



# VFSM

Schweizerischer Verein  
zur Förderung  
des Selbstmanagements

## Jahresbericht 2020

## Editorial

Das Jahr 2020 wird vielen als ein Krisenjahr in Erinnerung bleiben, welches allein durch die COVID-19 Pandemie charakterisiert wird. Und dennoch war es möglich, in diesem Jahr einen Verein zu gründen, dessen Bedeutung im Pandemie-Jahr möglicherweise noch hervorgehoben wurde. Nie wurde in so kurzer Zeit so umfassendes Wissen zu einer Erkrankung zusammengetragen. Selten wurde aber auch so deutlich, dass dieses Wissen nur zur Anwendung kommen kann, wenn Strategien greifen, die es allen Mitgliedern der Gesellschaft erlauben, dieses Wissen zu verstehen und auf ihre individuelle Situation angepasst anzuwenden. Gelingendes Selbstmanagement bedeutet möglichst gut selber mit der Erkrankung umgehen zu können was wiederum dazu beitragen kann, Kontakte zu reduzieren.

In ihrem Referenzrahmen Selbstmanagement-Förderung haben das Bundesamt für Gesundheit gemeinsam mit der Schweizerischen Gesundheitsligen-Konferenz ein Grundlagendokument erarbeitet, welches im Rahmen der Nationalen Strategie Prävention nichtübertragbarer Krankheiten 2017–2024 (NCD-Strategie) auf die Bedeutung der Förderung des Selbstmanagements hinweist. Der VFSM möchte insbesondere im Bereich der Krebserkrankungen einen zentralen Beitrag zur Implementierung der Selbstmanagementförderung leisten. Durch die Förderung im Rahmen der PGV-Projekte der Gesundheitsförderung Schweiz ist es gelungen, ein Implementierungsprojekt des Symptom Navi Programms auf nationaler Ebene anzugehen. Der Verein hat zum Ziel auf Basis dieser Förderung eine nachhaltige Implementierung in die Wege zu leiten, die auch eine kontinuierliche Weiterentwicklung der Selbstmanagement-Förderung erlaubt. Erste vielversprechende Schritte konnten bereits in die Wege geleitet werden und wir können zuversichtlich auf das kommende Jahr blicken, in dem unser Verein sicher wachsen wird.

Manuela Eicher, Präsidentin VFSM  
22. März 2021

## Wer wir sind

Der Schweizerische Verein zur Förderung des Selbstmanagements wurde im Februar 2020 gegründet. Der Verein fördert und koordiniert Massnahmen zur Unterstützung des Selbstmanagements bei Krebs und anderen chronischen Krankheiten.

Das Symptom Navi Programm (kurz Symptom Navi) steht im Zentrum der bisherigen Vereinsaktivitäten. Das Programm wurde von engagierten Mitarbeitenden der Lindenhofgruppe AG und aus weiteren Institutionen entwickelt. Eine Steuergruppe begleitete die Entwicklungsphasen bis zur Gründung des Vereins, welcher nun eine Plattform zur Verbreitung und Weiterentwicklung des Programms bietet. Die Mitglieder der ehemaligen Steuergruppe engagieren sich weiterhin als Vorstandsmitglieder oder als Mitglieder der Expertenkommission im Verein. Der Name Symptom Navi ist abgeleitet von Navigation, also Orientierung.

Das Symptom Navi unterstützt alle Krebsbetroffenen in der Schweiz

- kompetent mit ihren Symptomen umzugehen,
- Einschränkungen im Alltag und in der Lebensqualität zu minimieren,
- Langzeitfolgen zu verhindern,
- langfristig ihre Gesundheit zu erhalten.

Das Symptom Navi beinhaltet

- Symptom Flyer für Betroffene eingebettet in halbstrukturierte Gespräche mit Pflegedachpersonen
- ein Edukationskonzept für Fachpersonen



Das Programm soll zugänglich sein für alle Betroffenen unabhängig

- vom Krankheitsstadium,- verlauf und Behandlungszentrum
- von der sozialen Situation
- von der Herkunft

## Symptom Navi: Bisherige Meilensteine

Das Symptom Navi wurde 2011 durch Onkologie-Pflegefachpersonen initiiert und schrittweise weiterentwickelt.

