

Publication

Einstellungen von Hausärzten zu einem Bewegungsprogramm für mobilitätseingeschränkte Ältere (HOMEfit) [Attitudes of family practitioners towards an exercise program for mobility-limited elderly (HOMEfit)]

JournalArticle (Originalarbeit in einer wissenschaftlichen Zeitschrift)

ID 4479743

Author(s) Bücken, Bettina; Mai, Anna; Klaatzen-Mielke, Renate; Brach, Michael; Wilm, Stefan; Platen, Petra; Hinrichs, Timo

Author(s) at UniBasel [Hinrichs, Timo](#) ;

Year 2017

Title Einstellungen von Hausärzten zu einem Bewegungsprogramm für mobilitätseingeschränkte Ältere (HOMEfit) [Attitudes of family practitioners towards an exercise program for mobility-limited elderly (HOMEfit)]

Journal Zeitschrift für Allgemeinmedizin

Volume 93

Number 11

Pages / Article-Number 466-472

DEUTSCH Hintergrund: Im Rahmen einer randomisierten kontrollierten Interventionsstudie (RCT) wurden durch eine Kooperation zwischen Hausärzten und Bewegungstherapeuten chronisch kranken und mobilitätseingeschränkten Älteren in der Praxis Kraft-, Gleichgewichts- und Beweglichkeitsübungen vermittelt (HOMEfit-Studie). Die Intervention dauerte jeweils zwölf Wochen und umfasste Beratungstermine mit einem Bewegungstherapeuten in der Hausarztpraxis und per Telefon. Die Hausärzte sollten die Patienten motivieren. Die vorliegende Arbeit analysiert die Erfahrungen und Einstellungen der beteiligten Hausärzte. Methoden: Die Hausärzte wurden nach ihrer Teilnahme mittels Fragebogen und in Fokusgruppen zu ihren Einstellungen zu Bewegung im Alter allgemein und zu ihren Erfahrungen mit dem Programm befragt. Die Transkripte wurden in einem multidisziplinären Team inhaltsanalytisch ausgewertet. Ergebnisse: Bewegung wurde von den Hausärzten als effektives Mittel zum Erhalt der körperlichen Funktionsfähigkeit angesehen. Gegen eine umfassende Aktivitätsberatung im Praxisalltag sprachen vorwiegend Zeitmangel und mangelnde Kenntnis der aktuellen Empfehlungen zu körperlicher Aktivität im Alter. Das Programm und die Zusammenarbeit mit den Bewegungstherapeuten wurden positiv aufgenommen. Der tatsächliche Nutzen wurde als eher gering bewertet. Die Nachhaltigkeit wurde meist als fehlend eingeschätzt, eine Weiterführung des Programms wurde deshalb als erforderlich angesehen. Schlussfolgerungen: Das HOMEfit-Programm wurde von den Hausärzten als sinnvoll und praktikabel empfunden und als geeignet angesehen, Barrieren einer Aktivitätsberatung im Praxisalltag zu überwinden. Allerdings müsste das Programm über die zwölf Wochen hinaus weitergeführt werden und mit Folgeangeboten wie regelmäßigen Treffen oder lokalen Angeboten vernetzt werden. **ENGLISH** Background: In the context of a randomized controlled trial (RCT), a multidimensional home-based exercise program was delivered to chronically ill and mobility-limited elderly at the family practitioner's (FP's) practice through a cooperation between FPs and exercise therapists (HOMEfit study). The intervention lasted twelve weeks and included individual counseling sessions at the FP's practice and on the telephone. The FPs were asked to motivate the patients. The present study evaluates experiences and attitudes of the involved FPs. Methods: After participation, the FPs were interviewed by questionnaire and in focus groups on their attitudes regarding activity in the elderly in general and on their experiences with the program. Transcripts were analyzed in a multidisciplinary team using qualitative content analysis. Results: FPs considered activity as effective to maintain mobility. Lack of time and lack of knowledge

concerning the current recommendations regarding physical activity in the elderly were mentioned as impediments to extensive counseling in daily practice routine. The program was received positively. The actual benefit was estimated to be low, the sustainability was seen as missing. A long-term continuation of the program was considered essential. Conclusions: The HOMEfit program was perceived as reasonable, feasible and suitable to overcome barriers regarding activity counseling in daily practice routine. However, the program would have to be extended beyond the current running time of twelve weeks and should be combined with continuous meetings or local offers.

ISSN/ISBN 1433-6251

edoc-URL <https://edoc.unibas.ch/64203/>

Full Text on edoc No;

Digital Object Identifier DOI 10.3238/zfa.2017.0466–0472