

Ambient Active Living, E-Health und die Telemedizin

# Digitale Angebote ermöglichen ergänzende Betreuung im gewohnten Umfeld

Digitale Technologien und Dienstleistungen können helfen, die Herausforderungen zu meistern, die der demografische Wandel und der Mangel an medizinischem Fachpersonal mit sich bringen. Zudem unterstützen sie den tief verankerten Wunsch, möglichst lange zu Hause zu wohnen und diesen als Gesundheitsstandort zu nutzen.

Von Carsten Niebergall und Christiane Brockes

Ambient Active Living (AAL), auch Ambient Assisted Living genannt, bedeutet ein umgebungsunterstütztes Leben mithilfe vernetzter digitaler Technologien und Anwendungen. Konkret handelt es sich dabei um die Installation und die Bereitstellung von Assistenzsystemen, sei es in den eigenen vier Wänden oder in das mobile Lebensumfeld, um bei Bedarf Hilfe zu bekommen, den Lebensalltag zu meistern und das Selbstmanagement sowie das selbstbestimmte Leben zu fördern. Heute werden Wohnungen und Häuser nicht nur nach der Lage und den Räumlichkeiten ausgesucht, auch die eingebauten Technologien, die ein möglichst langes und selbstbestimmtes Leben zu Hause ermöglichen beziehungsweise unterstützen, rücken zunehmend in den Fokus. Hauptsächlich handelt es sich dabei um technische Lösungen und Dienstleistungen aus dem Smart-Home- beziehungsweise Facility-Management-Bereich. Die digitale Gesundheit findet hier noch kaum Beachtung.

Potenzielle Nutzer und Endanwender stellen hohe Anforderungen an AAL-Systeme. Die

Technik muss sich in die Wohnumgebung integrieren, einfach und intuitiv bedienbar, stabil und zuverlässig sein und einen wartungsarmen und störungsfreien Betrieb garantieren. Besonders wichtig ist auch die Gewährleistung des Datenschutzes und die Verhinderung von Missbrauch durch Dritte. Die Technik sollte möglichst modern sein und nicht stigmatisieren.

Unter E-Health, einem innovativen Teilbereich der Gesundheitsversorgung mit wachsender Bedeutung, versteht man den Einsatz von Informations- und Kommunikationstechnologien im Gesundheitswesen. Ziele sind die Akteure im Gesundheitswesen zu vernetzen, die Behandlungsqualität und -sicherheit der Patienten zu steigern und die Kosten zu senken. Die Telemedizin bildet hierbei einen Teilbereich, welcher die Beratung und Behandlung des Patienten auf Distanz umfasst. Eine telemedizinische Beratung, beispielsweise kombiniert mit der Erfassung von Blutdruck und Gewicht, kann die medizinische Betreuung in den eigenen vier Wänden verbessern und erleichtern. Spitäler können ihre Patienten poststationär telemedizinisch weiter betreuen. Im Rahmen der Telerehabilita-



Carsten Niebergall

tion werden die Behandlungsfortschritte auf Distanz veranschaulicht und die Übungen ggf. angepasst. Die Universität Zürich hat diese Entwicklung erkannt und eine Ausbildung «Klinische Telemedizin/E-Health» in das Medizinstudium integriert. Sie übernimmt insbesondere auch mit Blick auf unsere Nachbarländer eine Vorreiterrolle.

## Digitale Gesundheit und Patientenautonomie

Die Digitalisierung hat auch in der Medizin in den letzten Jahren stark zugenommen und führt zu neuen Bedürfnissen und Herausforderungen in der Arzt-Patienten-Beziehung. Unter E-Health, einem innovativen Teilbereich der Gesundheitsversorgung mit wach-



sender Bedeutung, versteht man den Einsatz der Informations- und Kommunikationstechnologien (IKT) mit dem Ziel, die Behandlungsqualität der Patienten zu steigern, ihre Lebensqualität zu erhöhen und darüber hinaus die Kosten im Gesundheitswesen zu senken. Medizinisches Fachpersonal kann telemedizinische Beratungen nutzen, um Patienten nicht nur physisch vor Ort, sondern auch auf Distanz, das heisst zu Hause, am Arbeitsplatz oder in den Ferien, zu betreuen und zu behandeln. Gleichzeitig unterstützt der digitale Trend im Gesundheitswesen auch den Wunsch nach Eigenverantwortung, Selbstständigkeit und Autonomie. Das Messen und Sammeln von Gesundheits- und Fitnessdaten sowie die virtuelle medizinische Beratung und Betreuung liegen im Trend und fördern das Patienten-Empowerment sowie die Gesundheitskompetenz jedes Einzelnen. Der Patient verändert sich dabei von einem passiven Empfänger einer medizinischen Leistung zu einem aktiven und verantwortungsbewussten Teilnehmer in der Gesundheitsversorgung. Das Self-Tracking, kombiniert mit einem gewissen Spassfaktor, kann den Nutzer motivieren und ihm helfen, seine Gesundheit zu beeinflussen und mitzusteuern. Gleichzeitig ist er aber oftmals angesichts der daraus resultierenden Fülle von Informationen und Daten überfordert.