- 2020-2023** Erweiterung und Verbreitung Symptom Navi im Rahmen der Projektförderung Prävention in der Gesundheitsförderung unterstützt durch Gesundheitsförderung Schweiz.
- 2017-2019** Durchführung einer Cluster-randomisierten Pilotstudie in der Deutschschweiz zur Evaluierung des Implementierungsprozesses des Symptom Navi.
- 2016** Durchführung einer Studie in einem onkologischen Ambulatorium im Rahmen einer Masterthesis zur Anwendung des Symptom Navi.  
Erscheinen der zweiten Auflage unter der neuen Bezeichnung Symptom Navi mit drei neuen Flyern zu weiteren Themen sowie Instruktionvideos bei Dyspnoe.
- 2015** Entwicklung einer begleitenden Schulung für das Pflegefachpersonal zur Abgabe der Symptom Navi Flyer und Überprüfung des Edukationskonzepts.  
Entwicklung einer Smartphone-Applikation mit identischem Inhalt. Evaluation der Anwendbarkeit und Nutzerfreundlichkeit (Usability) der App.  
Diskussion der Studienresultate und Überarbeitung der Inhalte gemeinsam mit Fachexperten.  
Evaluation der Inhalte der Symptom Navi.  
Evaluation von verschiedenen Designs und der Anwenderfreundlichkeit der Flyer mit Patienten und Fachpersonen.
- 2014** Verleihung des B. Braun Pflegepreises an der Care Art in Basel.
- 2011** Entwicklung der Symptom Navi durch die Lindenhofgruppe. Erfolgreiche Implementierung im Lindenhofspital. Übersetzung ins Französische und gemeinsame Weiterentwicklung mit der Hochschule Gesundheit Fribourg und Implementierung am Kantonsspital Fribourg.

## Vereinsgründung

Die Vereinsgründung konnte durch Kooperationsvereinbarungen mit verschiedenen Institutionen und deren finanzielle Unterstützung erfolgen. Dies sind die Stiftung Lindenhof Bern, die Fachhochschule für Gesundheit Fribourg, die Krebsliga Schweiz und Gesundheitsförderung Schweiz.

An der Gründungssitzung am 12.02.2020 wurden die fünf Mitglieder des Vorstands und die Präsidentin des Vereins gewählt.



Von links nach rechts: (oben) Sabin Zürcher-Florin (Vorstand), Ernst Näf (Expertengruppe), Rudolf Blankart (Vorstand), Christian Peter (Vorstand), (unten) Manuela Eicher (Präsidentin und Vorstand), Marika Bana (Geschäftsführerin), Susanne Kropf-Staub (Initiatorin Symptom Navi, Expertengruppe)

## Vereinsaktivitäten im 2020

Seit der Gründung haben im Jahr 2020 sechs Vorstandssitzungen stattgefunden, in denen die Statuten, die Geschäftsordnung, das Organisationsreglement und die Mitgliederbeiträge erarbeitet wurden.

## Mitgliederkategorien

Mitgliederkategorien für natürliche Personen, kleine, mittlere und grosse Institutionen wurden bestimmt.

Die **Kriterien** für Institutionsgrösse sind folgendermassen definiert:

**Kleine Institutionen:** Einzelpraxen, bis maximal 3 Vollzeitäquivalent Stellen (bezogen auf diplomierte Pflegefachpersonen, Onkologen und Radioonkologen)

**Mittlere Institutionen:** Spitäler welche mit **Kategorie B** im Register der zertifizierten Weiterbildungsstätten aufgeführt sind (<https://www.siwf-register.ch/>)

**Grosse Institutionen:** Spitäler welche mit **Kategorie A** im Register der zertifizierten Weiterbildungsstätten aufgeführt sind (<https://www.siwf-register.ch/>)

Die **Leistungen** für institutionelle Mitglieder beinhalten:

- Einmalige Schulung von Pflegefachpersonen vor Ort an der Institution (zwei Schulungssequenzen: Einführung ins Symptom Navi Programm (4 Stunden) und eine Follow-up Schulung (2 Stunden),
- Druckvorlagen für alle Symptom Navi Flyer mit dem Logo der Institution integriert,
- Zugang zum Mitgliederbereich auf der Webseite [www.symptomnavi.ch](http://www.symptomnavi.ch) mit ergänzenden online-Schulungsmodulen.

