

Nachhaltigkeitskonzept Team Heilsam – hausärztliche Gemeinschaftspraxis in Ochtrup

Unsere Hausarztpraxis verfolgt ein **ganzheitliches Nachhaltigkeitskonzept**, das **ökologische Verantwortung**, **wirtschaftliche Effizienz** und **soziale Aspekte** miteinander verbindet. Dabei geht es uns nicht nur darum, die **Gesundheit unserer Patientinnen und Patienten** zu fördern, sondern auch **aktiv zum Umweltschutz** und zum **Wohle der Gesellschaft** beizutragen.

Inhaltsverzeichnis

1. Energiemanagement	1.1	Ziele
	1.2	Maßnahmen
	1.3	Ergebnisse
2. Nachhaltige Mobilität	2.1	Ziele
	2.2	Maßnahmen
	2.3	Ergebnisse
3. Abfallmanagement	3.1	Ziele
	3.2	Maßnahmen
	3.3	Ergebnisse
4. Nachhaltige Pharmakotherapie	4.1	Ziele
	4.2	Maßnahmen
	4.3	Ergebnisse
5. Klimabezogene Aspekte für Patienten und Praxismitarbeiterinnen	5.1	Ziele
	5.2	Maßnahmen
	5.3	Hitzeschutzplan
	5.4	Ergebnisse
6. Resilienz und Verankerung	6.1	Ziele
	6.2	Maßnahmen
	6.3	Ergebnisse

1. Energiemanagement

1.1 Ziele

- Einsatz nachhaltiger Energiequellen anstelle fossiler Brennstoffe
- Sensibilisierung der Mitarbeiter für energiebewusstes Verhalten und Einsparpotenziale
- Verringerung von Wärmeverlusten und Senkung des gesamten Heizbedarfs
- Absenkung der Temperatur in arbeitsfreien Zeiten (nachts und am Wochenende)
- Umstellung auf LED-Beleuchtung insofern noch nicht erfolgt
- Umrüstung Altgeräte auf hohe Energieeffizienz

1.2 Maßnahmen

- Bezug von Öko-Strom über Stadtwerke Münster seit 01.01.2022
- Nutzung einer Pelletheizung (Neu seit Oktober 2023)
- Umstellung auf LED-Beleuchtung im Untergeschoss (erfolgt im Jahr 2025)
- Umstellung LED Beleuchtung im 1. OG der Praxis (erfolgt 2024)
- Ausschalten der elektronischen Geräte bei längerer Nichtbenutzung, abends und Wochenende (Checkliste MFA)
- Umrüstung bei Altgeräten auf hohe Energieeffizienz z.B. Kühlschrank (2024)
- Neuer Terminalserver für Praxisstandort Ochtrup und Rheine, Nutzung von Thin-Clients möglich und dezentrales Arbeiten im Homeoffice, Visiten Altenheim mit Direktzugriff auf das PVS
- Erstellung von Lüftungs- und Heizplänen, um das Raumklima zu verbessern

1.3 Ergebnisse

- Reduktion des Stromverbrauchs durch fast komplette Umstellung der Beleuchtung auf LED-Beleuchtung
- Reduktion des Wärmeverbrauchs durch Umsetzung der raumbezogenen Steuerung der Wärme, Festsetzung von Maximal- und Minimaltemperaturen und Absenkung der Heizung nach Feierabend und am Wochenende
- Lüftungskonzept: Lüftung der Räume durch Stoßlüften am Morgen und ggf Mittagszeit, dadurch gute Raumbelüftung und Reduktion von Energieverbrauch (keine Kipplüftung + angeschaltete Heizung)