### **Verlässliche Einordnung der Daten ist wichtig**

Zur Beurteilung der Qualität der gesammelten Daten bedarf es der Hilfe einer Fachperson, der er vertraut, um Klarheit und eine verlässliche Bewertung beziehungsweise Informationen zu erhalten. Damit verändert sich auch ein Stück weit die Rolle des medizinischen Fachpersonals. Medizinische Fachpersonen werden zunehmend zu Begleitern oder Coaches, die helfen, die oftmals unübersichtlichen Datenmengen zu filtern, individuell zu nutzen und sich in der teilweise unüberschaubaren digitalen Gesundheitswelt zurechtzufinden.

Unterstützend sind strukturierte Anleitungen und Schulungen notwendig, um die digitalen Gesundheitshelfer adäquat nutzen zu können. Dabei sollte der Patient befähigt werden, einerseits die für ihn interessanten Daten zu beurteilen und andererseits Gefahren beispielsweise im Bereich Datenschutz zu erkennen und zu vermeiden. Der Schutz der Privatsphäre und der persönlichen Daten muss unbedingt gewährleistet sein, um ein sorgloses und unbedachtes Weiterleiten an Dritte zu verhindern.

### **Telemedizin und E-Health im Ambient Active Living**

Die Telemedizin und E-Health, auch und gerade in Verschmelzung mit Smart-Home-Lösungen und Wohnkomfort, können bereits heute die Gesundheitsversorgung qualitativ bereichern. Eine telemedizinische Betreuung, beispielsweise mit der Erfassung von Vitalparametern, durchgeführt von Fachpersonen, die ihre Patienten und deren Krankengeschichte kennen, kann die Betreuung erleichtern. Sensoren im Bett oder in der Toilette können aufzeigen, ob der Bewohner aufgestanden ist. Sensoren im Teppich können Bewegungsmuster eruieren und informieren, wenn sich ein Gangbild ändert und Sturzgefahr besteht. So lassen sich Tendenzen erkennen, und ein frühzeitiges Reagieren ist möglich. Digitale Sturzpräventions- und Rehabilitationsprogramme können auf einfache Art und Weise in den Alltag eingefügt werden, für Patienten mit demenziellen Erkrankungen stehen digitale Angebote mit Spielcharakter zur Verfügung. Im eigenen Zuhause als auch in Pflegeheimen, können Pflege- und Supportprozesse, sowie das Notfallmanagement deutlich verbessert werden. Spitäler können ihre Patienten poststationär weiter betreuen. Chronisch Kranke können Apps als Therapiebegleiter einsetzen und dadurch aktiver eingebunden werden. Über kurz oder lang werden solche Angebote in der integrierten Versorgung immer mehr Raum einnehmen.

### **Die Senioren in der digitalen Welt nicht alleinlassen**

Die Schlüssel zum erfolgreichen Einsatz neuer Gesundheitstechnologien und -dienstleistungen sind flankierende Massnahmen in Form einer Begleitung, einer Unterstützung beziehungsweise struktureller Schulungen der Nutzer. Oftmals kennen die Senioren die innovativen Technologien nicht, und Misstrauen und Zweifel überwiegen. Wenn es aber gelingt, den älteren Menschen einen Zugang zur digitalen Welt zu schaffen, Vertrauen aufzubauen und sie bei der Anwendung zu unterstützen, spüren und schätzen sie sehr wohl den Vorteil und nutzen diesen auch mit Freude. Die praktische Anleitung und Hilfe bei der Integration der Hilfsmittel in den Lebensalltag ist eine wichtige Aufgabe. Zusätzliche Massnahmen, durchgeführt von Menschen, die man kennt und denen man vertraut, die bei Bedarf die Bürger und Patienten auch zu Hause besuchen, können weiterhelfen.



*Rosalba Huber zeigt auf einen Sensor in der Wohnung eines Mieters.*

### **Pilotprojekt Thurvita Sonnenhof**

Als erstes Pflegeheim der Schweiz hat die Thurvita Sonnenhof das Pilotprojekt «ThurvitaTech» zum selbstständigen Wohnen im Alter letzten Frühjahr eingeführt. Prof. Dr. med. Christiane Brockes, CEO alcare, und Rosalba Huber, stv. Leiterin stationäre Leistungen, haben es sich zur Aufgabe gemacht, die Technologieakzeptanz bei den Bewohnern zu erhöhen.

