

Evaluation der GALLiLy-Workshops 2018 bis 2019

S. Helmbrecht, I. Kraus, Lymphselbsthilfe e.V., Herzogenaurach

Seit 2009 führt die Lymphselbsthilfe e.V., Bundesverband für lymphostatische Erkrankungen, im Rahmen des Selbstmanagement-Programms „Gesund und Aktiv Leben mit Lip- und Lymphödem“ (GALLiLy) bundesweit ein- bis viertägige Seminare durch, in deren Rahmen Betroffene von Lymph- und Lipödemen über fachliche Hintergründe und Therapieoptionen ihrer Erkrankung aufgeklärt werden.



Abb. 1: Erfolg der Selbstbandagierung in Bad Berleburg 2019.

Ziel des Programms ist es, die Teilnehmer und Teilnehmerinnen zu einem verantwortungsvollen, proaktiven Umgang mit der Erkrankung zu befähigen und dadurch den Therapieerfolg wie auch die persönliche Lebensqualität zu steigern. Im vergangenen Jahr wurde erstmals eine Evaluation des Programms durchgeführt, welche auf 122 Fragebögen der eintägigen Basisworkshops sowie 29 Fragebögen der dreitägigen Intensivworkshops basiert, die jeweils anonym ausgefüllt und getrennt ausgewertet wurden. Im Folgenden sollen die Konzeption der Seminare sowie wichtige Evaluationsergebnisse zusammenfassend vorgestellt werden.

Großer Bedarf an Workshops

Die vorliegenden Auswertungen zeigen nachdrücklich, dass ein großer Bedarf an derartigen Workshops besteht, da sich

viele Betroffene von ärztlicher/therapeutischer Seite unzureichend aufgeklärt und mit den alltäglichen Herausforderungen ihrer Erkrankung überfordert fühlen. Da oftmals wichtiges Hintergrundwissen zu Genese und Verlauf der Erkrankung sowie wichtigen Einflussfaktoren fehlt, können auch Hintergründe und Nutzen therapeutischer Interventionen oft nur unzureichend beurteilt werden, wodurch deren nachhaltiger Erfolg gefährdet wird. Insbesondere sehr frisch diagnostizierte Teilnehmer und Teilnehmerinnen, die vorwiegend im eintägigen Basisworkshop anzutreffen sind, kennen zudem vor dem Seminarbesuch oftmals keinerlei Handlungsoptionen, wie sie selbst positiv auf ihren Erkrankungsverlauf einwirken und ihren Alltag entsprechend gestalten können.

Einen inhaltlichen Seminarschwerpunkt stellt daher die Vermittlung der Grundlagen des Lymphsystems und des Wirkens der Manuellen Lymphdrainage (MLD) sowie des Zwecks der Kompressionsbestrumpfung dar, die wiederum

notwendig ist, um den Erfolg der MLD langfristig zu sichern. Außerdem werden einfache Lymphgriffe und die Selbstbandagierung vorgestellt, wodurch die Betroffenen die Arbeit ihres Therapeuten selbstständig unterstützen und ergänzen und auch therapiefreie Zeiten überbrücken können. Während im Rahmen des Intensivworkshops hierzu auch umfassende praktische Übungen vorgesehen sind, die als äußerst hilfreich empfunden werden, kann in den Basisworkshops zumindest ein erster Einblick vermittelt und zur weiteren Auseinandersetzung mit den Inhalten ermutigt werden.

Nach dem Workshop ist das Ödem besser zu managen

Die Evaluationsergebnisse bestätigen dieses Konzept, indem die Teilnehmer und Teilnehmerinnen beider Seminarformate zu jeweils weit über 90 % ihre Erwartungen erfüllt sehen und das Programm nahezu uneingeschränkt weiterempfehlen würden. Durch die vermittelten Seminarinhalte entwickeln sie ein vertieftes Verständnis für ihre Erkrankung und sehen sich besser in der Lage, ihr Ödem zu managen. Die Evaluationsergebnisse sowie eine Vielzahl freitextlicher Ergänzungen der Teilnehmer und Teilnehmerinnen legen nahe, dass das Seminarprogramm einen wichtigen

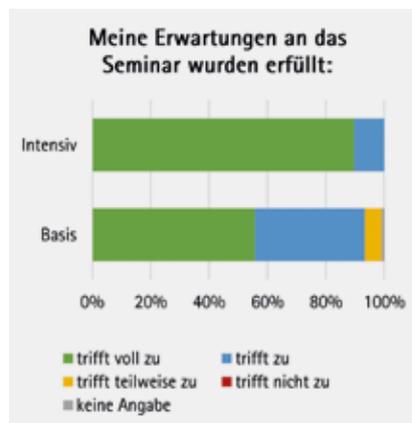


Abb. 2: Erwartungen an das Seminar.



Abb. 3: Weiterempfehlung des Seminars

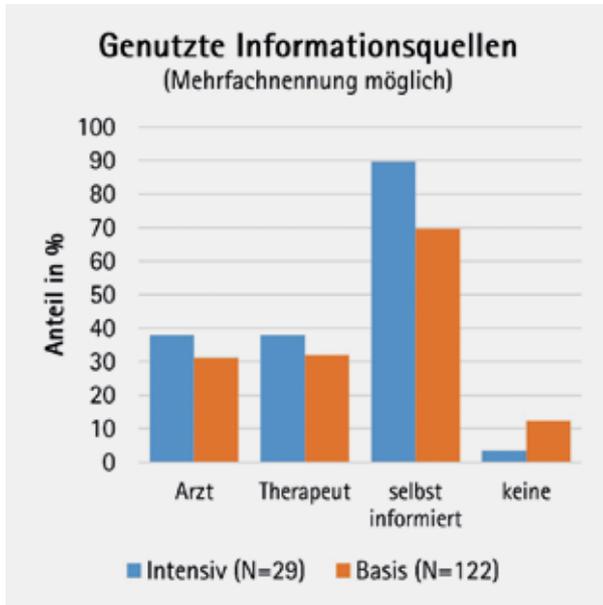


Abb. 4: Informationsquellen.

Beitrag leisten kann, das Fortschreiten lymphostatischer Erkrankungen und typischer Komorbiditäten einzudämmen bzw. vorzubeugen, Therapieerfolge langfristig zu sichern sowie den Betroffenen zu einem besseren physischen wie psychischen Gesundheitszustand zu verhelfen. Für weitere Hintergründe und Ergebnisse sei auf die vollständige Auswertung der Evaluation im Magazin *Lymph-Selbsthilfe*, Ausgabe 01/20, der Lymphselbsthilfe e.V. verwiesen (https://www.lymphselbsthilfe.de/wp-content/uploads/lymphselbsthilfe_01_20_web.pdf).

Korrespondenzadresse

Lymphselbsthilfe e.V.
Jane-Addams-Str. 7
91074 Herzogenaurach
susanne.helmbrecht@
lymphselbsthilfe.de



Susanne Helmbrecht
Vorsitzende



Isabel Kraus

Neues Online-Portal der vasomed mit aktueller Ausgabe, Zeitschriftenarchiv, CME-Fortbildungen, Abrechnungstipps und Terminen!

Die auflagenstärkste phlebologische Fachzeitschrift im deutschsprachigen Raum!

Medizinische Schwerpunkte:

- Phlebologie
- Angiologie
- Gefäßchirurgie
- Lymphologie
- Wundheilung

INFOLETTER

Abonnieren Sie den vasomed-Infoletter!
Aktuelle Informationen für Gefäßmediziner zu Fortbildungen, Fachbeiträgen und Abrechnung.
www.der-niedergelassene-arzt.de/newsletter/