

Multimodales Arbeiten in der ambulanten Psychosomatischen Medizin



Die **Ergotherapie** mit ihren verschiedenen Kreativangeboten dient bei Versicherten mit schwerer psychischer Störung der

- Wiederherstellung,
- Entwicklung,
- Verbesserung,
- Erhaltung oder
- Kompensation

der krankheitsbedingt gestörten psychischen und kognitiven Funktionen und Fähigkeiten.

Der Schwerpunkt der Ergotherapie liegt in konzentrationsfördernden, strukturierenden, übenden, beschäftigungs- und arbeits-therapeutischen Maßnahmen.

Die Kombination von Psychotherapie und Ergotherapie kann die Psychotherapie unterstützen, indem sie Inhalte und Bewältigungsstrategien, die in der Psychotherapie erarbeitet wurden, mit den Patient*innen im Alltag einübt und erprobt. So bieten Ergotherapeut*innen z. B. häufig Gruppentrainings zur sozialen Kompetenz oder Stresstoleranz und zum Umgang mit schwierigen Gefühlen an.

Bei schwer psychisch Erkrankten, die die Facharztpraxis nicht aktiv aufsuchen können, kann zunächst **Soziotherapie** hilfreich eingesetzt werden. Die ambulante Soziotherapie zielt unmittelbar auf die:

- Motivation und Befähigung zur Inanspruchnahme und auf das
- Hinführen zu ärztlichen und ärztlich verordneten Leistungen (z. B. Ergotherapie) ab.

Soziotherapie wird über das Formular Nr. 26 verordnet.

Bei unseren häufig antriebsgeminderten, depressiven Patient*innen spielen der Aktivitätsaufbau und insbesondere die körperliche Bewegung in der Therapie eine wichtige Rolle.

Eine in unserem Fachgebiet eher selten verordnete Maßnahme in diesen Fällen ist der **Rehabilitationssport**.

Beim **Rehasport** handelt es sich einmal um eine Nachsorge, welche – wie IRENA und PSYRENA – die weitere Genesung nach einer medizinischen Rehabilitation vorantreiben soll. Rehasport kann jedoch auch denjenigen verordnet werden, die sich in ambulanter ärztlicher Behandlung und (noch) nicht in Reha befinden.

Zuvor muss über das Formular Nr. 56 ein Antrag gestellt und die Genehmigung bzw. Kostenübernahme der Krankenkasse eingeholt werden.

Der Antrag muss folgende Informationen beinhalten:

- Diagnose und Nebendiagnose, welche für den Behandlungsweg relevant sind
- Gründe und Ziele der rehasportlichen Maßnahme
- Die gewünschte Dauer des Rehabilitationssports
- Empfehlungen zur geeigneten Art des Rehasports

Nach Erhalt der Genehmigung muss innerhalb von sechs Monaten mit dem Rehabilitationssport begonnen werden, ansonsten verliert der genehmigte Antrag seine Gültigkeit. Reha-Sport wird an ca. 180 Standorten in Deutschland angeboten.

Durch diese Vorab-Genehmigung kann für die Verordnung von Reha-Sport niemand in Regress genommen werden. (Das ist wie bei der beantragten und genehmigten Richtlinien-Psychotherapie!)

Im Sinne der Patient*innen sollte auch im ambulanten Bereich multimodal behandelt werden.

Kontaktieren Sie uns:

BPM-Geschäftsstelle
Meißner Weg 41 | 12355 Berlin
T 030 28864649 | F 030 31565416
info@bpm-ev.de | www.bpm-ev.de



Berufsverband der Fachärzte
für Psychosomatische Medizin
und Psychotherapie e.V.

Die Vertretung Ihres Fachgebietes

Stationäre und teilstationäre Settings zeichnen sich durch multiprofessionelles und multimodales Arbeiten aus. Was davon ist auch im ambulanten Bereich möglich?

Wie in der Klinik werden die Entspannungsverfahren, Autogenes Training und die Progressive Muskelrelaxation nach Jacobson, auch ambulant häufig angewendet, ungleich seltener allerdings die Hypnose.

Die nur von wenigen Psychosomatiker*innen angebotene **Herzratenvariabilitätsmessung (HRV)** stellt eine psycho-neuro-physiologische Schnittstelle dar, die hilft, eine diagnostische und therapeutische Lücke im Rahmen medizinischer Denk- und Handlungsweisen zu schließen. In Abgrenzung zur Richtlinienpsychotherapie kann sie eigenständige und praktikable Prozeduren nachvollziehbar machen und somatische Aspekte der psychosomatischen Arbeit objektivieren.

Die folgende Abbildung zeigt eine Serie von QRS-Komplexen. Die Zeit zwischen den Herzschlägen (R-R-Intervall) variiert von Schlag zu Schlag und lässt im EKG das in der Regel synchronisierte Wechselspiel von Sympathikus und Parasympathikus erkennen.



