



UPDate



Ein Grund zum Feiern

Was für eine schöne Auszeichnung und Wertschätzung für die Mitarbeitenden der Holzwerkstatt der Werkstätten Bern des Zentrums Psychiatrische Rehabilitation der UPD. Mit dem Kinderhocker TRI Natur, erreichten sie bei den Socialstore Awards 2021 den 1. Platz in der Kategorie Kinder und Spiele.

Die SocialStore Awards fanden im November zum zweiten Mal in Biel statt. Lanciert wurden diese von der Stiftung Salvo, zusammen mit dem Branchenverband der Institutionen für Menschen mit Behinderung INSOS Schweiz. Über 100 Produkte aus 50 sozialen Institutionen der Schweiz wurden eingereicht und von einer fachkundigen Jury bewertet.

Jeden Tag entstehen in der Schweiz mit Hilfe von über 30 000 Menschen mit Beeinträchtigungen eine grosse Vielfalt an qualitativ hochwertigen Produkten, die Aufmerksamkeit verdienen.

Um ein Produkt bis zur Marktreife zu entwickeln, genügt nicht nur eine gute Idee – nebst einem ansprechenden Design müssen auch Lösungen für Fertigung, Verpackung und Vertrieb gefunden werden.

Eine Herausforderung, der sich auch die Werkstätten Bern immer wieder stellen.

Medienmitteilung Stiftung Salvo/Socialstore.ch

Mathias Läng, Leiter der Werkstätten Bern, nahm an der Veranstaltung stellvertretend für alle Mitarbeitenden der Holzwerkstatt den Preis entgegen. Wir freuen uns riesig über diesen Erfolg und gratulieren herzlich!

Lernen Sie unsere und andere Produkte aus sozialen Institutionen der Schweiz kennen und schauen Sie bei uns im einLaden an der Rathausgasse 70, oder online via www.einladen.be vorbei.

Wir freuen uns auf Sie!

Sibylle Müller
Leiterin Marketing Werkstätten Bern



Ein Preis für grosses Engagement im Bereich Autismus



Matthias Huber ist als Psychologe an der Universitätsklinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie und Psychotherapie der UPD im ambulanten Spezialbereich Autismus tätig und selbst vom Asperger-Syndrom betroffen.

Anfang Dezember erhielt er am 2. Nationalen Autismus-Kongress im Kursaal Bern den «Autism Engagement Award» überreicht, zusammen mit drei weiteren Personen, die lange und viel im Bereich Autismus gewirkt haben.

Die Laudatio für Matthias Huber sprach Dr. med. Maria Asperger Felder, die Tochter des Erstbeschreibers des später nach ihm benannten Syndroms.

Autism Engagement Award

Die Idee entstand bei der Planung des 1. Nationalen Autismus Kongresses im Jahr 2018. Viele Leute in der Schweiz machen einen tollen Job und ihr Einsatz geht weit über das «Normale» hinaus. Dem wollte man Rechnung tragen und einen Preis schaffen, der aussergewöhnliche Leistung auszeichnet. Die Definition der Auszeichnung wird für jeden Kongress neu festgelegt, ebenso die Anzahl ausgezeichnete Personen. Der Preis wird alle drei Jahre am Autismus Kongress verliehen.

Regula Buehler
Geschäftsleiterin Autismus deutsche Schweiz



Präzisionsmedizin für die Psychiatrie

Das diesjährige Herbstsymposium fand zur Freude der Anwesenden wieder auf dem verschneiten Gurten vor Ort statt. Corona und anderes verursachten jedoch auch hier unerwartete Folgen und Massnahmen: Prof. Dr. med. Daniela Hubl übernahm kurzfristig die Begrüssung und Moderation, ein Referat musste abgesagt werden und dasjenige von Prof. Dr. med. Undine Lang wurde via zoom übertragen. Zudem kamen trotz vieler Anmeldungen etliche Teilnehmende nicht. Die anwesenden Sponsoren nahmen es zum Glück gelassen, da sie diese Situation bereits mehrfach erlebt hatten. Die Referate waren dafür alle sehr hochkarätig und äusserst gehaltvoll, so dass sich interessante Diskussionen ergaben und wir insgesamt auf einen sehr gelungenen Anlass zurückblicken dürfen.