2. Nachhaltige Mobilität

2.1 Ziele

- Begünstigung nachhaltiger Mobilitätsformen für das Praxisteam durch
 - a) Anschaffung eines Praxisfahrrads zur Durchführung von Heim- und Hausbesuchen sowie für häusliche Blutentnahmen
 - b) bei Neuanschaffung bzw. Auslaufen der Leasingverträge der bestehenden Praxisautos (4/26 und 10/26) ggf. Umstellung auf E-Mobilität
- Patienten auf die Anreise mit dem Rad oder öffentliche Verkehrsmittel (z.B. Bürgerbus, Bahn) hinweisen und die Sensibilität für nachhaltige Mobilität schärfen
- Schonung der Ressourcen durch abgestimmte Fahrten und effiziente Wegeplanung bei Heim- und Hausbesuchen
- Nutzung von lokalen Anbietern für Praxisbedarf, Labor, Arbeitskleidung

2.2 Maßnahmen

- Bewusstseinsbildung bei den Mitarbeitenden hinsichtlich Klimaschutz und CO²-Reduktionsstrategien durch jährliche Schulung in den Teamsitzungen
- Angebot Businessbike (jobbike)
- Bereitstellung von gut erreichbaren Fahrradparkmöglichkeiten mit Überdachung
- Anschaffung eines Praxis- E-Bikes für Hausbesuche am Ort
- Stärkung nachhaltiger Mobilität durch Fahrgemeinschaften und Car-Sharing
- Effiziente Organisation von Hausbesuchen, sodass Patienten in derselben Region oder Einrichtung gebündelt versorgt werden, um Wege und Emissionen zu reduzieren (Laborkalender)
- Carsharing zum Praxisstandortwechsel Ochtrup – Rheine
- Angebot durch Online-Fortbildungen
- Patienteninformation in der Praxis und auf der Praxishomepage zur nachhaltigen Mobilität und Anreise mit Fahrrad, BürgerBus oder Bahn¹
- Zuschuss Azubis Deutschlandticket für die Berufsschule
- Lieferantenmanagement: Steuerung der Lieferungen durch lokale und regionale Zulieferer (Wäscherei, Laborfahrer, Betriebskleidung über regionalen Anbieter)
- Vergabe von Aufträgen an lokale/regionale Handwerksbetriebe
- Beziehen von Medizintechnik über regionale Anbieter (Sonopoint Dortmund, Reperaturservice)
- Koordination und Zusammenfassung von Lieferungen, um die Fahrstrecken von Lieferanten zu verkürzen und unnötige Transporte zu vermeiden

2.3 Ergebnisse

- Reduktion des CO₂-Verbrauchs durch Verbesserung der Mobilität von Praxispersonal und Patienten
- Besserer Umgang mit Natur und Umwelt
- Förderung der Gesundheit von Mitarbeitern und Patienten durch mehr Alltagsbewegung
- Einsparen von Zeit und Co₂-Ausstoß durch Schaffung von Onlinezugängen zur Praxis wie auch zu Onlinefortbildungen
- Verbesserung der Work-Life-Balance durch Onlinezugänge in die Praxis/Homeofficemöglichkeiten und zu Fortbildungen

¹ Nachhaltigkeitskonzept Aquainstitut

3. Abfallmanagement

3.1 Ziele

- Reduzierung des Ressourcenverbrauches durch Verwendung digitaler Technologien (Papierverbrauch reduzieren, Toner, Büromaterialien)
- Optimierung von Bestellungen, um Übermengen und abgelaufene Materialien zu vermeiden
- klare Mülltrennung : Hausmüll, recyclingfähige Stoffe, medizinischer/infektiöser Abfall und Sondermüll
- Nutzung von Recyclingpapier und umweltfreundlichen Produkten bei Einkauf und Verpackung
- Reduktion von Einmalmaterialien insofern es möglich ist (Liegenpapier, Papierhandtücher)

