

September 2024, Ausgabe 9

NEWSLETTER

IGVF

INSTITUT FÜR INTEGRATIVE GESUNDHEITSVERSORGUNG UND GESUNDHEITSFÖRDERUNG



Foto: UW/H

Herzlich willkommen zu unserem Herbst-Newsletter, in dieser Ausgabe stellen wir Ihnen neue Forschungsprojekte sowie aktuelle wissenschaftliche Arbeiten vor, die im Institut betreut werden. Informieren Sie sich zudem über unsere aktuellen Medienbeiträge und schauen Sie sich gern unsere Stellenausschreibungen an. Wir freuen uns wie immer über alle Rückmeldungen und Anregungen.

Ihr Redaktionsteam

Gudrun Berlinghoff Jil Herker Luka Mindrup

In dieser Ausgabe

FORSCHUNG - Bedingungen und Folgen: Wie denken Psychiater:innen über eine Integration von OpenNotes in die psychiatrische Versorgung? / Gesundheit und Motivation von Führungskräften in bürokratisch geprägten Arbeitsumfeldern / aktuelle Publikationen

LEHRE - Bürgeruni: Wie Zuhören die Gesundheit fördert / Betreuung wissenschaftlicher Arbeiten am IGVF / Promotion zum Thema Frauengesundheit, Meditation und Verhaltensänderung ausgeschrieben

PRAXIS - Kolumne „nah dran“: Die Fülle des Herbstes

NEWS - Podcast: Wofür stehst du morgens auf? / Warum wir trotz zunehmender Vernetzung einsam sind / Neues vom MBMRC: Anmeldefrist verlängert! / Selbstheilung durch Mind-Body-Medizin: Der Weg zu besserer Gesundheit / Willkommen im Team / DEGAM: Neuer Co-Sprecher

NEU! OFFENE STELLEN - Facharzt/Fachärztin / Wissenschaftliche Mitarbeiter:innen / Lehrstuhlassistenz / Studentische Mitarbeiter:in

Institut für Integrative Gesundheitsversorgung
und Gesundheitsförderung
Universität Witten/Herdecke
Alfred-Herrhausen-Straße 50
58455 Witten, Deutschland
Tel.: +49 (0)2302 / 926-847

Institutsleitung: Univ.-Prof. Dr. med. Tobias Esch
Kontakt: IGVF@uni-wh.de

Universitätsambulanz
im Erdgeschoss des FEZ
Alfred-Herrhausen-Straße 44
58455 Witten, Deutschland
info@uniambulanz-witten.de
Tel.: +49 (0)2302 / 926-38001

Bedingungen und Folgen: Wie denken Psychiater:innen über die Integration von open notes in die psychiatrische Versorgung?

Das ursprünglich aus den Vereinigten Staaten stammende „OpenNotes“-Konzept ermöglicht Patient:innen die digitale Einsicht in ärztliche Notizen und Behandlungsdokumentationen (*open notes*) [1]. Obwohl die inzwischen international fortschreitende Bewegung in den skandinavischen Ländern bereits fester Bestandteil des Gesundheitssystems ist, lässt Deutschland auf sich warten: Die Anfang 2021 eingeführte elektronische Patientenakte (ePA), welche bis 2025 um Laborwerte und Medikamentenpläne erweitert werden wird, beinhaltet derzeit noch keine ärztlichen Behandlungsnotizen [2,3].

Tatsächlich bleibt die Nutzung von *open notes* gerade bei vulnerablen Patient:innengruppen wie psychiatrischen Patient:innen umstritten [4,5]. Einerseits zeigen Ergebnisse wissenschaftlicher Studien, dass die Nutzung von *open notes* den therapeutischen Prozess verbessern und Transparenz, Vertrauen und Patient:innenbeteiligung fördern kann [6]. Andererseits besteht die Möglichkeit, dass *open notes* auch negative Auswirkungen auf Patient:innen haben, wie etwa zunehmende Sorgen und das Gefühl, von Behandelnden stigmatisiert zu werden, was den therapeutischen Prozess wiederum gefährden könnte [6]. Aufgrund dieser gemischten Ergebnisse stellt sich gerade in Deutschland die Frage nach den Voraussetzungen für eine erfolgreiche Implementierung von *open notes* in psychiatrischen Settings sowie nach potentiellen Konsequenzen der Umsetzung aus Sicht von Psychiater:innen. Zur Beantwortung dieser Frage wurde ein Forschungsprojekt durchgeführt. Unser Forschungsteam bestand aus unseren Kolleg:innen Dr. med. Julian Schwarz und Lena-Sophie Over-Pluschke, M.Sc. von der Medizinischen Hochschule Brandenburg sowie Dr. Cosima Hötger vom IGVF. Das Projekt wurde von Univ.-Prof. Tobias Esch geleitet und durch den Commonwealth Fund finanziert.

