

# Ärztliche Fortbildung

Veranstaltungsprogramm

„NCDs: Generische Basistherapie für Patienten mit  
chronifizierenden Gesundheitsproblemen“

Anerkannt und bewertet bei der Sächsischen Landesärztekammer zu Dresden

Es handelt sich um eine **modular aufgebaute, CME-zertifizierte Fortbildungsmaßnahme für Ärzte**. Sie ist offen für Psychologen, Sportwissenschaftler, Physiotherapeuten u.a. staatlich anerkannte Gesundheitsberufe.

Veranstalter ist die Europäische Vereinigung für Vitalität und Aktives Altern eVAA e.V. Leipzig.<sup>1</sup>

Das vollständige Kursprogramm „Generische Basistherapie für chronisch Kranke (NCD)“ besteht aus insgesamt **4 Kurstagen** plus die Patientenversorgung **begleitende Fallkonferenzen**.

#### (1) „Modul Generische Basistherapie-1“

Der Arzt erwirbt die notwendigen theoretischen Kenntnisse und das Hintergrundwissen für die Information/ Erstberatung des Patienten im Hinblick auf dessen Basistherapie. 1 Fortbildungstag.

#### (2) „Modul Generische Basistherapie-2“

Der Arzt wird befähigt, das partizipative Auswertungsgespräch zur generischen (störbildübergreifenden) Basisdiagnostik zu führen. 1 Fortbildungstag.

#### (3) „Module Generische Basistherapie-3 und -4“.

Der Arzt erhält umfangreiche Kenntnisse sowie interdisziplinäres Hintergrund- und Zusammenhangswissen über die Inhalte und Regeln der Basistherapie aus bewegungs-, ernährungs-, leistungs-, neurophysiologischer, endokrinologischer, psychosozialer und gerontologischer<sup>2</sup> Sicht. 2 Fortbildungstage.

Die von Haus aus generischen (indikations- und störbildübergreifenden) und sehr komplexen Sachverhalte wie auch das interdisziplinäre Zusammenhangswissen und die Therapieregeln der Fortbildungsmaßnahme „Basistherapie“ sind für die Ärzte zwar medizinisch-wissenschaftlich begründet dargestellt, „final“ aber in verständlicher Patientensprache aufbereitet (vgl. Workshop-Themen 3 u. 4!). Alle Fachinhalte sind hier konsequent auf die Selbstbefähigung des Patienten für seine Basistherapie und die plausible und praktikable Umsetzung durch den Patienten im Alltag abgestellt.

Die Fortbildungstage finden in Form **Interaktiver Workshops (8 x 45 min)** mit aus Qualitätsgründen strikt limitierter Teilnehmerzahl (5 - 8) statt. Alle Teilnehmer sind interaktiv eingebunden und bearbeiten gemeinsam die jeweilige Thematik.

Alle Kurstage werden **obligat** mit einer **schriftlichen Lernerfolgskontrolle** (Multiple Choice CME) abgerundet. Sie bildet die Grundlage der **Zertifizierung**.

Zusätzlich zur zertifizierten Fortbildung in Kurs-Form können die Ärzte an regionalen **Fallkonferenzen zur Basistherapie (90 min)** teilnehmen. Hier werden klinisch relevante Schnittstellen der generischen Diagnostik bzw. der Basistherapie zu den jeweiligen chronischen Krankheitsbildern und Störsyndromen der Patienten wie chronische Schmerz- und Erschöpfungssyndrome, essentielle Hypertonie, Typ-1- und Typ-2-Diabetes, Hypercholesterinämie, Depressivität, Tinnitus, klimakterisches Syndrom/ PADAM, Hyper-/ Hypothyreose und die begleitende Multi-Dauermedikation gemeinsam diskutiert. Entsprechende Erfahrungswerte und de-eskalierende Behandlungsoptionen können daraus abgeleitet, diskutiert und in der Regelversorgung berücksichtigt werden.

<sup>1</sup> eVAA e.V. gehört zu den medizinisch-wissenschaftlichen Fachgesellschaften, die beim Gemeinsamen Bundesausschuss G-BA bei der Erstellung von Anforderungsrichtlinien an strukturierte Behandlungsprogramme nach § 137f, Abs. 2, SGB V (chronische Krankheiten) zur Stellungnahme berechtigt sind.

