Gesundheitliche Vorausplanung (GVP): *Das iplan START Gespräch*

Für einen gelungenen Einstieg in das Gespräch ist es sinnvoll, für sich vorher folgende Fragen zu beantworten:

- Wie gut kennen wir uns? Habe ich alle für mir wichtigen Informationen um ein solches Gespräch zu führen?
- Wie geht es mir heute? Wie sieht mein Stresslevel aus? Zeit? Nicht vergessen: wir führen das Gespräch als **Expert:innen - Meeting**

Bereich	Hauptfragen	Gesprächshilfen
Einstieg		» Klärung, wie gut wir uns gegenseitig kennen/ sich vorstellen, dann: «Was ist Ihr wichtigstes Anliegen an unser heutiges Gespräch? Welche Fragen möchten Sie nach diesem Gespräch beantwortet oder zumindest besprochen haben?»
Prognose einschätzen 	Entwicklung der Krankheit? Wäre ich überrascht, wenn…?	» Einschätzung Patient:in (Fokus *illness*): «Wie erleben Sie den Verlauf Ihrer Erkrankung, insbesondere Ihrer Kräfte/Energie in den letzten Tagen/ Wochen? » Einschätzung Fachperson (Fokus *disease*): Darf ich mit Ihnen meine Einschätzung zum bisherigen Verlauf Ihrer Erkrankung teilen? » Bereitschaft für die 'doppelte Planung' ansprechen: «Haben Sie sich/ gemeinsam mit Angehörigen schon Gedanken gemacht, ob es hilfreich wäre, für die Zukunft auch einen Plan B zu machen für den Fall, dass sich Ihre Kräfte weiter verändern/ verschlechtern würden?» (das Erleben ansprechen).
Lebensqualität erfassen 	Was ist für P. wichtig? Was belastet? Was hilft?	» Aktuelle Situation: «Wie geht es Ihnen jetzt gerade?» » Sorgen- und Ressourcen: «Wie wirkt sich die Erkrankung aktuell auf Ihren Alltag aus? Kam es zu Komplikationen, Notfällen, Einschränkungen? Was sind im Hinblick auf Ihren zukünftigen Gesundheitszustand Ihre Gedanken, Ihre grössten Ängste und Sorgen? Aber auch: «Was geht (noch/weiterhin) gut, was hilft und gibt Ihnen Kraft?» » Sorgenbarometer anhand von SENS (www.sens-plan.ch): **S**(ymptome) > Machen körperliche Symptome Sorgen? Wenn ja, welche? Psychische Symptome inkl. Unruhe/Angst/Schlafstörung? Soziale Veränderungen: Einschränkungen (bspw. Betreuung der Enkelkinder kaum mehr möglich)? **E**(ntscheide) > Ziele: Was macht aktuell Ihr Leben (trotz der Einschränkungen) lebenswert? Welche Ziele/ Wünsche/ Anliegen sind Ihnen wichtig, auch wenn die Erkrankung fortschreitet? Was müssten medizinische Massnahmen/ Therapien konkret in Ihrem Alltag verbessern, damit Sie dazu ja sagen könnten? Weiss Ihre Familie über Ihre Prioritäten/ Wünsche Bescheid? **N**(etzwerk) > Wie leben Sie zuhause? Wer kann Sie, auch bei Komplikationen oder Schwierigkeiten unterstützen? Privat? Professionell? Wer ist Ihre wichtigste Bezugsperson, die auch Entscheidungen für Sie oder mit Ihnen treffen kann? **S**(upport für Umfeld) > Um wen machen Sie sich Sorgen und wer ist zur Unterstützung für diese Person(en) da?
Aktionsplan besprechen 	Wie geht es weiter? Was kann und soll geplant werden?	» Zusammenfassung: Darf ich kurz zusammenfassen, was ich bisher aus unserem Gespräch verstanden habe? Sie haben geäussert, dass Ihnen (…) als Ziel wichtig ist, und dass Ihnen XY hauptsächlich Sorgen macht. Habe ich das richtig verstanden? *» Abgleich Erwartungen mit Prognose aus medizinischer Perspektive: Aus meiner Sicht ist dies realistisch/ leider eher unrealistisch / unter folgenden Bedingungen eventuell möglich (Anpassung diskutieren!) *» Weiteres Vorgehen: Perspektive Patient:in (Illness): Was wären aus Ihrer Sicht die nächsten Schritte? Perspektive Medizin (Disease): Aus meiner Sicht wäre XY sinnvoll; Plan A ('Schönwetter'), Plan B ('Schlechtwetter'). Wer von Ihrem Umfeld sollte einbezogen werden in die weitere Planung? *» Aktionsplan gemäss den SENS Bereichen priorisieren und durchsprechen/ definieren. Insbesondere **Notfallplan** konkretisieren: was machen Sie, wenn nachts um 2 Uhr Komplikation/ Symptom XY auftritt? *ärztliche Gesprächsführung
Netzwerk informieren 	Wer ist zuständig wofür? Wer muss informiert werden?	» Einbezug Umfeld: Wer aus Ihrem Umfeld sollte in die weitere Planung einbezogen werden? Wäre allenfalls eine gemeinsame Besprechung (z. B. mittels einem sogenannten Runden Tisch) hilfreich? Information Hausärztin/ Hausarzt? Spitex? Andere? » Einbezug Palliativnetz: «wären Sie einverstanden, wenn ich die Kolleg:innen vom Palliativ-Team aktiviere für eine Detailplanung?» » Aufgaben/ Verantwortlichkeiten klären: Wen aus Ihrem Umfeld werden Sie informieren? Wen soll ich als Fachperson informieren? » Dokumente: braucht es eine (aktualisierte) Patientenverfügung? Einen Notfallplan? Wer macht das wann mit Ihnen? Das Palliativ-Team?
Abschluss		» Haben Sie das Gefühl, ich habe Sie einigermassen gehört und verstanden? » Wurden alle Ihre Anliegen besprochen? Möchten Sie im Moment noch etwas besprechen? Haben Sie noch Fragen? » Weitere Absprachen machen, evt. neuen Termin planen um Themen XY zu besprechen
Quellen:	Serious Illness Conversation Guide - www.ariadnelabs.org, Vitaltalk - www.vitaltalk.org, AO-Modell - doccom.iml.unibe.ch, iplan/SENS – www.iplan-care.ch, Disease-Illness Modell Levenstein et al. 1986; Icons: ChatGPT,13.08.25 / V1.0 15.8.25	