Zunächst führten wir qualitative Interviews mit 18 in Deutschland praktizierenden Psychiater:innen durch. Unsere Interviews zeigen, dass Psychiater:innen mehrere Faktoren für die erfolgreiche Implementierung von *open notes* als notwendig erachten: Auch wenn *open notes* als grundsätzlich hilfreich angesehen werden, befürworteten einige Interviewte fakultative Zugriffsbeschränkungen für besonders vulnerable Patient:innengruppen, z.B. Personen, die an akuten und/oder schwerwiegenden Symptomen leiden.

Darüber betonten die Psychiater:innen, dass sowohl das Erstellen von *open notes* als auch das damit verbundene Beantworten etwaiger Fragen zusätzlicher Arbeitszeit bedürfe. Auch hielten die Interviewten die Möglichkeit einer Integration des zu implementierenden digitalen Aktenzugangs für Patient:innen in ihr bestehendes Praxisverwaltungs- bzw. Krankenhausinformationssystem für hilfreich. Außerdem wünschten sich Psychiater:innen klare Richtlinien bzgl. (datenschutz-) rechtlicher Aspekte.

Die interviewten Psychiater:innen waren sich einig, dass die Nutzung von *open notes* mit einigen Folgen einhergeht: So wurde erwartet, dass die Nutzung von *open notes* zu gewissen Veränderungen in der ärztlichen Dokumentation führt, da beispielsweise die in den Notizen verwendete Sprache zum Verständnis der Patient:innen angepasst werden müsse. Manche der befragten Psychiater:innen befürchteten auch, dass einige Notizeninhalte, die nicht zum Lesen von Patient:innen gedacht sind, lieber vor Patient:innen verborgen gehalten werden sollten, um eventuell daraus resultierende Konflikte zu vermeiden. Darüber hinaus wurden auch potentielle positive Veränderungen der Behandlungsprozesse und der Ärzt:innen-Patient:innen-Interaktion beschrieben, z.B. wurde angenommen, dass sich die Gesundheitskompetenz der Patient:innen durch das Lesen von *open notes* verbessert und Behandlungszeiten verkürzt werden.

Unsere Ergebnisse zeigen, dass die interviewten Psychiater:innen trotz einiger Vorbehalte *open notes* tendenziell befürworteten, aber dass einige Voraussetzungen getroffen werden müssen, um die positiven Outcomes einer möglichen Implementation von *open notes* zu gewährleisten. Unser Paper bespricht die Ergebnisse und deren Implikationen im Detail; wir freuen uns, dass unsere Studie in *BMC Psychiatry* unter dem Titel „*Psychiatrists' perceptions of conditions and consequences associated with the implementation of open notes: qualitative investigation*“ veröffentlicht wurde [7].



Quellen

- [1] Our history: fifty years in the making. OpenNotes. Accessed April 5, 2024. <https://www.opennotes.org/history/>
- [2] Grote-Westrick, M. & Münch, I. (2020). OpenNotes: Online access to visit notes activates patients and strengthens mutual trust. *Spotlight Healthcare*. Accessed April 5, 2024. https://www.bertelsmann-stiftung.de/fileadmin/files/user_upload/VV_SG_OpenNotes_final.pdf
- [3] Kassenärztliche Bundesvereinigung (2024). Ab 2025 kommt die „ePA für alle“ – Lauterbachs Digitalgesetze treten in Kürze in Kraft. Accessed April 4, 2024. https://www.kbv.de/html/1150_67773.php#:~:text=Der%20elektronische%20Medikationsplan%20und%20auch,und%20Speicherung%20von%20Daten%20widersprechen.
- [4] O'Neill, S., Blease, C., & Delbanco, T. (2021). Open notes become law: a challenge for mental health practice. *Psychiatric Services*, 72(7), 750-751.
- [5] Strudwick, G., Yeung, A., & Gratzner, D. (2019). Easy access, difficult consequences? Providing psychiatric patients with access to their health records electronically. *Frontiers in Psychiatry*, 10, 470031.
- [6] Schwarz, J., Bärkås, A., Blease, C., Collins, L., Hägglund, M., Markham, S., & Hochwarter, S. (2021). Sharing clinical notes and electronic health records with people affected by mental health conditions: scoping review. *JMIR Mental Health*, 8(12), e34170.
- [7] Schwarz, J., Hoetger, C., Pluschke, L., Muehlensiepen, F., Schneider, M., Thoma, S., & Esch, T. (2024). Psychiatrists' perceptions of conditions and consequences associated with the implementation of open notes: qualitative investigation. *BMC Psychiatry*, 24(1), 430.