## Website zur Verbreitung des Symptom Navi

Um die Symptom Flyer Personen, die von Krebs betroffen sind, schweizweit zugänglich und den Verein und sein Angebot zur Unterstützung des Selbstmanagements bekannt zu machen ist eine Website in Vorbereitung, die verschiedene Zielgruppen anspricht und in folgende Bereiche gegliedert ist:

- Allgemeine Informationen zum Symptom Navi
- Betroffene: Informationen zum Symptom Navi mit der Möglichkeit die Symptom Navi Flyer herunterzuladen
- Fachpersonen: Informationen zum Edukationskonzept mit der Möglichkeit von Online Schulungen
- Verein: Informationen über den Verein und seine Parteiorganisationen
- Mitgliederbereich: Zugang für Mitglieder zu allen Angeboten, wie Online Schulungstools, zusätzliches Informationsmaterial, Coaching)

## Bildung einer Expertengruppe

Um die Weiterentwicklung und Erweiterung des Symptom Navi fachlich zu unterstützen wurde eine Expertengruppe gebildet. Am 7. Dezember 2020 hat die erste Sitzung stattgefunden. Die Expertengruppe setzt sich zusammen aus Fachpersonen mit verschiedenen professionellen Expertisen:

- Dr. Regula Cardinaux Fuchs (Projektleiterin Nachsorge, Krebsliga Schweiz)
- Sara Häusermann, MSc Palliative Care und Rachel Hediger, MScN (Dozentinnen ZHAW, ein gemeinsamer Sitz)
- Susanne Kropf-Staub, MScN (Pflegeexpertin für onkologische Pflege, Lindenhofspital)
- Dr. med. Marc Küng (Leitender Arzt Onkologie, Kantonsspital Freiburg)
- Diana Malin, BScN (cand) (Pflegefachfrau Onkologie und Palliativ Care, rundum Onkologie Sargans)
- Ernst Näf, MScN (Pflegeexperte für onkologische Pflege, Solothurner Spitäler)
- Menga Rieben (Krebsbetroffene)
- Martina Wellensiek-Pedotti (Stationsleiterin onkologisches Ambulatorium, Kantonsspital Freiburg)

## Unterstützung durch Gesundheitsförderung Schweiz

Seit 2018 unterstützt die Gesundheitsförderung Schweiz (GFCH) in Zusammenarbeit mit dem Bundesamt für Gesundheit (BAG) Projekte mit dem Ziel, die Prävention in der Gesundheitsversorgung (PGV) über die gesamte Versorgungskette hinweg zu stärken. Damit soll die Lebensqualität und die Autonomie von Patientinnen und Patienten gefördert und der Behandlungsbedarf vermindert werden (1).

Im Rahmen der zweiten Förderrunde wurde 2019 ein Projektantrag eingereicht, um die Weiterentwicklung des Symptom Navi Programm vorantreiben zu können. Diese Weiterentwicklung beinhaltet ein Schulungskonzept mit E-Learning Modulen, welche das Symptom-Selbstmanagement nicht nur in onkologischen Ambulatorien, sondern auch in weiteren Settings der Gesundheitsversorgung ermöglicht. Es ist vorgesehen das Symptom Navi in drei Kantonen und drei Landessprachen für kantonale Krebsligen, Spitex-Dienste und Hausarztpraxen bis 2023 zu etablieren und zu evaluieren. Das Projekt wird durch GFCH für die Jahre 2020 bis 2023 finanziell unterstützt. Die Ziele des Symptom Navi Projektes im Rahmen der PGV Projektförderung sind:

- Erweiterung des Schulungskonzeptes (2020/21)
- Förderung der Kompetenzen bei Gesundheitsfachpersonen zur Unterstützung des Symptom-Selbstmanagements (ab 2021)
- Zugang zum Symptom Navi (Flyer und Edukation) für Krebsbetroffene über das Spitalsetting hinweg (ab 2022)
- Erweiterung des Angebots an Symptom Flyern (ab 2021)

- Nachhaltige Finanzierung sichern (ab 2021)

Im ersten Projektjahr wurde die Weiterentwicklung des Programms für die Krebsliga und den Spitex-Bereich vorangetrieben. Es waren zwei Workshops geplant, in denen mit den Vertreterinnen dieser Settings die bestehende Schulung erweitert und angepasst werden sollte. Aufgrund der COVID-19 Pandemie wurde im Mai ein Online-Workshop mit allen Beteiligten und je ein weiterer mit den deutsch- resp. den italienischsprachigen Zielgruppen durchgeführt (Juli/November). Der Workshop mit den französischsprachigen Zielgruppen (Krebsliga Waadt und Universitätsspital Lausanne) wurde aufgrund der COVID-19 Pandemie auf Anfang 2021 verschoben. Die Fertigstellung der Setting-spezifischen Schulungsmodule ist für Ende März 2021 vorgesehen.

