

22. März 2020

Informationen von physiobern zum Umgang mit Corona

Nach der Ausrufung der ausserordentlichen Lage am Montag, 16. März gab es im Laufe der Woche viele neue Informationen. Am Freitag 20. März wurden die Regeln nochmals verschärft und gleichzeitig gab es erste Informationen zur Linderung der wirtschaftlichen Folgen der Corona-Pandemie. Ergänzend zu den Informationen von physioswiss liefern wir euch weitere Hinweise zur aktuellen Situation.

Diese Informationen geben den aktuellen Stand vom 22. März wieder. Es wird weitere Anpassungen und Ergänzungen geben und wir bemühen uns schnell und ausführlich zu informieren. Wenn es konkrete Fragen und Probleme gibt, bitten wir euch diese per Mail an sekretariat@physiobern.info zu schicken. Auf diesem Weg ist es für uns einfacher, zeitnah zu antworten. Zudem wurden die Telefonzeiten der Geschäftsstelle bereits erweitert. Falls niemand abnehmen kann, bitte auf die Combox sprechen – wir rufen gerne zurück.

Wie weiter in den Praxen

Gemäss dem Kantonsarztamt des Kantons Bern gilt folgendes: «Einrichtungen von Gesundheitsfachpersonen mit Berufsausübungsbewilligung bleiben grundsätzlich offen (also auch Physiopraxen). Es dürfen aber nur Behandlungen durchgeführt werden, die nicht ohne gesundheitliche Nachteile für den Patienten oder die Patientin aufgeschoben werden können. Die Beurteilung der Notwendigkeit einer Behandlung ist in der Verantwortung der Gesundheitsfachpersonen mit Berufsausübungsbewilligung, bzw. bei ärztlich angeordneten Behandlungen und Therapien in der Verantwortung der zuständigen Ärztin, des zuständigen Arztes.» (Newsletter COVID-19 08/2020). Auf Nachfrage unsererseits wurde präzisiert, dass der Entscheid über die Notwendigkeit der Durchführung der Therapie üblicherweise bei der Physiotherapeut*in selber liegt. Nur in Zweifelsfällen soll Rücksprache mit dem behandelnden Arzt, der behandelnden Ärztin oder mit dem Kantonsarzt genommen werden. Weiter empfiehlt das Kantonsarztamt im Umgang mit Patient*innen: «Bitte fordern Sie alle Patientinnen und Patienten der Risikogruppen **EINDRINGLICH** auf, zuhause zu bleiben und sich strikte an die Abstandsregeln und die Hygienemassnahmen zu halten. Alle anderen Personen in nicht-systemkritischen Berufen sollen ebenso nach Möglichkeit zuhause bleiben (Home-Office) und die Hygienemassnahmen strikte einhalten.» (Newsletter COVID-19 09/2020) Als Risikopatient*innen gelten Personen mit Diabetes Mellitus, Herz-Kreislauf-Erkrankungen (z.B. auch Bluthochdruck), chronische Atemwegserkrankungen (z.B. auch Asthma) und immungeschwächte Personen (z.B. Krebspatient*innen). Gruppenkurse, medizinische Trainingstherapie und klassische Massagen sind generell bis zum 19. April nicht mehr erlaubt. Auch nicht ärztlich verordnete Therapie dürfen generell nicht mehr durchgeführt werden.

Physiobern empfiehlt, nur noch Behandlungen mit erhöhter medizinischer Dringlichkeit durchzuführen: bei hohem Leidensdruck, drohender langfristiger Funktionseinschränkungen oder sonstiger erheblicher negativer Folgen ausbleibender Therapie. Andererseits erachten wir es als sinnvoll die Praxen nicht komplett zu schliessen, damit dringende Patient*innen betreut werden können und Spitaleintritte vermieden werden können. Hier gilt es die Spitäler und Arztpraxen möglichst zu entlasten.