Gesundheit und Motivation von Führungskräften in bürokratisch geprägten Arbeitsumfeldern

Das Forschungsprojekt „Bürokratie und Führung“ widmete sich der Wahrnehmung von Bürokratie aus Sicht von Führungskräften aus dem Gesundheits-, Bildungs- und Sozialwesen. Hierbei wurde besonderes Augenmerk auf die wahrgenommenen Ursachen und Auswirkungen von Bürokratie, sowie auf die Bewältigungsstrategien von Führungskräften, die sich in einem hoch regulierten Arbeitsumfeld gesund und motiviert erleben, gelegt.

Es wurden qualitative Einzelinterviews bei Führungskräften durchgeführt und ausgewertet. Wir haben gesundheitliche, emotionsbezogene, prozessbezogene, gesellschaftliche, führungsbezogene und kognitive Aspekte identifizieren können.

Bürokratie wurde in Abgrenzung zur fachlichen Arbeit beschrieben, demnach nahmen die Führungskräfte die Bürokratie als Zusatz zur fachlichen Arbeit wahr. Bürokratie und die moderne Arbeitswelt wurden als „Geschichte der zwei Geschwindigkeiten“ bzw. „zwei Welten [die] aufeinander prallen, die man aber sehr, sehr sauber miteinander verheiraten muss“ beschrieben.

Der Mehrwert von Bürokratie wurde zwar anerkannt, überwiegend wurde Bürokratie allerdings negativ, etwa als zu kleinteilig und widersprüchlich bewertet. Nichtsdestotrotz wurden beispielsweise auch die qualitätssichernde Komponente und die öffentliche Verantwortung bei der Arbeit mit Steuergeldern herausgestellt.

Ausschlaggebend für die Bewertung scheinen die Einschätzung der Sinnhaftigkeit und die Einflussnahme aufgrund der Führungsposition zu sein. Für einige Führungskräfte waren aufgrund des eigenen Einflusses etwa die internen Vorgaben von geringerem Stellenwert.

Diese und weitere Ergebnisse wurden im September auf der Kooperationstagung der Deutschen Gesellschaft für Sozialmedizin und Prävention in Dresden und beim 23. Deutschen Kongress für Versorgungsforschung des Deutschen Netzwerks für Versorgungsforschung in Potsdam vorgestellt. Die Publikation ist in Arbeit. Wir bedanken uns ganz herzlich bei dem Familienunternehmen Dr. Ausbüttel GmbH aus Dortmund für die großzügige Finanzierung des Forschungsvorhabens.

Aktuell konzipieren wir außerdem ein Folgeprojekt zum Thema Lernkultur im ambulanten Gesundheitssetting und freuen uns, Ihnen in den nächsten Ausgaben mehr dazu mitzuteilen.

Aktuelle Publikationen

Wissenschaftliche Journals

- Schiek, H., Esch, T., Michaelsen, M. M. & Hoetger, C. (2024). Combining app-based behavioral therapy with electronic cigarettes for smoking cessation: a study protocol for a single-arm mixed-methods pilot trial. *Addiction Science & Clinical Practice*, 19(1). <https://doi.org/10.1186/s13722-024-00483-5>
- Schwarz, J., Hoetger, C., Pluschke, L.-S., Muehlensiepen, F., Schneider, M., Thoma, S. & Esch, T. (2024). Psychiatrists' perceptions of conditions and consequences associated with the implementation of open notes: Qualitative investigation. *BMC Psychiatry*, 24(1). <https://doi.org/10.1186/s12888-024-05845-6>
- Wrede, S. J. S., Sobke, S. C., Michaelsen, M. M. & Esch, T. (2024). Implementation of mindfulness at work considering digital support: A qualitative study with a systems theory approach. *Journal of Workplace Behavioral Health*, 1–26. <https://doi.org/10.1080/15555240.2024.2388646>

Poster

- Kobs, J., Michaelsen, M. M., & Esch, T. (2024). Bürokratische Belastungen und Bewältigungsstrategien zur Erhaltung der Gesundheit von Führungskräften: Eine qualitative Untersuchung. 58. Jahrestagung der Deutschen Gesellschaft für Sozialmedizin und Prävention (DGSMP). <https://doi.org/10.13140/RG.2.2.21045.49128>
- Michaelsen, M. M., Hoetger, C., Schiek, H., & Esch, T. (2024). App-based smoking cessation: Presenting a novel theory-based intervention. 58. Jahrestagung der Deutschen Gesellschaft für Sozialmedizin und Prävention (DGSMP). <https://doi.org/10.13140/RG.2.2.14334.60483>

Präsentation

- Michaelsen, M. M., Kobs, J., Mindrup, L., & Esch, T. (2024). Entwicklung einer (digitalen) gesundheitsfördernden Intervention für ältere Menschen in Pflegeheimen: Beschreibung und Reflexion eines personenzentrierten Co-Design-Ansatzes. 58. Jahrestagung der Deutschen Gesellschaft für Sozialmedizin und Prävention (DGSMP). <https://doi.org/10.13140/RG.2.2.33818.45761>

Auf unserer Homepage finden Sie unter „Publikationen & Medien“ alle Publikationen des IGVF.