3.2 Maßnahmen

- Nutzung der Telematikinfrastruktur wo immer es möglich ist:
eRezept, eAU, eArztbrief wird online versendet, reduziert Papierverbrauch
- Versenden von Konsiliarberichten, Rehaanträge, Narkosefähigkeitsuntersuchungen per KIM
- Versenden von Vertretungsscheinen per KIM
- Nutzung der ePA wo immer möglich zur Übermittlung von Informationen
- Komplettdigitalisierung Labor (2025)
- Bevorzugtes Arbeiten mit der elektronischen Patientenakte, um Kopien zu vermeiden, die in anderen Praxen wieder gescannt werden müssen
- elektronische Rechnungen/Nutzung von DATEV
- Nutzung von digitalen Formularen statt Papierkopien (Patienteninformationsmaterial auf der Praxishomepage, Einsparen von Infozetteln)
- Printzeitschriften, Werbung abbestellen oder digital bekommen
- Regelmäßige Schulungen und Unterweisungen, um das Bewusstsein für Abfallvermeidung und Trennung zu stärken
- Einkauf bevorzugt von recyceltem Papier, nachfüllbaren Desinfektionsspendern, Großpackungen
- Stich- und Schnittschutzbehälter für Kanülen, Skalpelle und andere scharfe Gegenstände
- Patienten bringen ihr eigenes Handtuch mit, um das Liegenpapier zu sparen (Chirotherapie, Osteopathie, U-Untersuchungen, Akupunktur)
- Wiederverwendung von Materialien (Scheren, Nierenschalen, Tablett etc)
- Anschaffung von zertifiziertem, nachhaltigem Reinigungsmaterial in Großpackungen (z.B. Sonett)

3.3 Ergebnisse

- durch die komplette Digitalisierung des Labors starke Reduktion des Papierverbrauchs
- deutliche Reduktion des Papierverbrauchs durch Nutzung von ePA und eRezept
- deutliche Reduktion des Papierverbrauchs durch Versenden von Konsiliarberichten und Rehaanträgen per KIM
- deutliche Reduktion des Papierverbrauchs durch Versenden von Vertretungsscheinen per KIM
- deutliche Reduktion des Papierverbrauchs durch Übermitteln von Narkosefähigkeitsuntersuchungen über die ePA
- Schaffung eines Patientenbewusstseins für nachhaltigen Umgang mit Ressourcen durch Mitbringen eines eigenen Handtuchs
- Reduktion von Abfall durch weniger anfallendes Liegenpapier
- Klassifikation der Mülleimer in den Behandlungszimmern zur besseren Mülltrennung
- Abfallentsorgung sicher und vorschriftsmäßig nach Abfallverzeichnisordnung-AVV Richtlinien
- weniger Abfall durch Nutzung von Großpackungen
- Teambewusstsein wird geschärft für einen ganzheitlichen ressourcenschonenden Umgang in der Praxis

4. Nachhaltige Pharmakotherapie

4.1 Ziele

- Patienten mit mehr als drei Medikamenten bekommen einen schriftlichen bundeseinheitlichen Medikationsplan, der elektronisch auf die ePA geladen wird
- Die Dauer der Medikamenteneinnahme wird mit dem Patienten besprochen und schriftlich festgehalten, es wird zwischen Dauer- und Bedarfsmedikation unterschieden und dieses klar auf dem Medikationsplan abgegrenzt
- Bei Patienten mit chronischen Erkrankungen im disease-management-Programm (dmp) und geriatrischen Patienten im Altenheim und in der häuslichen Versorgung wird einmal jährlich ein Check des Medikationsplanes durchgeführt und auf Deprescribing geachtet
- Beim Patientenkontakt wird geschaut, ob ein Medikamentenplan notwendig oder vorhanden ist. Dieser wird insofern notwendig korrigiert oder aktualisiert
- Bei Bestellung von Dauermedikamenten wird der Medikamentenplan hinzugezogen und Zeitangaben bei der Verordnung von Medikamenten berücksichtigt (medikamentöse Ressourcen schonen)
- Nachhaltige Verordnungen von PPIs nach Leitlinien, Nutzung des Arriba-Moduls PPI
- Bei einer unkomplizierten akuten Bronchitis werden keine Antibiotika aufgeschrieben
- Bei Patienten mit Diabetes mellitus Typ II sollte bei einem HbA1c unter 6,5 % eine Reduktion der Diabetesmedikation erwogen werden
- Bei Patienten mit begrenzter Lebenserwartungen von unter einem Jahr sollte z.B. die Statinnutzung und auch weitere Dauermedikamente und deren Notwendigkeit überprüft werden
- Reduktion der Verschreibung von Dosieraerosolen und Umstellung auf Pulver-Inhalatoren bei Patienten mit obstruktiven Atemwegserkrankungen
- Regelmäßige Informationen an das Gesamtteam (Ärzte, MFA,PA) über kritische Arzneimittel und ressourcenschonende Verordnung