Das diesjährige Thema widmete sich einer neuen Entwicklung in der Medizin: die Präzisionsmedizin. Was ist damit gemeint? Darauf gab Prof. Dr. med. Katharina Stegmayer, Leitende Ärztin an der Universitätsklinik für Psychiatrie und Psychotherapie der UPD Antworten. Als Definition zitierte sie: «Präzisionsmedizin priorisiert die Individualisierung der Behandlung und fokussiert auf einzigartige Charakteristiken eines bestimmten Patienten/einer bestimmten Patientin».

Diese Formulierung umfasst deutlich mehr als die bekannte personalisierte Medizin. Die Präzisionsmedizin inkludiert auch individuelle Merkmale wie zum Beispiel genetische Prädispositionen, Umweltfaktoren oder Lebensstil in Diagnostik und Behandlung. So können bestehende Therapien «massgeschneidert» werden, um optimal zu behandeln und gleichzeitig Nebenwirkungen und Kosten zu mindern. In der Psychiatrie streicht sie das «deep phenotyping» hervor. Doch auch kritische Fragen werden aufgeworfen: Der Wandel der Arzt-Patienten-Beziehung und das Konzept des mündigen Patienten verlangten mehr Gespräch anstatt weniger. Die Fallpauschalen, das damit einhergehende Kostendiktat, eine Beschleunigung der Abläufe sowie Leitlinien beeinträchtigten die Individualität der Ärztinnen und Ärzte.

Prof. Dr. med. Undine Lang, Direktorin der Universitätsklinik für Psychiatrie und Psychotherapie Basel, sprach über die Rolle der Hirn-Darm-Achse bei Depressionen. Die Forschung betreffend den Zusammenhang von Depression und Ernährung stehe erst am Anfang, obwohl das Mikrobiom, also die Gesamtheit aller Mikroorganismen in einem Menschen, die Wissenschaft bereits seit Jahren massiv interessiere. Im menschlichen Ökosystem gebe es 100 000 Milliarden Bakterien, die uns am Leben erhalten und unsere Gesundheit steu-



ern würden. 95 Prozent davon hätten eine positive Wirkung auf unsere Gesundheit. Der Darm sei eine Art Sinnesorgan. Auch befinde sich im Darm dadurch das grösste Immunsystem des Körpers. Ein vielseitiges «Ökosystem» sei für die Gesundheit besser als ein einseitiges.

Über computerbasierte Verfahren zur präzisen Diagnostik und Therapie von neurodegenerativen Erkrankungen sprach Prof. Dr. med. Stefan Klöppel, Direktor der Universitätsklinik für Alterspsychiatrie und Psychotherapie der UPD. Man komme im Bereich der Alterspsychiatrie sukzessive weg von einer rigiden Behandlung von Diagnosen hin zu stärkerer Konzentration auf das Funktionsniveau der Patientinnen und Patienten. Man wolle Verbesserungen im Alltag sehen. Nach individueller Bestimmung bereits gut gesicherter Daten (z. B. Biomarker) werden darauf basierend individuelle Computerprogramme zusammengestellt, mit denen die Patientinnen und Patienten zu Hause trainieren können.

Diese Thematik untersucht er mit seiner Forschungsgruppe. In einer Studie zeigte sich, dass sich die aktive Gruppe und die kognitive Trainingsgruppe im Funktionsniveau im Vergleich zur Kontrollgruppe verbessert haben, wobei die aktive Gruppe sogar noch etwas stärker. Zur Präzisionsmedizin in der Langzeitpflege stellte Prof. Klöppel den Einsatz von Robotern vor und folgerte, dass diese zwar kein Ersatz für menschliche Beziehungen und Wärme seien, aber eine sinnvolle Ergänzung. Positive Effekte seien unter anderem ein Rückgang von Medikamentenverbrauch, Verbesserung der Stimmung und des Stresslevels.