Bürgeruni - Wie Zuhören die Gesundheit fördert

Neue Perspektiven in der medizinischen Versorgung

In der Veranstaltung der Bürgeruni laden die Referent:innen zu einem spannenden Austausch über das Potential des Zuhörens für die medizinische Versorgung der Zukunft ein. Wie kann eine verbesserte Arzt-Patient:innen-Beziehung dazu beitragen, dass Patient:innen sich besser verstanden und betreut fühlen? Wie kann Zuhören dazu beitragen, Einsamkeit, insbesondere bei älteren Menschen, zu lindern? Und welche Rolle spielen Digitalisierung und technologische Innovationen in diesem Kontext?

Referent:innen Dr. Nicole Jankovic (die wir ab dem 1.10.2024 herzlich in unserem Team begrüßen dürfen und Ihnen in der nächsten Ausgabe vorstellen werden) und Jil Herker geben Einblicke in die Arbeit des IGVF und stellen das vom Bundesministerium für Bildung und Forschung geförderte Projekt „**Kunst des Zuhörens**“ vor. Dieses Projekt beschäftigt sich mit der Bedeutung und der Wirkung des Zuhörens. Im Mittelpunkt der Diskussion stehen die Art des echten Zuhörens sowie die positiven gesundheitlichen Effekte des absichtslosen, wertfreien Zuhörens auf sowohl die Erzählenden als auch die Zuhörenden.

Die Teilnehmenden werden eingeladen, an einer praktischen Zuhör-Übung teilzunehmen: Diese Übung bietet die Möglichkeit, das absichtslose Zuhören selbst zu erleben und gemeinsam zu reflektieren, wie diese Praxis zur Förderung von Gesundheit und Wohlbefinden beitragen kann.

Bürgeruni

am 09.10.2024
um 20 Uhr

im Haus Witten,
Ruhrstraße 86,
58452 Witten

7€ Abendkasse

Betreuung wissenschaftlicher Arbeiten am IGVF

Derzeit betreut das IGVF zahlreiche Studien- und Promotionsprojekte. In einem davon werden in einer systematischen, narrativen Übersichtsarbeit die Effekte von Yoga auf das prämenstruelle Syndrom, insbesondere die Auswirkungen der regelmäßigen Durchführung von Asana-Yoga auf die Symptome im Menstruationszyklus untersucht. Im diesem Projekt wird eine weitere Promotionsmöglichkeit angeboten (siehe unten)

Im Rahmen einer Bachelorarbeit wird sich mit dem Thema Resonanz in Mind-Body-Interventionen befasst. Dabei wird mit Hilfe von Expert:inneninterviews mit Mind-Body-Therapeut:innen erforscht, wie diese eine Resonanz bzw. Verbindung zu ihren Patient*innen aufbauen können.

Des Weiteren wird eine Masterarbeit betreut, die sich mit der Positiven Psychologie und der Erforschung des Flow-Erlebens beschäftigt. Im Fokus steht die Frage, wie Flow bei unangenehmen Aufgaben durch spezifische Interventionen induziert werden kann, insbesondere indem die Prinzipien der Autotelie – das Streben nach Aktivitäten um ihrer selbst willen, ohne externe Belohnungen – und die vier Spielebenen – die verschiedenen Dimensionen einer Aktivität von den Grundregeln bis zur Spielerfahrung – berücksichtigt werden.

