



6 Wie kann die Adhärenz gestützt und verbessert werden?

Der Adhärenzprozess beginnt schon bei der Auswahl der Medikamente für jeden Patienten. Wie die Definition der Adhärenz besagt, muss der Patient in die Entscheidung um seine Therapie miteinbezogen werden. Innerhalb des Entscheidungsprozesses werden schon erste Weichen zur Unterstützung des Patienten gestellt.

6.1 Interventionsmöglichkeiten

Es werden verschiedene Methoden zur Stützung und Verbesserung der Adhärenz eingesetzt. Grundsätzlich erfolgt die Unterstützung auf vier Ebenen: Patienten- und Angehörigenebene (z. B. Patientenedukation), Therapieebene (z. B. Anpassung der Medikamentenverordnung), Institutionsebene (z. B. Abgabe von Merkblättern) und Kommunikationsebene (z. B. motivierende Gesprächsführung) [16].

Ein Cochrane-Review, der sich mit Interventionen zur Unterstützung der Medikamenten-Adhärenz bei chronischen Erkrankungen befasst, zeigt, dass die Adhärenz vor allem durch komplexe Interventionen, deren Evidenz derzeit aber noch als schwach bezeichnet wird, nachhaltig verbessert wird (Tabelle 3) [26].

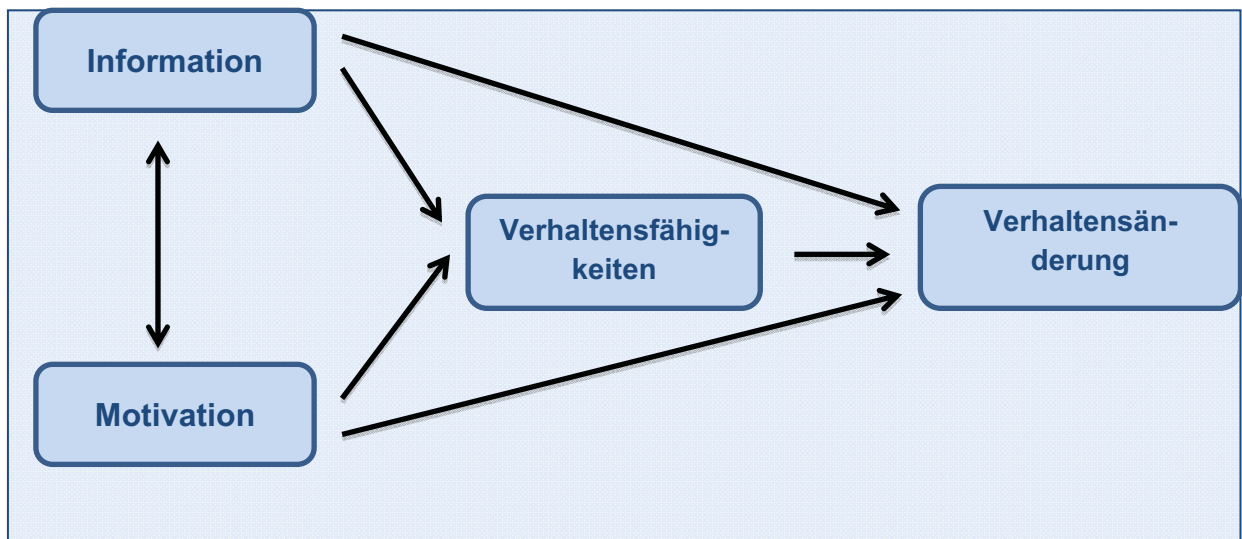
Tabelle 3: Geprüfte Interventionen zur Verbesserung der Adhärenz [26]

- Unterstützende Behandlung
- Information
- Selbstbeobachtung
- Positive Verstärkung
- Patienten- und Familienberatung
- Psychologische Therapien
- Krisenintervention
- Telephonischer Follow-up



Es ist von grosser Bedeutung, mögliche Ursachen einer Nicht-Adhärenz zu erfassen, um die nötigen Interventionen abzuleiten. Experten sind sich einig, dass zur Verbesserung der Adhärenz ein Ansatz gewählt werden muss, der die Information, die Motivation und das Verhalten der Patienten positiv beeinflusst (Abbildung 2) [13, 16].