Zur tiefen Hirnstimulation (Deep Brain Stimulation, DBS) als Präzisionsmedizin bei Bewegungsstörungen sprach eindrücklich der Neurologe Prof. Dr. med. Paul Krack, Chefarzt am Inselspital und Leiter des Zentrums für Parkinson und Bewegungsstörungen. An mehreren Beispielvideos zeigte er die frappanten Verbesserungen bei Parkinson. Der Tremor (Zittern) und die Dyskinesien (Störungen des physiologischen Bewegungsablaufs) konnten markant verbessert werden, wenn die im Hirn äusserst präzise implantierten Elektroden stimuliert wurden. Auch Sprachstörungen, die Stimmung und Apathie konnten dadurch positiv beeinflusst werden, was die Lebensqualität massiv verbesserte. Interessanterweise zeigte sich, dass Patientinnen und Patienten, die auf L-Dopa

gut ansprechen, auch gute Ergebnisse bei der tiefen Hirnstimulation aufweisen. Zusammen mit der Abteilung von Prof. Dr. med. Sebastian Walther von der UPD behandeln sie auch therapieresistente Depressionen erfolgreich mittels DBS, was ebenfalls in einem Video demonstriert wurde. So begann die zuvor depressive Patientin direkt und sofort bei der Operation zu lächeln – erstmals nach Monaten wieder! Im Unterschied zu Parkinson gibt es bei Depressionen noch keinen Marker, der vorhersagt, bei wem die Therapie erfolgsversprechend ist.

Prof. Dr. phil. Thomas Berger, der Ordinarius für klinische Psychologie an der Universität Bern, stellte unter dem Titel Präzisionsbehandlungen in seinem Bereich das wachsende Feld von internetbasierten Interventionen wie Apps kritisch vor. In der Psychotherapie wird die Individualisierung auf Basis der Intuition, von Konzepten und Theorien, von aggregierter Evidenz und Einzelfalldaten erreicht. So wurde zum Beispiel die Vorhersage des Therapieerfolgs durch Therapeutinnen und Therapeuten nach drei Sitzungen in einer Untersuchung jedoch massiv überschätzt. Die Personalisierung der Inhalte von Apps kann über die Selektion von Behandlungskomponenten für individuelle Patientinnen und Patienten erfolgen. In einer Untersuchung, die im Lancet 2021 publiziert wurde, stellte die Forschungsgruppe von Prof. Berger bezüglich Depression fest, welche Behandlungskomponenten wirken: Dabei waren Verhaltensaktivierungen besonders hilfreich, Entspannungsübungen sogar schädlich. Die Personalisierung der persönlichen Unterstützung bei Apps kann man sich wie folgt vorstellen: Wenn die Behandlung gut läuft und es nicht viel zu klären gibt, kann der Therapeut eine Patientin auch nach fünf Minuten wieder nach Hause schicken – anstatt planmässige 50 Minuten-Sitzungen durchzuführen. Mit den eingesparten 45 Minuten kann er sich dann zusätzlich schwierigen Patientinnen und Patienten widmen. Genau so wird das bei Apps genutzt. Entscheidend und unbestritten ist nach wie vor, dass hin und wieder ein menschlicher Kontakt dabei ist. Dadurch sind die Apps besonders hilfreich und ähnlich wirksam wie eine deutlich länger dauernde Psychotherapie.

Lic. phil. Daniela Krneta
Stabschefin Universitätsklinik für Psychiatrie und Psychotherapie



3 Sterne für das Zentrum Psychiatrische Rehabilitation

Die European Foundation for Quality Management (EFQM) hat das Zentrum Psychiatrische Rehabilitation ZPR mit der «3 Sterne Anerkennung für Excellence» ausgezeichnet. Damit erreicht das ZPR als einzige Institution dieser Art im Kanton Bern die 3-Sterne-Qualität.