Externe Promotion zum Thema Frauengesundheit, Meditation und Verhaltensänderung ausgeschrieben

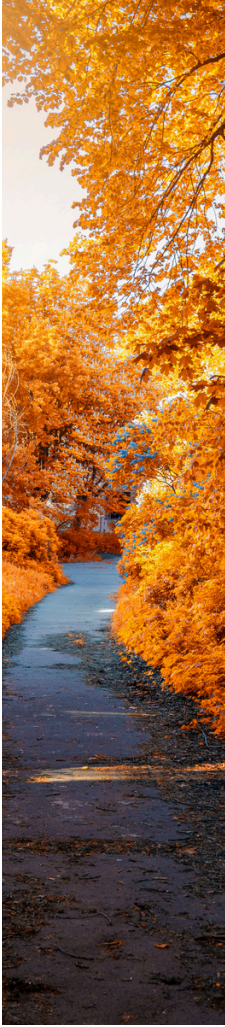
Ausschreibung: Promotionsprojekt „Vom Menstruationszyklus zum Achtsamkeitszyklus: Eine Mixed-Methods-Studie zum Zusammenhang zwischen Menstruation und Meditation“

Der natürliche Menstruationszyklus hat Einfluss auf zahlreiche körperliche, psychische und Verhaltensprozesse, wie Schlaf, Essverhalten, Stressempfinden, Immunantwort und die Häufigkeit sportlicher Betätigung. Es ist naheliegend, auch einen Zusammenhang zur Motivation für gesundheitsförderliche Verhaltensweisen zu vermuten. Dies ist vor allem vor dem Hintergrund rasant steigender chronischer Erkrankungen, die mit einem ungesunden Lebensstil assoziiert werden, sehr bedeutsam. Wie schaffen es Menschen, sich Zeit für positives Gesundheitsverhalten zu nehmen? Welche Rolle spielt hier der natürliche Menstruationszyklus?

Wir möchten diesen Fragen im Rahmen eines Mixed-Methods-Studienprojekts nachgehen und untersuchen, inwieweit monatliche schwankende Hormonspiegel im Rahmen des natürlichen Menstruationszyklus mit Meditation im Alltag und der Motivation hierfür zusammenhängen. Um ein möglichst breites Spektrum zu erfassen, werden sowohl langjährig meditierende Personen, als auch Personen mit wenig oder keiner Meditationserfahrung einbezogen, die mithilfe der 7Mind-App angeleitet meditieren. Zudem werden qualitative (Tiefen-)Interviews mit quantitativen Fragebogenerhebungen (darunter eine randomisiert kontrollierte Studie) kombiniert, um mögliche Verhaltens- und Ressourcenkorrelationen differenziert erforschen zu können.

Für das bereits laufende Projekt suchen wir eine engagierte Person, die in diesem Projekt extern promovieren möchte.

Für weitere Details zum Studienprojekt wenden Sie sich gern per E-Mail an maren.michaelsen@uni-wh.de. Bewerbungen können **bis zum 30.11.2024** an die gleiche Adresse gerichtet werden.



Kolumne „nah dran“: Die Fülle des Herbstes

Nicht umsonst feiert man im Herbst den Erntedank. Immer noch und immer wieder ist es ein Grund zum Staunen: Im Frühjahr werden Samen in die Erde „gesteckt“, sie wachsen, suchen das Licht, brechen durch die Erde und bringen schließlich Früchte hervor, die uns ernähren. An den Bäumen werden Blüten bestäubt und entwickeln sich zu süßen, saftigen Früchten, zu Äpfeln, Birnen, Kirschen, Mirabellen, Zwetschgen.

Dieses Jahr allerdings ist vieles anders. „Hochwasser und Wetterkapriolen“, so der Erntebericht des Bundesministeriums für Ernährung und Landwirtschaft 2024, haben zu einer unterdurchschnittlichen Getreideernte in vielen Regionen geführt, das „Zuviel an Wasser zum falschen Zeitpunkt“ zu hohem „Pilz-Befallsdruck“ bei den Kartoffeln, der warme Winter und der Temperatursturz im Frühjahr mit mehrtägigem Frost z.B. in Brandenburg Ende April, zu Einbußen und z.B. zu einer „historisch schlechten Kirschernte“. Die Blüten sind einfach erfroren.

Um so mehr gilt es, die Früchte des Herbstes zu wertschätzen, als Nahrungsmittel, aber auch als Hausmittel:

- Äpfel, die gerieben bei Durchfall helfen können und als Apfelessig im Alltag positiv auf den Säure-Basen-Haushalt einwirken
- Birnen als schmackhafte Alternative, als Birnenkraut für den Frühstückstisch, mit Schokoladensoße oder in Rotwein gekocht als Dessert, selbst im deftigen Eintopf können sich Birnen gut machen
- Brombeeren mit ihrem hohen Anteil an dunkelroten Farbstoffen, damit einer antioxidativen Wirkung
- Holunderbeeren, die ebenfalls reich an Anthocyanen sind, ebenfalls an anderen sekundären Pflanzenstoffen, zudem reich an Vitamin C und B-Vitaminen. In der Volksmedizin wurden Holunderbeeren interessanterweise auch eingesetzt, um das Immunsystem zu stärken, bei Erschöpfung und Blutarmut, in der Rekonvaleszenz, aber z.B. auch bei Nervenschmerzen, Ischiasbeschwerden, Nervenentzündungen und schmerzhaften Neuralgien. Sehr gut kann man hier den fertigen Holundersaft in die Ernährung integrieren. Achtung: Frische Holunderbeeren müssen korrekt identifiziert, geprüft und immer gekocht werden. Kein roher Verzehr!
- Schließlich Esskastanien, die man im Herbst und allerspätestens auf dem Weihnachtsmarkt findet und die den Speiseplan saisonal schmackhaft bereichern. Esskastanien spielten historisch in den Schriften der Hildegard von Bingen eine besonders große Rolle, hier auch u.a. zur Nervenstärkung.