Abbildung 2: Information-Motivation-Behavioral Skills [13]



In der Regel geht es um eine kontinuierliche Kombination von verschiedenen Interventionen, da keine einzelne alle Faktoren der Non-Adhärenz beseitigen kann. Dies bedingt wiederum eine enge Zusammenarbeit der verschiedenen Fachdisziplinen. In diesem Kontext ist es auch wichtig, die allgemeine Haltung des Patienten, seine Einstellung zur Medikamenteneinnahme oder Therapie sowie seine Bereitschaft, etwas zu ändern, zu kennen.

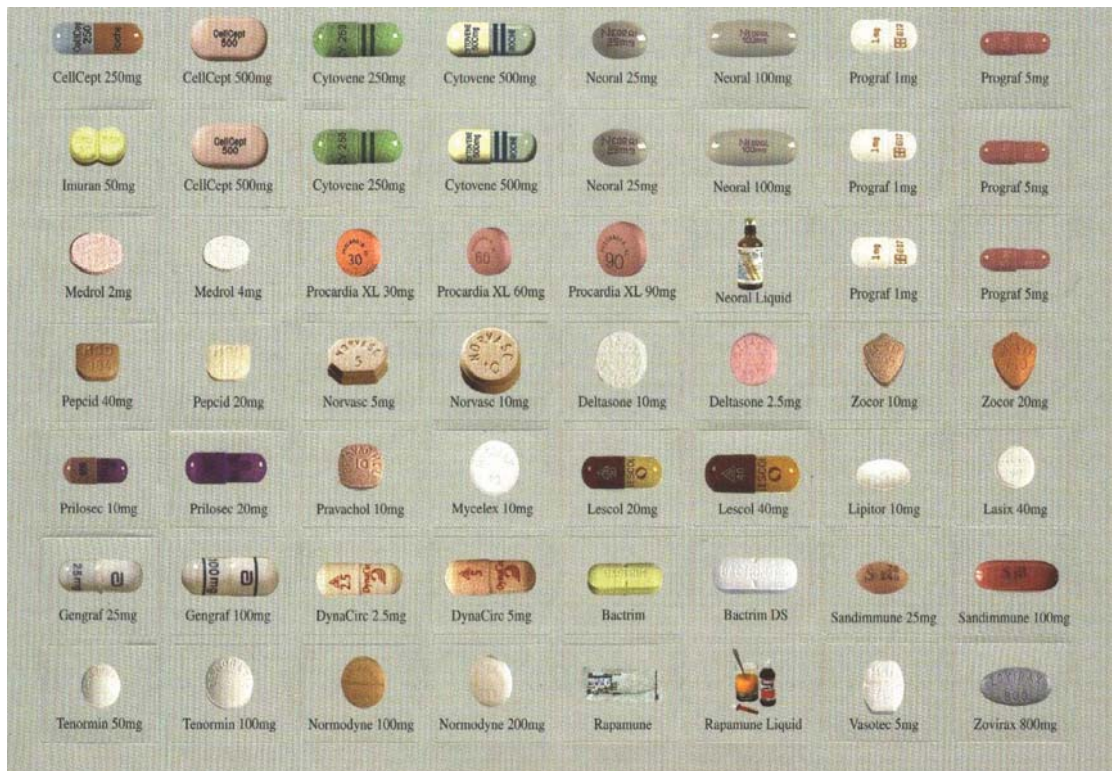
6.2 Hilfsmittel

Es gibt diverse Hilfsmittel, um Patienten bei der korrekten Einnahme oraler Tumortherapien zu unterstützen. Dabei müssen die Bedürfnisse der Patienten und Angehörigen sowie ihre Fähigkeiten berücksichtigt werden, z. B., ob die Betroffenen ein Merkblatt oder eine Pill-Reminder-App für das Smartphone bevorzugen. Die indirekten Methoden zur Messung der Adhärenz können auch angewendet werden, um die Adhärenz zu verbessern.



Für verschiedene Medikamente sind Sticker entwickelt worden, die es Patienten ermöglichen, die Form und Farbe von Medikamenten dem betreffenden Medikamentennamen zuzuordnen (Abbildung 3). Solche Sticker sind derzeit für orale Tumorthapien noch nicht erhältlich.