## **Unterstützung durch die Stiftung Lindenhof Bern**

Die Stiftung Lindenhof Bern unterstützt den Verein in der Weiterentwicklung und Verbreitung des Symptom Navi von Juni 2019 bis Juni 2021. Die finanzielle Unterstützung erlaubte es die nötigen organisatorischen und koordinativen Aufgaben in Angriff zu nehmen, und die Schulungsinhalte für Pflegefachpersonen zur Anwendung des Symptom Navi basierend auf den Ergebnissen aus der Symptom Navi Pilotstudie zu überarbeiten.

## **Unterstützung durch die Krebsliga Schweiz**

Der VFSM und die Krebsliga Schweiz verfolgen gemeinsam und individuell das Ziel, das Symptom Navi möglichst vielen Betroffenen zugänglich zu machen und dadurch deren Selbstmanagement- Kompetenzen zu stärken, so dass sich das Symptom Navi in der Schweiz etabliert. Die Krebsliga Schweiz unterstützt den Verein in den Jahren 2020 und 2021, indem sie sich an den direkten Kosten für Übersetzung und Druck der Symptom Navi Materialien beteiligt und Personalressourcen für die graphische Aufbereitung der Flyer zur Verfügung stellt.

## **Unterstützung durch HEdS FR und IUFRS/CHUV**

Anteile der Lohnkosten der Geschäftsführerin des Vereins und der Projektleiterin für die schweizweite Einführung des Symptom Navi werden durch die Hochschule für Gesundheit in Freiburg (HEdS-FR) und das Institut Universitaire de Formation et de Recherche en Soins (IUFRS) der Fakultät für Biologie und Medizin der Universität Lausanne und des Centre Hospitalier Universitaire Vaudois (CHUV) mitgetragen. Weiter ermöglicht die HEdS-FR die Erstellung von Schulungsvideos an ihrem Simulationszentrum.

## **Kongresse, Forschungspreise und Publikationen**

Die Ergebnisse der Pilotstudie wurden am Schweizerischen Onkologiepflegekongress am 22.09.2020 vorgestellt. Die Studie hat den **ersten Preis für das beste**

**Forschungsprojekt** erhalten. Zudem wurde ein Seminar zu «Symptom-Selbstmanagement: Hilfe zur Selbsthilfe» durchgeführt.

Am Kongress der Deutschen Gesellschaft für Hämatologie und Medizinische Onkologie DHGO am 9. / 10. Oktober 2020 wurde eine Präsentation zur Unterstützung des Symptommanagements mit dem Symptom Navi gehalten.

Die Entwicklung und Implementierung des SNP wurde im *European Journal of Oncology Nursing* (Bana, Ribí et al. 2020) publiziert. Die Evaluation der Wirksamkeit ist nach einer Peer Review zur Publikation beim *Journal Cancer Nursing* eingereicht.

Vorgesehen war auch ein Marktstand an der Tagung «Selbstwirksamkeit – Ein wichtiger Ansatz für die Onkologie» am 05.11.2020, an dem das Symptom Navi vorgestellt worden wäre. Diese Tagung wurde aufgrund der steigenden SARS-CoV-2 Infektionen auf 2021 verschoben.

Eine Liste der Publikationen zu den verschiedenen Entwicklungsschritten ist nachfolgend aufgeführt.

## Publikationen

Bana M, Ribí K, Kropf-Staub S, et al: Development and implementation strategies of a nurse-led symptom self-management program in outpatient cancer centres: The Symptom Navi© Programme. *European Journal of Oncology Nursing*, 44: 10.1016/j.ejon.2019.101714, 2020

Bana M, Ribí K, Kropf-Staub S, et al: Implementation of the Symptom Navi © Programme for cancer patients in the Swiss outpatient setting: a study protocol for a cluster randomised pilot study (Symptom Navi© Pilot Study). *BMJ Open*, 9(7): e027942, 2019

Kropf-Staub S, Eicher M, Haslbeck J, et al: Selbstmanagement bei Krebstherapien fördern: Das Symptom-Navi-Programm. *Pflege* 1-10, 2019

Ribí, K., Bana, M., Peters, S., Kropf-Staub, S., Näf, E., Zürcher, S., Eicher, M., on behalf of the Symptom Navi© Pilot Study Group (2018). Nurse-led approaches to self-management of symptoms in routine Swiss outpatient care: a qualitative exploration. ESMO / EONS congress, 20 – 22 October, Munich.