<sup>2</sup> Gerontologie ist NICHT Geriatrie! Vgl. auch [www.evaaa.de](http://www.evaaa.de)

**(1) Fortbildungstag 1**

„**Theoretische Grundlagen**“. Der Arzt erwirbt die notwendigen Kenntnisse und das Hintergrundwissen für Erstberatung des Patienten zur Selbstbefähigung im Hinblick auf neue Versorgungsformen bei NCD.

**Workshop 1** (2 x 45 min):

Generische Basistherapie bei chronischen Krankheiten (NCD): **Fachliche Grundlagen**

- „Generik“ in Medizin und Gesundheitswissenschaften: Definition und Anwendungsbeispiele
- Gesundheit, Krankheit, Lebensalter: Erkenntnistheoretische und operationale Grundlagen
- Zusammenhang von körperlicher und psychosozialer Gesundheit: Der Biofunktionale Status
- Gesundheitsdimensionen: Kalendarisches und bio-psycho-soziales/ Biofunktionales Alter(n)
- Medizinische Interventionsstrategien und Therapieziele: Gesundheit (ICF) und Krankheit (ICD)

**Workshop 2** (45 min):

Generische Basistherapie bei chronischen Krankheiten (NCD): **Die Akteure**

- Die Akteure: Gesundheitspolitik – Expertensysteme – Patient
- *Der Patient?* Bedarf, Therapietreue, Adhärenz als Gesundheitsproduzent bzw. Co-Therapeut
- Das Expertensystem: Multimodal oder generisch? Vom (spezialisierten) medizinischen Angebotsdenken zum (generischen) Behandlungsbedarf des chronisch Kranken
- Versorgung chronisch Kranker und von chron. Krankheit Bedrohter: Verräterisches Wording!

**Workshop 3** (45 min):

Generische Basistherapie bei chronischen Krankheiten (NCD): **Versorgungsaspekte**

- Unterstützungsbedarf: Persönliche Therapieziele versus Medizinische Informationsstrategien
- Patientenalltag: Ressourcenmobilisierung versus Risikominimierung? (Faktenboxen)
- Selbstbestimmung und Adhärenz: Der Patient als Co-Therapeut in Gesundheit und Krankheit

**Workshop 4** (2 x 45 min):

Generische Basistherapie bei chronischen Krankheiten: **Bedarfserhebung/ Generische Diagnostik**

- Messung von Gesundheits-, Alters-, Behandlungsressourcen (Methodologie, Methodik, Technologien bzw. Diagnostikverfahren)
- Personalisierte Stärken-Ressourcen-Profile und Vitalisierungsrate: Anwendungsoptionen in der Praxis (Bedarfsanalyse, Spiegelung (Be-)Handlungsbedarf, partizipative Formulierung von Therapiezielen, Adhärenz-Unterstützung, Nutzenbewertung, Qualitätssicherung/ Evaluation)

**Workshop 5** (45 min):

Generische Basistherapie bei chronischen Krankheiten (NCD): **Der generische Behandlungsansatz**

- Störbildübergreifender biopsychosozialer Ansatz und Interdisziplinarität
- Patientenrelevante Endpunkte im Fokus: Von der Wirksamkeit zum Nutzen
- Krankheitsbezogene und gesundheitsbezogene Therapieziele Verstetigung und Nachhaltigkeit in der Selbstbefähigung der Patienten zur Basistherapie

**Workshop 6** (45 min): analog zu den **Fallkonferenzen „Basistherapie“ in der Versorgungspraxis**

Generische Basistherapie bei chronischen Krankheiten: Fallbeispiele aus der Praxis, fokussiert auf Patienten mit Indikation *Abdominale Adipositas plus Multi-Dauermedikation/Co-Morbidität (Metabol. Syndrom); Klimakterisches Syndrom / PADAM; Chronischer Schmerz/ Erschöpfungssyndrom. oder VP!*

**(2) Fortbildungstag 2**

„**Generische Basisdiagnostik**“. Der Arzt wird befähigt, das partizipative Auswertungsgespräch mit dem Patienten zur störbildübergreifenden Basisdiagnostik zu führen.

**Workshop 1 (2 x 45 min):**

Das partizipative Auswertungsgespräch zur Basisdiagnostik: **Repetition der operationalen Grundlagen**

- Generische Basisdiagnostik als funktions- und fähigkeitsdiagnostische Komplexuntersuchung unter ernährungs-, bewegungs-, leistungs-, neurophysiologischem sowie psychosozialem und gerontologischem Aspekt. Evidenz-Basierung der Diagnostikverfahren bezüglich Geschlecht und Alter, nationaler/ internationaler Einsatz unter Versorgungsaspekt (ICF-Konzept WHO).
- Individueller Biofunktionaler Status des Patienten und biopsychosoziale Vitalitätslebenskurve: Referenzwert-, Bezugswert- und Normalwert-Problematik von Gesundheit und Alter(n).
- Potenziale der Basistherapie bei Zivilisations- und Alterskrankheiten: Lebensalter, Altern und bio-psychosoziale Adaptation.
- Das individuelle Stärken-Ressourcen-Profil des Patienten: Erfassung von körperlichen und psychosozialen Gesundheitskriterien („die unteilbare Gesundheits-Medaille“).