Abbildung 3: Medikamentensticker (<http://www.itns.org>)



In der Schweiz erhältlich sind Aufbewahrungsbehälter ("Dosette") für Medikamente mit Erinnerungsfunktionen. Diese Behälter leiten eine Erinnerungsmeldung an einen Pager, wenn der Behälter nicht geöffnet wurde. Andere Behälter geben selbst ein Alarmsignal ab, wenn das Medikament eingenommen werden muss. Patienten können sich durch spezielle Uhren mit Erinnerungsfunktionen, Pager oder Erinnerungen per SMS auf ihr Mobiltelefon an die Medikamenteneinnahme erinnern lassen (Abbildung 4).

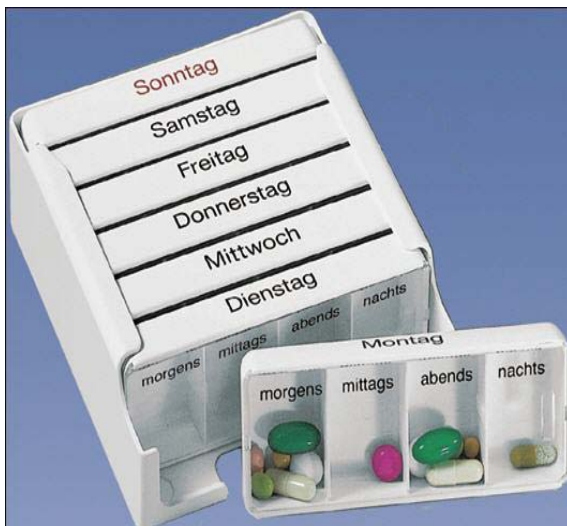


Abbildung 4: Pill Bollte Multit Alarm, Kosten ca. 45.00 SFr. (<http://www.epill.com/pilbotal.html>)
Uhren mit Alarm, Kosten zwischen 30.00 – 90.00 SFr. (rechte Seite)



Weiter sind auch Dispenser für die Medikamente erhältlich. Wie Abbildung 5 zeigt, existieren Dispenser für einen oder sieben Tage.

Abbildung 5: Wochen- und Tagesdispenser für Medikament (www.google.ch)



Meistens zu Studienzwecken werden Erinnerungshilfen mit integriertem Patientenfeedback eingesetzt. Zunehmend finden diese aber auch Anwendung im klinischen Alltag, zum Beispiel bei HIV-Patienten oder Patienten nach Transplantation. Das Medication Event Monitoring System (MEMS) erlaubt eine Aufzeichnung der Medikamenteneinnahme über einen



längeren Zeitraum. Die elektronischen Aufzeichnungen werden zur Analyse des Adhärenz-Verhaltens genutzt (Abbildung 6).

Abbildung 6: Medication Event Monitoring System (MEMS) <http://www.google.ch/imgres?>



Auch das Führen eines Tagebuchs kann für den Patienten hilfreich sein. Die Handhabung ist einfach, die Patienten müssen aber zuverlässig Einträge machen. Das Führen eines Tagebuchs kann allerdings auch als Belastung empfunden werden.

Ein komplexes Medikamentenregime kann die Betroffenen stark beeinträchtigen. Es ist nicht immer einfach, dieses Regime in den Alltag zu integrieren. Die Betroffenen benötigen Unterstützung und Ermutigungen. Es kann sinnvoll sein, Erfahrungen von anderen Patienten ins Gespräch einfließen zu lassen.

6.3 Gespräche zur Verbesserung der Adhärenz

Gespräche, in denen die Themen Adhärenz und Therapieverhalten im Mittelpunkt stehen, sind enorm wichtig. Vielleicht geht es darum, dass der Patient einfach einmal erzählen möchte, wie er die Abklärungen, die Diagnose und die Therapien erlebt und verarbeitet oder noch nicht verarbeitet hat. Oft sind die Betroffenen in einer Ausnahmesituation, vulnerabel und nicht voll aufnahmefähig, darum kann es hilfreich sein, wenn Angehörige bei diesen Gesprächen dabei sind. Gleichzeitig kann so abgeklärt werden, ob und in welchem Ausmass die Angehörigen den Patienten bei der Einnahme der Medikamente unterstützen können.