Mit «ThurvitaTech» wird das selbstständigere Wohnen im Alter mit mehr Sicherheit ermöglicht. Durch Sensoren im Bad, Schlafzimmer, Gang und an der Eingangstür weiss man, dass es den Menschen zu Hause gut geht. So sollen die Pflegenden entlastet werden. Der Personalmangel in der Pflege bekommt auch die Thurvita Sonnenhof zu spüren, was ein Grund für dieses Projekt war. «Diese Sensoren sollen die Arbeit der Pflegenden nicht ablösen, sondern helfen», sagt Huber dazu. Die Software ist individuell auf die Senioren und ihre Gewohnheiten anpassbar. Viele Mieter der Alterswohnungen dachten am Anfang, dass sie per Kamera beobachtet würden. Doch was die Mitarbeiter lediglich sehen, sind Diagramme, Zeiten und Zahlen. Der Vorteil gegenüber den Notrufarmbändern liegt darin, dass auch dann ein Alarm ausgelöst wird, wenn die ältere Person nicht mehr in der Lage ist den Alarm selber auszulösen. In den Wohnungen der Altersgenossenschaft Wil, nahe beim Alterszentrum Sonnenhof Thurvita wurde dieses Konzept nun erprobt, mit dem Ziel, auch auf andere Wohnungen ausserhalb der genann-



Notfälle sind auch auf einem mobilen Endgerät zu empfangen. Rosalba Huber und Christiane Brockes im Gespräch.

ten Alterswohnungen und nach Bronschhofen auszuweiten.

### Akzeptanz schaffen

Zu Beginn war Skepsis da, doch auch viel Neugier. Sorgen über die neue Technologie hinderten acht Mieter von Alterswohnungen nicht daran, am Projekt teilzunehmen. Auch die Mitarbeiter mussten sich an das System gewöhnen. Es war wichtig, zuerst die Akzeptanz gegenüber diesem neuen Produkt aufzubauen und dann die Kompetenzen zu erlernen. Die Senioren wie auch die Pflegenden mussten in den Prozess miteinbezogen und auch mitgenommen werden.

### Deutliches Potenzial für die ältere Bevölkerung

Häufig geht man davon aus, dass insbesondere jüngere Menschen von der Digitalisierung profitieren. Aber gerade auch für Ältere in den eigenen vier Wänden, in Seniorenresidenzen sowie Alterszentren können digitale Gesundheitshelfer mit einem erheblichen Potenzial verbunden sein. Bei der Erfüllung des Wunsches, möglichst lange zu Hause zu leben, stellen E-Health und die Telemedizin am «Gesundheitsstandort Privathaushalt» einen wichtigen Baustein dar. ■

www.alter-n.ch  
 www.alcare.ch  
 www.thurvita.ch  
 www.aal-europe.eu

Die **Digitalisierung** spielt in der Gesundheitsversorgung, in der Pflege und beim Wohnen eine immer wichtigere Rolle.



**Wir finden und bündeln für Sie die richtigen Technologien** und stellen den maximalen Nutzen daraus sicher.



länger besser leben

Wilenstr.54  
9500 Wil


Tel: +41 71 923 01 48  
info@alcare.ch

www.alcare.ch

Das klassische Notrufsystem wird smarter, Vitalfunktionen werden unmittelbar eingelesen und kontrolliert; Stürze werden präventiv abgewendet, intelligente Lichtsysteme unterstützen den Pflegealltag - und vieles mehr.

Der vermehrte Einsatz sogenannter Assistenztechnologien sowie Angebote aus dem Wearable-Markt verändern den Pflegealltag und Ihr Betreuungsangebot.

Welche Lösungen für Mitarbeitende, Bewohner und Bewohnerinnen geeignet sind, bedarf jeweils einer genauen Abklärung; nur eine gute Begleitung und Moderation bei der Implementierung von Lösungen garantiert deren erfolgreichen Einsatz. Und die rechtzeitige Sensibilisierung für die Veränderungen, ausgelöst durch den vermehrten Einsatz von Technologie, reduziert Belastungen und Frustrationen beim Personal.



**Das Team der alcare AG bietet Ihnen**

- Informationen zu relevanten Themen aus dem E-Health
- Beratung zum Thema Technologie
- Evaluation und Passung von Assistenztechnologien für die Bereiche Sicherheit, Pflege und Wellbeing

**Ihr Nutzen**

- ✓ mehr Gesundheit, Sicherheit und Autonomie für Ihre Bewohnenden
- ✓ Unterstützung und Entlastung des Pflegepersonals
- ✓ Optimierung der Supportprozesse
- ✓ Modernes Serviceangebot (bis ins Quartier)

**Wir freuen uns auf Ihre Anfrage!**  
info@alcare.ch