Alle Infos des Kantonsarztamtes, insbesondere alle Newsletter, gibt es stets aktuell unter <https://www.gef.be.ch/gef/de/index/direktion/organisation/kaza/aktuell.html>

Wirtschaftliche Folgen

Zur Abfederung der wirtschaftlichen Folgen der Corona-Epidemie hat der Bundesrat am Freitag, 20. März ein Paket von 32 Milliarden Franken vorgestellt. Für den Kanton Bern hat der Regierungsrat ebenfalls eine Notverordnung erarbeitet und per 21. März in Kraft gesetzt. Beide Pakete sind sehr umfassend, aber auch komplex. Aktuell prüft physiobern zusammen mit physioswiss die genauen Auswirkungen und das konkrete Vorgehen. Eine erste Übersicht zu den wirtschaftlichen Folgen gibt das separate Dokument und weitere Infos folgen auch von physioswiss.

Wo können Physios helfen?

Via Medien wird kommuniziert, dass im Gesundheitswesen Unterstützung gesucht wird, primär in Form von geschultem Personal. Auch von Mitgliedern haben wir bereits Anfragen erhalten, wo man sich melden und helfen könne. Wir von physiobern unterstützen dies und sind daran das beste Vorgehen zu organisieren. Zum einen gibt es bereits jetzt Möglichkeiten sich bei Spitälern zu melden und seine Hilfe anzubieten. Da wir aber als Physios auch spezifische Unterstützung anbieten können, möchten wir dies möglichst koordiniert angehen. Es geht darum, dass Physios, vor allem auch solche mit pulmonaler Erfahrung, gezielt rekrutiert und eingesetzt werden können. Auch möchten wir ermöglichen, dass die angebotene Hilfe sinnvoll auf die verschiedenen Spitäler und Orte verteilt werden. Wenn immer möglich sollen Physios in ihrer Nähe helfen, so dass lange Anreisen, insbesondere mit dem ÖV entfallen.

Voraussichtlich am Dienstag verschicken wir weitere Informationen, inklusive Angaben wer wo eingesetzt werden kann und wie man sich melden kann. Es ist geplant, dass physiobern als Anlaufstelle funktioniert und wir dann eure Anfragen weiterleiten und verteilen. Institutionen, die gerne Physios als Hilfspersonen bekommen möchten, melden sich bei michaela.haehni@physiobern.info.

Übrigens arbeiten im Inselspital ab Mittwoch 25. März die Physios in der Intensivmedizin in zwei Schichten (7.00- 16.30 und 14.30-23.00) an sieben Tagen pro Woche um die Patient*innen optimal zu betreuen.

Kümmert euch um euer Immunsystem

Wir sind in einer anspruchsvollen Situation, viele sind auch privat stark gefordert, zum Beispiel mit Kinderbetreuung oder für ältere Menschen zu sorgen. Wir sind eingeschränkt in unserer Freiheit und auch beruflich in einer schwierigen Situation.

Wichtig ist, dass wir genau jetzt auch zu uns selbst schauen und zu uns Sorge tragen. Niemand weiss wie lange diese Situation noch dauern wird und was von uns als Physiotherapeut*innen noch alles verlangt werden wird. Umso wichtiger ist es, dass wir mit unserer Energie sorgfältig umgehen. Der Kampf gegen dieses Virus ist ein Marathon, nicht ein Sprint.

Ein wichtiger Punkt ist die Sorge für unser eigenes Wohlbefinden, vor allem auch für unser eigenes Immunsystem. Bekannt ist, dass folgendes helfen kann:

- Bewegung in der freien Natur, vor allem Gehen und Joggen, aber auch Velofahren sind gute Möglichkeiten, um neue Kräfte zu tanken und den Kopf zu lüften.
- Genügend Schlaf ist wichtig, damit wir am Tag gut funktionieren können.
- Eine gesunde und abwechslungsreiche Ernährung unterstützt den Körper in dieser Zeit und gibt uns die nötige Energie für unsere Aufgaben. Genügend trinken gehört da auch dazu.
- Schliesslich lohnt es sich zu überlegen, welche und wie viele Nachrichten wir konsumieren. Es hilft nicht, jederzeit online zu sein und dauernd Nachrichten von Corona zu lesen und zu hören. Zwei- dreimal am Tag sich gezielt informieren genügt völlig.

Damit rufen wir euch erneut dazu auf, in dieser schwierigen Zeit solidarisch zu sein. Helft einander, wo es möglich ist. Schaut, wo Unterstützung nötig ist und denkt daran, das oberste Ziel ist, die gefährdeten Personen zu schützen und unser Gesundheitssystem am Laufen zu halten.

Haltet euch auf dem Laufenden und bleibt gesund

Vorstand physiobern