Besonders positiv aufgefallen ist den Prüfenden die gelebte und gesteuerte Dialogkultur, welche systematisch in allen Bereichen und zwischen allen Akteuren (Mitarbeitende, Nutzende, Kunden) gelebt wird. Wann immer möglich werden zudem Peers beigezogen. Ziel dieser Zusammenarbeit ist es, die Sicht der Betroffenen einzubringen, was eine stetige Prüfung und Verbesserung der Angebote erlaubt. Als Folge dieses Einbezugs werden auch die Handlungen und Prozesse noch besser auf die Nutzenden ausgerichtet und ständig optimiert.

Aber auch die Supportinstrumente aus den Human Resources und den finanziellen Unterstützungseinheiten werden im ZPR laut den Prüfenden vorbildlich abgelegt, regelmässig geprüft und bei Bedarf weiterentwickelt.

Besonders aufgefallen ist zudem die grosse Bedeutung, welche die Mitarbeitenden des ZPR dem Datenschutz sowie der Daten- und Informationssicherheit beimessen.

Der Verwaltungsrat und die Geschäftsleitung gratulieren den Mitarbeitenden und Nutzenden des ZPR zu dieser Auszeichnung und halten fest «Die Inklusion ist – neben dem Wissen und der psychiatrischen Versorgung – unser dritt wichtigstes Standbein. Wir sind stolz, dass unser langjähriges Engagement und unsere fachliche Kompetenz auch von einer unabhängigen Prüfstelle für Gut befunden wurde».

Klar ist, dass sich sowohl die UPD als auch einzelne Bereiche der UPD weiterhin den strengen EFQM-Zertifizierungsprüfungen aussetzen wollen und werden. Unser Ziel ist es, die 2018 erhaltene Rezertifizierung mindestens zu halten oder uns auf 4 Sterne zu steigern.

Marion Ebinger
Leiterin Marketing und Kommunikation

Veranstaltungen



Nächste Sendungen:

Mittwoch, 29. Dezember 2021

17:00–18:00 Uhr

(Wiederholung Sonntag, 9.1., 17:00–18:00 Uhr)

Mittwoch, 26. Januar, 17:00–18:00 Uhr

(Wiederholung Sonntag, 6.2., 17:00–18:00 Uhr)

Radio loco-motivo

Verrücktes Radio mit Seele: Menschen mit und ohne Psychiatrieerfahrung machen gemeinsam Radio rund ums Thema Psychiatrie, um ihre Anliegen an eine breite Öffentlichkeit zu tragen.

Radio loco-motivo sendet auf Radio Bern RaBe 95.6 MHz. Sendung verpasst? Kein Problem. Jederzeit nachzuhören auf www.radiolocomotivo.ch



Freitag, 25. Februar und
Samstag, 26. Februar 2022
Online-Kurs

Einführung in die Kognitive Verhaltenstherapie der Insomnie (KVT-I)

Der Online-Kurs wird durch Expertinnen und Experten im Bereich der Insomniebehandlung gestaltet und zielt darauf ab, praxisnah Grundlagenfertigkeiten von KVT-I zu vermitteln.



31. März 2022 bis 30. April 2023

Zertifikatslehrgang in motivierender Gesprächsführung 2022–2023

Der Lehrgang wird interprofessionell angeboten und richtet sich an Fachleute verschiedenster Berufsgruppen im Sozial- und Gesundheitswesen.

Weitere Informationen finden Sie im Veranstaltungskalender auf www.upd.ch/veranstaltungen



Dienstjubiläen Dezember 2021

10 Jahre

Franziska Irene Gabaglio

Daniel Fisler

Rahel Gerber

Isabelle Madl

10

15 Jahre

Sandra Carrabetta

15

20 Jahre

Simon Röthlisberger

20

30 Jahre

Jacqueline Sieber

30

35 Jahre

Vicente Rodriguez Fidalgo

Ursula Lichtensteiger Hohl

35

IMPRESSUM

Herausgeberin: Universitäre Psychiatrische Dienste Bern (UPD)
Gestaltung: tasty graphics gmbh

Die nächste Ausgabe des UPD-Newsletters erscheint im Januar 2022. Texte und Bilder schicken Sie bitte bis am 20. Januar an: mike.sutter@upd.ch