

- Depressivität
- Angst
- Stress
  - Familie
  - Beruf

#### Muskuloskeletal Physiotherapy in the Emergency Department

Evaluation of a New Physiotherapy Service in a Swiss University Hospital

#### Muskuloskeletale Physiotherapie in der Notaufnahme

Evaluation eines neuen physiotherapeutischen Dienstes in einem Schweizer Universitätsspital

#### Authors

Balz Winteler<sup>1,2</sup>, Franziska Geese<sup>2</sup>, Beat Lehmann<sup>2</sup>, Kai-Uwe Schmitt<sup>1</sup>

physioscience 2022; 18: 69–76

# Gesundheitspfad - Aufbau

## Basis NVL Kreuzschmerz

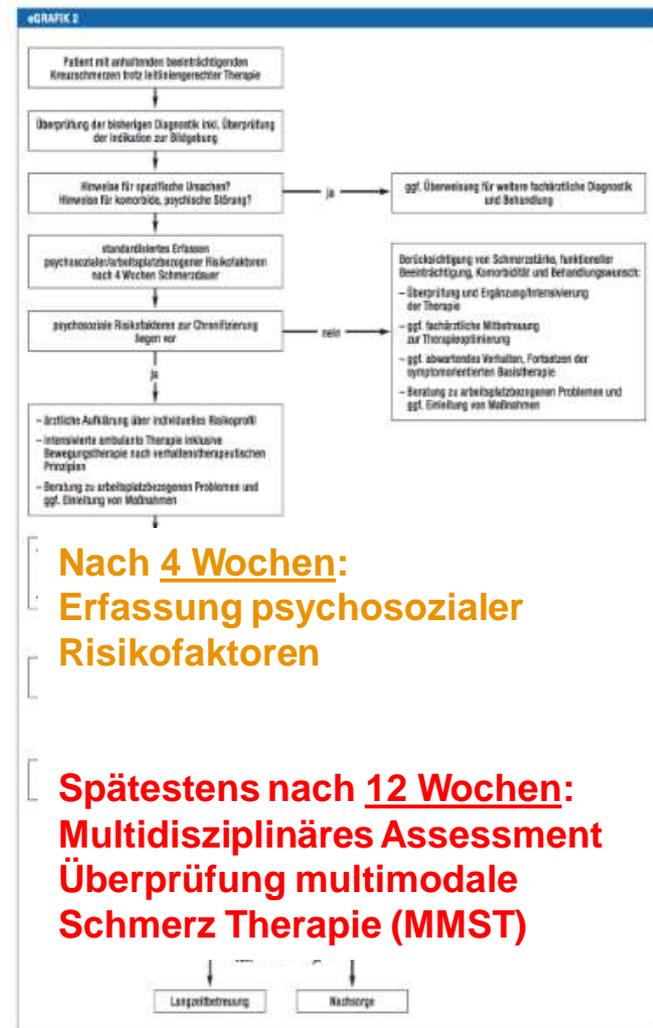
<http://www.leitlinien.de/nvl/kreuzschmerz>  
Chenot et al.  
Dt. Ärzteblatt 2017

### Schmerz > 1 Monat

- Erhebung STarT MSK + UKS
- **Erweiterte psychosoziale Evaluation**
- Einbezug **Sozialarbeit** und **Case Management**
- **Ambulantes Netzwerk** für Schmerztherapie

### Schmerz > 3 Monate

- Erhebung STarT MSK + UKS
- **Interdisziplinäre Evaluation**
- Intensivierte **Multimodale Schmerztherapie**, ambulant z.B. BAI oder stationär



## Update 04.06.2024

- Was bisher geschah
- Was gerade passiert
- Was wir noch vorhaben

## Umsetzung der Teilprojekte

- Gesundheitspfad
- Netzwerk
- Plattform / Branding
- Qualifikation
- Partizipation



[https://issuu.com/ringier-brandstudio/docs/gesundheit\\_mai\\_2024](https://issuu.com/ringier-brandstudio/docs/gesundheit_mai_2024)



## Umsetzung Netzwerk Stephanie Fraefel, Tom Friedli



- IV Sprechstunde am Schmerzambulatorium
- Start Aufbau Praxisnetzwerk
- Hotline
- Netzwerktreffen