4.2 Maßnahmen

- Nutzung des Arriba- Moduls PPI zur Patienteninformation, wann PPIs wirklich notwendig sind und warum ein Absetzen des Medikamentes in den meisten Fällen sinnvoll ist
- Informationen der Patienten zum Thema Behandlung ohne Antibiotika bei Infekten durch Gesundheits-FAQs auf der Praxishomepage
- Schulung von Patienten durch geeignete Informationsmaterialien und Praxishomepage zum Thema Gesundheitskompetenz, um unnötige Arztbesuche oder unnötige Medikation zu vermeiden (Stichwort einfache Infekte, Gastroenteritis)
- Informationen der Ärzte/MFA/PA über geeignete Pulverinhalatoren und Umstellung der Patienten mit obstruktiven Atemwegserkrankungen insofern möglich z.B. im dmp COPD/Asthma
- Bei Neueinstellungen von Patienten sollte - insofern keine Kontraindikationen bestehen – auf einen Pulverinhalator gesetzt werden
- Liste kritischer Arzneimittel 1 x jährlich in der Teamsitzung besprechen, um das Bewusstsein für diese Medikamente zu schärfen
- Abgleichen des Medikationsplans in jedem dmp-Termin durch Arzt oder VERAH, Stichwort Deprescribing, Dauer- und Bedarfsmedikation
- bei Palliativpatienten Reduktion der Medikation prüfen (Statine etc) der Medikation (z.B Statine)

4.3 Ergebnisse

- Einsparen von medikamentösen Ressourcen (PPI, orale Antidiabetika, Statine)
- CO₂-Reduktion durch geeignete Dosieraerosole und Pulverinhalatoren
- Schaffung eines Bewusstseins für ressourcenschonende Pharmakotherapie beim Praxisteam und Patienten
- Reduktion und gezielter Einsatz von Antibiotika (Resistenzentwicklung)
- Gesundheitswissen der Patienten wird verbessert: wann ist ein Antibiotikaeinsatz sinnvoll, wie behandle ich einen leichten Infekt selbst mit klassischen Hausmitteln?

5. Klimabezogene Aspekte für Patienten und Praxismitarbeiterinnen

5.1 Ziele

- Schutz der Patientinnen und Patienten vor den Folgen des Klimawandels
- Schutz der Mitarbeitenden bei der Arbeit vor den Folgen des Klimawandels
- Schärfung eines Problembewusstseins und Anbieten von Lösungsstrategien, um den Klimawandel günstig zu beeinflussen

5.2 Maßnahmen

- Etablierung eines Hitzeschutzplans für Patientinnen und Patienten und Mitarbeitende (s. Hitzeschutzplan)
- jährliche Schulung/Information im Frühjahrsteam (April) zum Hitzeschutz für Mitarbeitende und Patienten (Hitzeschutz, kritische Patienten, Terminvergabe in der Hitzeperiode)
- im Rahmen von Altenheimvisiten oder Behandlung von chronisch kranken Patienten (z.B. im dmp) Risikopatienten herausfinden und über geeignete Maßnahmen zum Hitzeschutz sprechen, Medikation überprüfen und beraten (Beispiel Diuretika, Blutdruckmedikamente in Hitzeperioden)
- Beratung Sonnenschutz im Rahmen des Hautkrebsscreenings und der Check-Up-Untersuchungen
- Wasserspender für Patientinnen und Patienten frei zugänglich
- Wasserspender für Mitarbeitende frei zugänglich
- Teilnahme am Projekt „ Refill- Kostenloses Trinkwasser in der Praxis“ der Stadt Ochtrup und Information der Bevölkerung durch Aushang am Praxiseingang
- Etablierung von Schutzkonzepten bei Naturkatastrophen für Praxismitarbeitende
- In Hitzeperioden wenn möglich kritische Patienten nicht in der Mittagszeit einbestellen, kühlere Randzeiten nutzen
- Nutzen von Beschattungsanlage, Lüften am Morgen und am Abend
- Nutzen von Klimageräten in der Hitzeperiode

