

Mens sana in corpore sano



Dr. Christian Öttl
Bundesvorsitzender FVDZ

Liebe Kolleginnen und Kollegen,

trotz vieler Innovationen, die wir gerade auf der IDS vorgestellt bekommen haben und vielleicht schon bald in der Praxis einsetzen, ist auch die mentale Gesundheit ein wesentlicher Faktor für den guten Ablauf des Praxisalltags. Hohe Patiententaktung, zugleich hoher Anspruch an sich selbst, lässt medizinische Fachkräfte schneller ausbrennen als andere Berufsgruppen. Wir neigen zur Selbstausschöpfung zulasten unserer Gesundheit; diese Mentalität hält seit vielen Jahrzehnten die Versorgung in Deutschland aufrecht. Lange Zeit gab es ansprechende Entlohnung dafür, aber auch Anfeindungen und Missgunst. Letzteres blieb, doch die Entlohnung schmolz zusammen und hat die mentale Belastung zusätzlich verstärkt.

Strategien zum Selbstschutz

Leider ist nicht damit zu rechnen, dass sich das kurz- oder mittelfristig ändert. Deshalb muss dringend an Strategien zum Selbstschutz gearbeitet werden, zumal im Studium nicht nur darauf verzichtet wird, betriebswirtschaftliches Grundwissen zu vermitteln, sondern auch, Wege aufzuzeigen, um sich mental gesund halten zu können. So bleibt allein die Selbsthilfe. Verbesserung der Praxisführung im Team genauso wie Supervision und professionelle Unterstützung helfen bei der Stressbewältigung. Hilfestellung will auch diese aktuelle DFZ-Ausgabe bieten sowie ein Programmpunkt auf unserem Praxisführungskongress auf Sylt.

Ihr
Dr. Christian Öttl