 **PrePaC**  
Prevention of  
Pain Chronification

Zur Website  
von Prepac → 

An hausärztliche Praxen  
im Kanton Bern und in angrenzenden Gebieten

**Zusammenarbeit PrePaC-Projekt: Prävention von Schmerzchronifizierung**

Sehr geehrte Hausärztinnen und Hausärzte

Anmeldung Praxisnetzwerk →





# Umsetzung Plattform / Branding

## Tom Friedli / Sibylle Obrecht

Plattform inhaltlich umgesetzt auf  
[www.schmerzzentrum.insel.ch](http://www.schmerzzentrum.insel.ch)

Struktur vorbereitet

Logo Entwickelt



URL reserviert

[Chronischeschmerzen.info](http://Chronischeschmerzen.info)

[Schmerzhilfe.info](http://Schmerzhilfe.info)

[Schmerzpraevention.ch](http://Schmerzpraevention.ch)



# Umsetzung Qualifikation Nina Bischoff

## Fortbildungsangebot

1. Fortbildung und Schmerzsymposium SZI-PrePaC
2. PrePaC im Studentenunterricht
3. PrePaC in Fachgesellschaften und HA-Fortbildungen
4. PrePaC HA-Fortbildung Herbst 2024
5. Austausch mit P



### Schmerzzentrum, InselSpital Bern

**Zeit:** Donnerstag, 16.30-17.30 Uhr  
**Ort:** CPD D-127 / online ([Webex-Quarantäne und technische Hinweise](#))  
 Ort und Link sind bis auf weiteres für jede Schmerz-Fortbildung gültig  
 (Ausnahme: SAPPM-Fortbildungen und Fortbildung vom 25.04.2024)  
**Credit-Vergabe:** Vor-Ort-Teilnahme kostenlos, Online-Teilnahme: 30 CHF  
 Für SAPPM-Fortbildungen siehe [Fortbildungsergebnisse SAPPM](#)  
**Bitte um Anmeldung bis eine Woche vor Veranstaltungsbeginn per Anmeldeformular oder per E-Mail an [prepa@insel.ch](mailto:prepa@insel.ch).** Bitte geben Sie an, ob Sie vor Ort oder online teilnehmen möchten.

Februar	
29.02.2024	Psychiatrische Erkrankungen und chronische Schmerzen Dr. med. Katja Komossa, Ärztliche Leitung Klinik Daxos, Charité Psychosomatische Rehabilitation und Psychiatrie Credits: SBPM 0.5, SPS 1, SAPPM 1, SSAPPM 1
März	
14.03.2024	Kryotherapie bei neuropathischen Schmerzen Dr. med. Zdenek Nemecok, Spinalfacharzt, Schmerzmediziner, InselSpital Bern Credits: SBPM 1, IPS 1, SAPPM 1, SSAPPM 1
April	
25.04.2024	Präventive Physiotherapie bei akuten muskuloskeletalen Schmerzen Balz Wenzler, Schmerzambulanz Physiotherapie / Leiter Fachentwicklung, InselSpital Bern Ort: Ergotherapie-Lounge (UL 27) Credits: SBPM 0.5, SPS 1, SAPPM 1, SAMM 1, Physiowiss 1, SSAPPM 1, SSAMM 1
Juni	
06.06.2024	Verhaltensänderungen bei chronischen Schmerzen - Physiologische Grundlagen für das Biopsychosoziale Modell Prof. Dr. Thomas Neebun, Ordinarius, Ko-Direktor, Institut für Physiologie, Universität Bern Credits: SBPM 0.5, SPS 1, SAPPM 1, SSAPPM 1, SSAMM 1

## 8. Berner Schmerzsymposium Lets talk about pain! – Kommunikation in der Schmerzmedizin

Donnerstag, 22. August 2024, 16.00 – 19.00 Uhr  
Auditorium Ettore Rossi, InselSpital Bern