NEWS

Wofür stehst du morgens auf?

Neuer Podcast mit Univ.-Prof. Dr. med. Tobias Esch

Psychologin und Coachin Suse Schumacher und Univ.-Prof. Dr. med. Tobias Esch sprechen über Themen, die Menschen helfen, leichter durchs Leben zu gehen und ihren Alltag nachhaltig verbessern – was ist **Achtsamkeit**? Wie erkennt man die eigenen **Bedürfnisse**? Warum ist **Connectedness**, also Verbundenheit, für Menschen so lebenswichtig? Und was sind die positiven Effekte gelebter **Dankbarkeit**? Jede Folge widmet sich alphabetisch einem interessanten Thema. Seien Sie gespannt, worum es als nächstes gehen wird.

[Hier geht es zum Podcast!](#)



Warum wir trotz zunehmender Vernetzung einsam sind

Ein Gespräch über Verbundenheit mit Dr. Dr. Maren M. Michaelsen

Obwohl die Welt immer vernetzter wird, erleben wir zunehmend Einsamkeit und Isolation unter den Menschen. Warum fehlt uns die Verbundenheit trotz der vielen Kontakte? Diese Fragen verfolgt Hannah Panidis in dem Podcast **„Denkraum“**.

In der aktuellen Folge stellt Dr. Dr. Maren M. Michaelsen verschiedene Dimensionen der Verbundenheit vor und diskutiert diese mit der Gastgeberin. Des Weiteren erklärt sie, wie Verhaltensänderungen möglich werden und was wir brauchen, um sie dauerhaft zu implementieren.

[Hier geht es zur Folge!](#)



Neues vom MBMRC: Anmeldefrist verlängert!

International Scientific Conference on Mind-Body Medicine (ISC-MBM)

Sie können sich noch bis zum **15.10.2024** [hier](#) für die ISC-MBM anmelden!

Die Konferenz bietet eine einzigartige Plattform für die Zusammenarbeit und die Vernetzung zwischen Expert:innen verschiedener Disziplinen. Die Teilnehmenden werden anregende Diskussionen führen, Erkenntnisse austauschen und Verbindungen knüpfen, die die Zukunft der MBM-Forschung und -Praxis prägen werden.

Neue Ausgabe des Bulletins THE MIND

Die fünfte Ausgabe von THE MIND *Bulletin on Mind-Body Medicine Research* ist erschienen.

Mehr Infos und die Anmeldung zum Bulletin finden Sie [hier](#).



THE Bulletin on
Mind-Body
Medicine Research
OMIND

Willkommen im Team

Wir begrüßen herzlich Dr. Magdalena Wallkamm am IGVF. Magdalena ist PostDoc im Projekt BERN bei Multipler Sklerose (MS).



Magdalena Wallkamm
Dr. rer. oec.

Foto: privat

„Ich habe zur Organisation als Resonanzraum promoviert und dabei untersucht, wie positive und negative Resonanz(en) in Organisationen entstehen und verstummen. Resonanz kann ein Gesundheits- oder Krankheitsfaktor sein und sich dementsprechend positiv oder negativ auf Organisationsmitglieder, Organisation und Gesellschaft auswirken. Das Thema Gesundheitsförderung begleitet mich schon lange, ich bin Lehrerin für die Non-Linear Movement Method® und habe einen Grundlagenkurs in Cranio-Sakral-Therapie absolviert.“

DEGAM: Neuer Co-Sprecher

Univ.-Prof. Dr. med. Tobias Esch löst Prof. Klaus Linde ab und ist seit dem 26.09.2024 frisch gewählter neuer Co-Sprecher der Arbeitsgruppe Komplementärmedizin in der Deutschen Gesellschaft für Allgemeinmedizin und Familienmedizin (DEGAM).