Kropf-Staub S, Sailer Schramm M, Zürcher S, et al: Symptom Navi Programm - Entwicklung 2011 - 2015. *Onkologische Pflege* 7:21-27, 2017

Kropf-Staub S, Sailer Schramm M, Preusse-Bleuler B, et al: Flyer Symptom Navi zur Unterstützung des Selbstmanagements von Symptomen bei Krebs: Evaluation von Anwendbarkeit und Verständlichkeit. *Pflege* 30:151-160, 2017

Bana, M., Peters, S., Manser, T., Kropf-Staub, S., Näf, E., Zürcher, S., Eicher, M., on behalf of the Symptom Navi© Pilot Study Group (2018). Symptom Navi© Program: Training nurses to facilitate cancer patients' self-management of

symptoms within a structured program. MASCC annual meeting, 28 – 30 June, Vienna.

Kropf-Staub, S., Eicher, M., Haslbeck, J. & Metzenthin, P. (2017). Welche Erfahrungen machen an Krebs erkrankte Menschen mit einem Symptommanagement-Patientenedukationstool? Onkologiepflegekongress Bern.

Kropf-Kropf-Staub, S., Sailer Schramm, M. Zürcher, S., Näf, E. & Eicher, M. (2017). Symptom Navi© Programms-Entwicklung 2011-2015. Onkologische Pflege, 7(1), 21-27., (1), 21–27.

Kropf-Staub, S., Sailer Schramm, M., Preusse-Bleuler, B., Eicher, M. & Zürcher, S. (2016). Flyer Symptom Navi zur Unterstützung des Selbstmanagements von Symptomen bei Krebs: Evaluation von Anwendbarkeit und Verständlichkeit. Pflege, 1–10. doi:10.1024/1012-5302/a000518.

Sailer Schramm, M., Kropf-Staub, S., Carrino, F., Mugellini, E., Zürcher, S. & Eicher, M. (2016). Development of the Symptom Navi© APP to support symptom self-management: Results of a usability test with professionals and patients. European Oncology Nursing Society (EONS) Congress: Dublin.

Sailer Schramm, M., Kropf-Staub, S., Näf, E., Küng, M., Bühler, S., Studer, C.,... Eicher, M. (2016). Is the content of the Symptom Navi© valid to support symptom self-management of cancer patients? European Oncology Nursing Society (EONS) Congress in Dublin.

Kropf-Staub, S.; Preusse-Bleuler, B.; Elsässer, C.; Gabriel, M.; Zürcher, S. (2013). Symptome wahrnehmen und kompetent managen: Sicherheit für onkologische Patient(inn)en dank Information. Onkologiepflege Schweiz, (13/3), 10 – 13.

## Vereinsstruktur

### Vorstandsmitglieder

Manuela Eicher, Prof. Dr. rer. medic., Präsidentin, Direktorin Institut universitaire de formation et recherche en soins IUFRS

Rudolf Blankart, Prof. Dr. rer. pol.; Professor für Regulatory Affairs (Universität Bern) und Direktor Promoting Services sitem-insel AG

Stefan Greuter, Dr. med., Facharzt für medizinische Onkologie und innere Medizin, rundum Onkologie Sargans

Christian Peter, Dr. iur., Gründungspartner von HEP und Partner GmbH

Sabin Zürcher-Florin, MSN, Bereichsleiterin Fachentwicklung Pflege Lindenhofgruppe

### Geschäftsleitung

Marika Bana, PhD MScN, Fachhochschule für Gesundheit Freiburg

### Mitglieder

Der Verein besteht aus seinen Gründungsmitgliedern und heisst neue Mitglieder willkommen.

### Jahresrechnung

Die Jahresrechnung wurde am 08.03.2021 durch den Revisor Marc Friderich geprüft.

<b>Einnahmen</b>		<b>Ausgaben</b>	
Förderungen	236'000.-	Lohnkosten	87'500.-
		Sachkosten	16'249.-
		Rückstellungen für 2021	132'251.-
	<b>236'000.-</b>		<b>236'000.-</b>

## Kontakt

Marika Bana, [marika.bana@hefr.ch](mailto:marika.bana@hefr.ch)

## Kontaktadresse

c/o Hochschule für Gesundheit Freiburg, Route des Arsenaux 16a, 1700  
Freiburg

## Webseite

[www.symptomnavi.ch](http://www.symptomnavi.ch)

## Spendenkonto

Vereinskonto Raiffeisenbank: CH52 8080 8008 0463 3346 8

Kontoinhaber: Schweizerischer Verein zur Förderung des Selbstmanagements

## Dank

Folgende Institutionen unterstützen die Entwicklung vom Symptom Navi Programm zusätzlich zu den im Jahresbericht genannten Institutionen:

Lindenhofgruppe

Solothurner Spitäler

Freiburger Spitäler

Onkologiepflege Schweiz

Akademische Fachgesellschaft Onkologiepflege