### Programm

16.00 – 16.15	<b>Einführung: Was hat Kommunikation mit Schmerzprävention zu tun?</b> Prof. Dr. med. Konrad Streitberger
16.15 – 16.45	<b>Lets talk about pain – Wie kann Kommunikation in der Praxis optimiert werden?</b> PD Dr. med. Anke Scheel-Sailer
16.45 – 17.15	<b>Gesundheitsfördernde Kommunikation – Impulse aus der Placebo- und Nocebo-Forschung</b> Prof. Dr. med. Claudia Witt
17.15 – 17.30	Diskussion
17.30 – 18.00	Pause / Apéro / Industrierausstellung
18.00 – 19.00	Podiumsdiskussion (Moderation Marianne Kaiser) mit Impulsreferat à je 5 Minuten <b>Lets talk about pain – for political gain!</b> <b>Wie hilft Kommunikation für die Prävention chronischer Schmerzen?</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Aus Patient:innensicht (Andrea Mohr)</li> <li>• Aus therapeutischer Sicht (Martin Verro)</li> <li>• Aus Versicherungs- und ökonomischer Sicht (Erich Scheibül)</li> <li>• Aus politischer Sicht (nn)</li> </ul>
19.00	<b>Abschluss</b> Prof. Dr. med. Konrad Streitberger

**Anmeldung**  
Wir freuen uns auf Ihre Anmeldung bis 20. Juli 2024 auf unserer [Website](#).

**Fortbildungscredits**  
Momentan prüfen wir ob die Credits von folgenden Gesellschaften anerkannt werden:  
 ASA (3), SBPM (2.5), SPS (3), SAMM (2), SSAPPM (3), SAPPM (3.5), SSAMM (1), Physiowiss (4)



# Umsetzung Partizipation

Heidi Kaspar, Chantal Britt  
Yasmina Weerasekara, Andrea Möhr



## Patient Journey Mapping

### = Tertiäre Prävention

- negative Auswirkungen von chronischen Schmerzen auf das Leben vermindern

Einbindung in Vorträge für  
Betroffene und Fachpersonal

Integration verschiedener  
Wissensbestände ins Projekt



# Update 04.06.2024

Was bisher geschah

Was gerade passiert

Was wir noch vorhaben  
bis 31.12.2026

## Umsetzung

- Plattform / Branding

## Etablierung

- Gesundheitspfad und Netzwerk in Region Bern
  - 600 Patient:innen primäre Prävention
  - 60 Patient:innen sek. und tert. Prävention
- Fortbildungen zu Prävention und Plattform integriert in bestehende Angebote
  - Multiplikatoren

# Was wir noch vorhaben – Wirkung erzeugen

## Umsetzung biopsychosoziales Modell in der Praxis!

### Wirkung mit:

- **Gesundheitspfad** auch in anderen Regionen
  - Frühe Evaluation psychosozialer Risikofaktoren
  - Integration Sozialarbeit mit Case Management
- **Netzwerk** mit interprofessioneller Zusammenarbeit
- **Plattform** zur Vermittlung und Information zu Schmerzthemen
- **Qualifizierung** in den Fachgesellschaften
- **Partizipation** von Betroffenen



## Ziel: Prävention chronischer Schmerzen in Gesundheitswesen etablieren

## Update 04.06.2024

- Was bisher geschah  
→ Aufbauarbeit
- Was gerade passiert  
→ Umsetzung
- Was wir noch vorhaben  
→ Etablierung/Wirkung

# Netzwerktreffen

Dienstag, 4. Juni 2024  
16:00 bis 18:00 Uhr



Anmeldung  
online oder an  
[prepac@insel.ch](mailto:prepac@insel.ch)

Inselspital Bern, neues Anna-Seiler-Haus,  
Freiburgstrasse 20, Ebene Haupteingang / rechts

16:00-16:20

### **Begrüssung und Update**

Projektteam PrePaC

16:20-17:05

### **Soziale Arbeit in der hausärztlichen Versorgung – Erfahrungen, Ressourcen und Hindernisse**

Dr. phil. René Rüegg, Berner Fachhochschule,  
Departement Soziale Arbeit, wissenschaftlicher Mitarbeiter,  
Schwerpunkt: Soziale Arbeit in der Arztpraxis

Dunja Vetter, M.A. Soziale Arbeit, Caritas beider Basel,  
Leiterin Sozialberatung in der Arztpraxis

Dr. med. Andrea Schindler, Praxis Bubenberg und mediX Bern

17:05-17:35

### **An der Schmerzgrenze: Wie sozial ist die Grundversorgung?**

Podiumsdiskussion mit Teilnehmer:innen aus dem Sozial- und  
Gesundheitswesen

Ab 17:35

### **Netzwerkapéro mit Informationsständen**