Selbtheilung durch Mind-Body-Medizin: Der Weg zu besserer Gesundheit

In einem Beitrag über Selbstheilungskräfte im Magazin „*Moment by Moment*“ erläutert Prof. Dr. Tobias Esch die bedeutende Rolle der Mind-Body-Medizin für die Selbsthilfe. Er betont, dass Gehirn und Geist eng miteinander verbunden sind und dass das Bewusstsein, das ebenfalls Teil des Gehirns ist, eine zentrale Rolle in diesem therapeutischen Ansatz spielt. Das könnte Einfluss auf unsere Gesundheit haben.

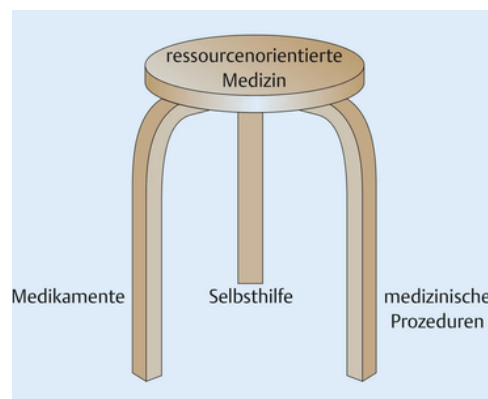
Esch erklärt, dass unser Lernen das Gehirn formt und übermäßiger Stress unser Immunsystem schwächen sowie Entzündungsprozesse auslösen kann. Besonders entscheidend ist das soziale Umfeld: Der Verlust sozialer Bindungen, insbesondere bei Babys, kann zu extremem Stress führen, der auf zellulärer Ebene Spuren hinterlässt. Dies gilt besonders in Fällen von Gewalt und Trauma, was zu einer erhöhten Anfälligkeit für Entzündungen und damit einem höheren Krankheitsrisiko führen kann.

Trotz dieser Herausforderungen gibt es Wege, unsere Gesundheit zu stärken und unser Wohlbefinden zu fördern. Zu den Schlüsselfaktoren zählen regelmäßige Bewegung, eine ausgewogene Ernährung und ein unterstützendes soziales Netzwerk. Auch Achtsamkeitstraining spielt eine wichtige Rolle. Die Mind-Body-Medizin setzt genau hier an, indem sie den Wechselbezug zwischen Gehirn, Körper, Geist und Verhalten berücksichtigt. Sie vereint Programme zur Stressbewältigung und Selbstregulation mit modernen kognitiven Psychotherapieansätzen sowie Ernährung und Spiritualität.

Esch vergleicht die Medizin mit Herbert Bensons dreibeinigem Stuhl:

Ein Bein repräsentiert Medikamente, das zweite medizinische Prozeduren wie Operationen und Diagnostik, und das dritte Bein steht für Selbsthilfe. Die Mind-Body-Medizin sieht er als essenziellen Teil dieses dritten Beins.

Er hofft, dass die Mind-Body-Medizin in Zukunft einen festen Platz in der Gesundheitsversorgung einnimmt und dazu beiträgt, dass wir das Zusammenspiel von Geist und Körper besser verstehen können.



Dreibeiniger Stuhl, aus: Esch T, DIE NEUROBIOLOGIE DES GLÜCKS, Thieme, 3. Auflage, 2017

Ein weiterer wichtiger Aspekt der Mind-Body-Medizin ist die interdisziplinäre Zusammenarbeit, bei der alle beteiligten Fachrichtungen voneinander profitieren können.

OFFENE STELLEN

Fachärztin/Facharzt für Allgemeinmedizin oder Innere Medizin

Die Universitätsambulanz ist ein moderner Arbeitsplatz in der hausärztlichen Gesundheitsversorgung. In angenehmer, wertschätzender Atmosphäre und mit regelmäßigen Team- und Fallbesprechungen werden Patient:innen in einem multiprofessionellen Team leitliniengerecht und vor dem Hintergrund der Mind-Body-Medizin sinnhaft und nachhaltig versorgt.

Zum nächstmöglichen Zeitpunkt suchen wir Unterstützung für unser ärztliches Team. Die Stelle kann nach Absprache in Voll- oder Teilzeit (20 bis 40 Stunden pro Woche) besetzt werden.

Aufgaben

- Aktive ärztliche Betreuung, Beratung, Diagnostik und Versorgung von Menschen mit allgemeinmedizinischen und internistischen Fragestellungen
- Dokumentation der Versorgung im Rahmen von OpenNotes, unserer offenen Gesundheitsakte
- Aufbau und Pflege Ihres eigenen Patientenstamms
- Teilnahme an interdisziplinären Team-Meetings und wöchentlichen Fallbesprechungen



[Zur Stellenausschreibung/Bewerbung](#)

Wissenschaftliche:r Mitarbeiter:in

Die Stelle ist in Teilzeit (20 Wochenstunden) im Rahmen einer Elternzeitvertretung zu besetzen, ergänzend zu weiteren 20 Wochenstunden Stellenanteil, den die zu vertretende Mitarbeitende während der Elternzeit behält. Eine Anstellung ist zunächst auf 12 Monate befristet, eine längerfristige Zusammenarbeit wird angestrebt. Die Tätigkeit ist in Teilen im Homeoffice ausführbar. Mehr Infos hier.