5.3 Ergebnisse

- Stärkung des Bewusstseins für Klimawandel, Extremwetterbedingungen und Auswirkungen auf Patientinnen und Patienten sowie die Mitarbeitenden
- Schutz für Extremwetterbedingungen vor allem von kritischen Patientinnen und Patienten (Vermeiden von kritischen Situationen (Bsp.: Exsikkose, Delir) in Hitzeperioden durch Anpassung der Medikation)
- verbesserter Gesundheitsschutz von Patientinnen und Patienten
- verbesserter Gesundheitsschutz von Mitarbeitenden
- Sicherung der medizinischen Versorgung auch unter Extremwetterbedingungen

5.4 Hitzeschutzplan

5.5 Ziele

- bessere und sichere Arbeitsbedingungen in Hitzeperioden für die Mitarbeitenden
- Patientensicherheit und Gesundheitsschutz für Patientinnen und Patienten
- Stärkung eines Bewusstseins des Praxisteam sowie der Patientinnen und Patienten im Umgang mit den Folgen des Klimawandels und Umgang mit Hitzeperioden

5.6 Maßnahmen

- Information über den Hitzeschutz von Praxismitarbeitenden und Patientinnen und Patienten jedes Jahr in der Teamsitzung im Frühjahr (April)
- Bereitstellen von kostenfreiem Trinkwasser für Mitarbeitende und Patientinnen und Patienten sowie Bevölkerung (refill-Station)
- Lüftungsverhalten in Hitzeperioden morgens und abends, Nutzen der Beschattungsanlage
- Terminmanagement: gefährdete Patienten nicht in Hitzeperiode z.B. mittags einbestellen, Randzeiten nutzen, keine anstrengenden Untersuchungen (Ergometrie, Stressechokardiographie in der Mittagszeit)
- kritische Patienten sichten in Haus- und Heimbefuchen sowie in den Chroniker-Sprechstunden
- Überprüfen der Medikation bei kritischen Patienten (Beispiel Diuretika, Antihypertensiva in der Hitze)
- Aufklärung über Sonnen- und Hitzeschutz in den Check-Up-Untersuchungen
- Klimageräte in Hitzeperiode nutzen zur Verbesserung des Raumklimas und der Arbeitsbedingungen
- Kühlung und Lagerung von Arzneimitteln prüfen auch in den Hausbesuchstaschen

5.7 Ergebnisse

- verbesserter Gesundheitsschutz für Mitarbeitende und Patientinnen und Patienten in Hitzeperioden
- Stärkung des Bewusstseins und verbesserter Umgang mit Klimawandel und Hitzeperioden
- weniger Nebenwirkungen durch inadäquate Medikation in Hitzeperioden
- Sicherstellung der medizinischen Versorgung in Hitzeperioden

6. Teamresilienz und Arbeitsbedingungen

6.1 Ziele

1. **Bessere Teamkommunikation:**

- Stärkung des Gesamtteams durch
 - a) klare Kommunikation unserer Praxiswerte durch regelmäßige Teamsitzungen, Wertepaten im Team, regelmäßige Teamworkshops
 - b) Praxisleitfaden für klare Regelungen der Zuständigkeiten
 - c) Qualitätsmanagement mit regelmäßigen Zertifizierungen
 - d) Teamresilienz im Rahmen von Naturkatastrophen, Hitzschutzplan, Technikausfall, Störung von Lieferkette, Personalausfall und Erhalt der Versorgungssicherheit