**Workshop 2 (2 x 45 min):**

Das partizipative Auswertungsgespräch: **Das generische Prinzip und medizinische Leitlinien der NCD**

- Das „geist`ge Band“ Mephistos in Medizin, Gesundheitswissenschaften und Altersforschung: Die 4 AHA-Fragen an den Patienten zur Selbsteinschätzung, Bewertung und Einordnung seines Gesundheitswissens bzw. seines Körperbildes und seines Therapieverständnisses bei NCD.
- Indikationsspezifische Störbilder und p-m-r-Prinzip: Ausführliche Darstellung am Beispiel Psychosozialer Stress (Status quo des Patienten inkl. BFA und Bewältigungstechniken).
- Individuelles Stärken-Ressourcen-Profil des Patienten: seine ableitbaren Handlungsoptionen
- Basistherapie im Alltag: Nicht-medikamentöses und (fach-)ärztliches Behandlungsprinzip bei chronischen Gesundheitsproblemen (Einzelfallbetrachtungen und medizinische Statistik)

**Workshop 3 (2 x 45 min):**

Das partizipative Auswertungsgespräch: Evolutionsbiologische/ zivilisatorische Bedienungsfehler am Biosystem und **basistherapeutische Handlungsoptionen** im Alltag des chronisch Kranken

- Reflexionen im Alltag: Zivilisation vs. Evolution?
- Körperliche Aktivierung: Bewegungsphysiologisches Selbstmanagement
- Ernährung: Grundstrategie Biophysilogischer „Erlaubnisvorbehalt“
- Psychosoziale Entlastung: Grundverständnis für Bewältigungsstrategien

**Workshop 4 (2 x 45 min):**

Das einstündige partizipative Erstauswertungsgespräch zur Basisdiagnostik: **Durchführungsschritte**

1. Monitoring der Mess- und Steuerungskriterien im Webportal für die Behandlung des Patienten
2. Interaktive Lebensstilanamnese Arzt-Patient im Webportal
3. Leitlinien des individuellen Auswertungsgesprächs
4. Partizipative Formulierung von Therapiezielen im Webportal: Unterstützung von Therapietreue und Adhärenz in der Behandlung von NCD.
5. Patientenreport und digitales Leistungsportfolio in „generischen Versorgungsschleifen“ (neue, patientenzentrierte Versorgungsformen in Ergänzung zur Regelversorgung bei NCD)

**(3) Fortbildungstage 3 und 4**

„**Generische Basistherapie-3 und -4**“. Der Arzt erhält umfangreiche Kenntnisse, interdisziplinäres Hintergrund- und Zusammenhangswissen über die Inhalte und generischen Regeln der Basistherapie aus bewegungs-, ernährungs-, leistungs-, neurophysiologischer, endokrinologischer, psychosozialer und gerontologischer Sicht.

Das Fortbildungsprogramm „Generische Basistherapie für Ärzte“ sollte – analog zu Befähigungs- bzw. Therapieprogrammen betroffener Patienten in der Versorgungspraxis durch einen Therapiebegleiter – aus mindestens 8 Modulen bestehen. Methodisch-didaktisch orientiert sich das Therapieprogramm an einem Prozessmodell zur Selbstbefähigung. Dies folgt den drei Schritten

- Sensibilisieren und Reflektieren (neue Wissensinhalte),
- Informieren und Verstehen (generische Zusammenhänge),
- Erproben im Alltag und Verstetigen (Therapieinhalte).

Die Fortbildung der ärztlichen Kollegen orientiert sich streng an diesem standardisierten Algorithmus der Selbstbefähigung von Patienten zur Basistherapie in der Versorgungspraxis. So ist optimaler Praxisbezug der Fortbildung gewährleistet.