Aufgaben

- Koordination bzw. unterstützende Koordination von wissenschaftlichen Projekten in den Themenbereichen Achtsamkeit, Verbundenheit, Integrative Medizin, Motive für Lebensstilveränderung und mHealth/Digitalisierung/Künstliche Intelligenz
- Quantitative und qualitative Analyse von Primär-, Sekundär-, und Tertiärdaten
- Unterstützung bei der Erstellung von deutsch- und englischsprachigen Publikationen und Forschungsanträgen

[Zur Stellenausschreibung/Bewerbung](#)

Verstärkung für das Lehr- und Weiterbildungskonzept

Die Stelle ist in Teilzeit (20 Wochenstunden) ab sofort im Rahmen einer Elternzeitvertretung zu besetzen. Sie ist daher zunächst auf 12 Monate befristet, eine längerfristige Zusammenarbeit wird angestrebt. Die Möglichkeit zur Promotion/Habilitation ist bei entsprechender Eignung gegeben.

Aufgaben

- Vertretung, Koordination und Durchführung der Lehre des IGVF in Abstimmung zur Universitätsambulanz (UnIG)
- Koordination und Begleitung von Fort- und Weiterbildung IGVF/UnIG
- Entwicklung und Durchführung von Lehrangeboten im fakultätsübergreifenden Kontext von „Gesund Studieren“
- Konzeption und Begleitung von Abschlussarbeiten (Medizin/Psychologie)
- Enge Zusammenarbeit mit den weiteren wissenschaftlichen Mitarbeitenden des IGVF

[Zur Stellenausschreibung/Bewerbung](#)

Lehrstuhlassistenz / Teamassistentz / Sekretariat

Die Stelle ist in Teilzeit mit 15 Wochenstunden zu besetzen. Ein Teil der Arbeitszeit (nach Absprache bis zu 40%) kann im Homeoffice geleistet werden.

Aufgaben

- Bearbeitung von (elektronischem) Posteingang und -ausgang
- Administrative Unterstützung
- Unterstützung bei der Organisation von Veranstaltungen
- Kommunikation intern und extern
- Verwaltung und Beschaffung von Arbeits- und Büromaterialien
- Termin- und Kalenderorganisation

[Zur Stellenausschreibung/Bewerbung](#)

Studentische:r Mitarbeiter:in

Ab sofort ist eine Stelle als studentische:r Mitarbeiter:in zur Unterstützung des Teams der Wissenschaftlichen Mitarbeiter:innen frei. Der Stellenumfang beträgt 5-10 Std./Woche und die Stelle ist zunächst für 6 Monate befristet, wir sind allerdings sehr an einer längerfristigen Zusammenarbeit interessiert. Die zu erledigenden Aufgaben erfordern zumindest zum Teil eine Präsenz an der Uni, daher ist diese Ausschreibung an Interessent:innen aus Witten und der näheren Umgebung gerichtet. Selbstverständlich können auch einige Aufgaben aus dem Homeoffice heraus bearbeitet werden. **Rückfragen und Bewerbungen (mit Lebenslauf) möglichst zeitnah (spätestens bis zum 08.10.2024) an igvf@uni-wh.de.** Wir freuen uns auf dich!

Was du idealerweise mitbringst:

- Interesse an Themen wie Achtsamkeit, Glück, Mind-Body-Medizin, Ambulante Gesundheitsversorgung, Gesundheitsförderung, Prävention und Digital Health
- Erste Erfahrungen mit dem MS-Office-Paket, SPSS, Citavi und/oder LimeSurvey
- Erste Erfahrungen mit Literaturrecherche
- Grundkenntnisse in quantitativen und qualitativen Forschungsmethoden
- Lust, sich in neue Aufgaben und Methoden einzuarbeiten

Was wir bieten:

- Einen Arbeitsplatz in einem engagierten, multiprofessionellen Team, das einen umgänglichen, humorvollen und optimistischen Kommunikationsstil pflegt
- Die Möglichkeit zur Teilnahme an projektbezogenen Fortbildungen
- Die Möglichkeit, „on the job“ Kenntnisse zu erlangen/erweitern, die für das eigene Studium nützlich sind

Herzliche Grüße Univ.-Prof. Dr. Tobias Esch & das IGVF-Team