2. **Schaffen von fairen Arbeitsbedingungen und Stärkung der Work-Life-Balance**

3. **Moderne Praxis und Arbeitsumfeld mit persönlichem Wohlfühlfaktor auf aktuellem medizinischem Stand**

- a) Arbeitsklima mit Wohlfühlfaktor (Umbau der Räumlichkeiten, Schaffung von mehr ergonomischen Arbeitsplätzen)
- b) Persönliche Fort- und Weiterbildung

6.2 Maßnahmen

1. **Kommunikation:**

- monatliche Teamsitzungen zur Stärkung der Kommunikation im Team und Umgang mit Konflikten
- Praxiswerte („Big five“) und Wertepaten
- Etablierung eines Praxisleitfadens zur klaren Regelung der Zuständigkeiten innerhalb der Praxis
- Nutzen des Qualitätsmanagement zur Verbesserung von Arbeitsabläufen und Fehlermanagement
- regelmäßige Workshops und Weiterbildung des Gesamtteams
- Etablierung von Schutz- und Notfallplänen bei Naturkatastrophen, Hitze, Störung der Lieferkette, Technikausfall, Personalausfall

2. **Arbeitsbedingungen:**

- faire Arbeitsbedingungen durch faire Bezahlung nach Tarif
- Pausenräume und Rückzugsorte für ruhiges Arbeiten im Backoffice oder Homeoffice
- Nutzung von ergonomischen Arbeitsplätzen
- Verbesserung der Work-Life-Balance durch flexible Arbeitszeitmodelle und klare Kommunikation
- Übernahme von Fort- und Weiterbildungskosten für die persönliche und berufliche Weiterentwicklung
- Gewährung von zusätzlichen Urlaubstagen zur Stärkung der Work-Life-Balance
- elektronische Arbeitszeiterfassung und Überstundenampel
- Jobrad zur Verbesserung der Gesundheit der Mitarbeitenden
- Teamtreffen auch außerhalb der Praxis (Praxisausflüge, Abendessen)
- jährliches Mitarbeitergespräch
- Mitarbeiterumfragen und Patientenumfragen
- regelmäßige arbeitsmedizinische Untersuchungen
- Förderung von Impfangeboten bei der Arbeit (Gripeschutzimpfungen)

3. Moderne Praxis und Arbeitsumfeld mit persönlichem Wohlfühlfaktor auf aktuellem medizinischem Stand

- Austausch der alten Deckenpaneele in der Praxis und Verbesserung der Beleuchtungssituation 2025
- Schaffen von modernen Backofficeräumen mit ergonomischen Büromöbeln 2024
- mittelfristiges Ziel: Modernisierung der Praxisräumlichkeiten/Möblierung und Anpassung auf gesellschaftliche Entwicklung („Primärversorgung“/ „Teampraxis“)
- regelmäßige Fort- und Weiterbildungen, um auf dem aktuellen medizinischem Stand zu bleiben
- Medizintechnik auf modernstem Stand (Sonographie, Echokardiographie, LZ-RR und LZ-EKG, Cardisographie, ABI-Messungen, mobiles EKG für Haus- und Heimbefuche)

6.3 Ergebnisse

- Stärkung der Mitarbeitenden durch offenerere und wertschätzende Kommunikation im Team
- Schaffung eines „Wir-Gefühls“ durch Teamtreffen innerhalb und außerhalb der Praxis
- Faire Arbeitsbedingungen und faire und transparente Bezahlung stärken das Gerechtigkeitsgefühl innerhalb des Teams.
- gute Work-Life-Balance durch flexible Arbeitszeitmodelle, Überstundenregelungen und zusätzliche Urlaubszeiten
- Verbesserung der Versorgung von Patientinnen und Patienten durch Übernahme von beruflicher Fort- und Weiterbildungskosten
- Persönliche Stärkung der Mitarbeitenden durch Übernahme von Fort- und Weiterbildungskosten