**Kurstag 3:****Workshop 1 (2 x 45 min):**

Kein Tier treibt Sport: Die genialen generischen Regeln in Natur und Evolution

**Workshop 2 (2 x 45 min):**

Ist Bewegung Anstrengung? Die 4 körperlichen Aktivitätsbereiche in Beruf und Freizeit

**Workshop 3 (2 x 45 min):**

Gewusst warum und wie: Optimierung vs. Maximierung

**Workshop 4 (2 x 45 min):**

- ✓ Wenn überhaupt Sport, dann richtig: Trainingsdauer und passende Sportarten.
- ✓ Praxis mit dem Therapiebegleiter

**Kurstag 4:****Workshop 5 (2 x 45 min):**

- ✓ (Nicht) ZU-Nehmen? Die Mär von den Kalorien...
- ✓ (Wieder) AB-Nehmen? Der Trick mit dem Insulin!

**Workshop 6 (2 x 45 min):**

- ✓ Psychosozialen Stress erkannt? Dann Kampf – Flucht- Totstellen ...
- ✓ Stress: Das Neueste aus der Hirnforschung!

**Workshop 7 (2 x 45 min):**

Verstetigung: Wie der Alltag mir hilft, mein Therapieziel zu erreichen...

**Workshop 8 (2 x 45 min):**

Vitalisieren ist Heilen – Gesundheit versus Krankheit (oder BFA versus KA)!

Es wird **exemplarisch für die IT-Unterstützung neuer Versorgungsformen bei NCD** das Webportal [mein-therapieziel.de](http://mein-therapieziel.de) genutzt. Es unterstützt Patient und Versorger/ Gesundheitsdienstleister in der Umsetzung und Nachhaltigkeit bei der NCD-Indikation „Abdominale Adipositas mit Co-Morbidität“. Alle Fortbildungsinhalte sind vom Veranstalter ausführlich dokumentiert und ggf. abrufbar. Referenzliteratur ist ausgewiesen.

**Veranstalter**

Europäische Vereinigung für Vitalität und Aktives Altern eVAA e.V.  
Im GerontoLab<sup>Europe</sup>, Dittrichring 4, D-04109 Leipzig

Tel. +49 (0)341 99 85 700, mobil: 0160 520 580 1  
[info@evaaa.de](mailto:info@evaaa.de), <http://www.evaaa.de>.

**Wissenschaftliche Leitung: Prof. Dr. med. Petra Stute, Universitätsklinikum Bern/CH**

Referentin/ Dozentin: PD Dr. med. habil. Dagmar Pöthig

Organisatorische Leitung: Peter Zeidler

**Organisatorisches zum Veranstaltungsprogramm**

Regulärer Veranstaltungsort: Leipzig - City, Im GerontoLab<sup>Europe</sup> Hier ist eine Imbissversorgung gewährleistet, deren Kosten in den TN-Gebühren enthalten sind.

Reguläre Veranstaltungszeiten: samstags 9.00 bis 16.00 Uhr. Sonderzeiten nach Absprache.

Leistungsort, Veranstaltungstermine und Veranstaltungsrahmen auch nach Vereinbarung.

Die TN-Zahl ist aus Qualitätsgründen auf min. 5 bis max. 8 Personen pro Veranstaltung ausgelegt (intensiver Workshop-Charakter mit obligater Lernerfolgskontrolle).

Der TN erhält für jeden Kurstag eine TN-Bescheinigung.

Modulare CME-Zertifizierung 1 bis 4 „NCDs: Generische Basistherapie für Patienten mit chronifizierenden Gesundheitsproblemen“. Die Zertifikate berechtigen zur definierten TN an einschlägigen Versorgungsverträgen.

Die Veranstaltung ist bei der Sächsischen Landesärztekammer anerkannt und wird pro Kurstag mit 11 Fortbildungspunkten bewertet, bei Belegung des vollständigen Kurszyklus 44 Fortbildungspunkte.

Zusätzliche Punkte können im Rahmen der Fortbildungsverordnung der SLÄK durch die Teilnahme an regionalen Fallkonferenzen zur generischen Basistherapie bei NCD erworben werden (2 Punkte pro Fallkonferenz). Diese finden in den Versorgungsregionen statt.

**TN-Gebühren:**

330,- € pro Kurstag zzgl. 7% MwSt. Ärzte in Weiterbildung: 250,- € pro Kurstag zzgl. 7% MwSt.

Anmeldung zur Fortbildung und AGB c/o

[https://evaaa.de/03-Die-generische-Basistherapie\\_Stiefkind-in-der-Versorgung-chronisch-Kranker](https://evaaa.de/03-Die-generische-Basistherapie-Stiefkind-in-der-Versorgung-chronisch-Kranker)