Eine vegetative Asynchronizität stellt einen wichtigen Prädiktor dar. Die Anwendung der HRV-Messung hilft im Rahmen der Diagnostik und Behandlung psychosomatischer Erkrankungen eine adäquatere Selbstwahrnehmung und höhere Selbstwirksamkeit in der Steuerung von Körperprozessen zu erzielen und kann z. B. zur Behandlung der arteriellen Hypertonie eingesetzt werden.

Die HRV hat weder eine Gebührenordnungsposition (GOP) im EBM noch in der GOÄ. Sie ist nur privat über die Ziffer 636, entsprechend 379 Punkten, analog abzurechnen. Diese erbringt rund 40 € (beim 1,8-fachen Satz und reduziertem Gebührenrahmen). Für die 24h-HRV-Analyse ist ggf. ein höherer Steigerungssatz, 2,5-facher Satz (bei reduz. Gebührenrahmen) möglich und erbringt rund 55 €. Hierüber sollten Sie die Patient*innen immer zuvor aufklären und mit ihnen einen Behandlungsvertrag abschließen.

Auch das **Biofeedback** findet in der jüngsten Zeit unter psychosomatischen Mediziner*innen zu Recht vermehrt Aufmerksamkeit. Biofeedback unterstützt Patient*innen, Selbstkontrolle über körperliche Vorgänge zu gewinnen. Körperliche Funktionen, wie z. B. Atemfunktionen, Hautleitfähigkeit als Maß für autonome Erregung, Muskelaktivität oder Pulsfrequenz, werden über einen Sensor kontinuierlich gemessen und es wird optisch oder akustisch zurückgemeldet, was den Patient*innen dann ermöglicht, ihre Körperfunktionen zu beeinflussen. Ergebnis ist eine verbesserte Selbstwirksamkeitserwartung und Interozeption sowie eine Veränderung subjektiver Krankheitsmodelle in Richtung auf ein psychosomatisches Krankheitsverständnis.

Insbesondere kann Biofeedback auf eine Kohärenz von Herzraten-Variabilität und Atemrhythmus zielen. Diese psycho-physiologische Kopplung ist mit reduziertem Stresserleben, eher positiven Emotionen und vermindertem inneren mentalen Dialog verbunden. Vorläufige Befunde lassen vermuten, dass Biofeedback-Training ein wichtiger Resilienzfaktor und mit einer Verbesserung des generellen psychischen Gesundheitszustands verbunden ist.



Es kann einfach mit einem Ohr-Clip-Sensor oder einem Handheld-Gerät und geeigneter Software durchgeführt werden.

Für das Biofeedback gibt es keine gesonderte Ziffer im EBM. Sie kann über die Ziffer 846 GOÄ (Übende Verfahren) abgerechnet werden. Nach (schriftlicher) Vereinbarung ist eine Abrechnung auch bei GKV-Versicherten privat möglich. Wichtig dabei ist, die Kassenleistung und die privat erbrachte Leistung zu trennen!

Die Themen **Achtsamkeit und Selbstfürsorge**, das Bewahren der Empathiefähigkeit und eine gelingende Kommunikation haben für Ärztinnen und Ärzte eine große Relevanz. Die Achtsamkeitspraxis findet sich u. a. in den „Dritte-Welle-Verfahren“ wie ACT, DBT, MBCT, MBSR und MBRP wieder, wobei die Forschungsergebnisse des ReSource-Projektes des MPI für Kognitions- und Neurowissenschaften Leipzig nahelegen, dass eine ausreichend lange und regelmäßige Übungspraxis in Bezug auf Körpergewahrsein, Empathiefähigkeit, Selbstfürsorge und Affektregulation den Umgang mit schwierigen

Emotionen wie auch die Kommunikation mit sich und anderen wirkungsvoll unterstützen kann. Achtsamkeitsbasierte Übungen sollte zunehmend auch psychosomatisch Erkrankten im ambulanten bzw. (tages-)stationären Einzel- und Gruppensetting sowie in häuslicher Übungspraxis zugutekommen können.

Für achtsamkeitsbasierte Übungen gibt es keine eigene GOP im EBM. Sie können aber Bestandteil eines psychosomatischen/psychotherapeutischen Gesprächs (EBM-Kapitel 22) sein.

Als Fachärzt*innen können wir darüber hinaus z. B. Physio-, Ergo- und Soziotherapie sowie Reha-Sport verordnen.

Bei den vielfach geklagten Rückenschmerzen ist das Rezeptieren von **Physiotherapie** nicht nur den Hausärzt*innen und Orthopäd*innen vorbehalten.



Die zum 01.01.2021 überarbeitete **Heilmittel-Richtlinie** regelt die Verordnung von Physiotherapie, Ergotherapie, podologische Therapie, Ernährungstherapie sowie die Stimm-, Sprech-, Sprach- und Schlucktherapie über ein einziges Formular Nr. 13. Am schnellsten findet man die Heilmittelrichtlinie und auch den Heilmittelkatalog über die App „KBV2GO“ und die Formulare über die Formularsammlung der KBV https://www.kbv.de/media/sp/02_Mustersammlung.pdf