

Hausarztpraxis

METZ & BALZER

Nachhaltigkeits- konzept für das Qualitätssiegel Nachhaltige Praxis

Hausarztpraxis Metz und Balzer

Dürener Str. 154-158

50931 Köln



Inhaltsverzeichnis

1 Energiemanagement.....	3
1.1 Ziele.....	3
1.2 Maßnahmen.....	3
1.3 Ergebnisse.....	3
2 Mobilität.....	4
2.1 Ziele.....	4
2.2 Maßnahmen.....	4
2.3 Ergebnisse.....	4
3 Abfallmanagement.....	4
3.1 Ziele.....	4
3.2 Maßnahmen.....	5
3.3 Ergebnisse.....	5
4 Arzneimittel.....	6
4.1 Ziele.....	6
4.2 Maßnahmen.....	6
4.3 Ergebnisse.....	7
5 Patienteninformati on und -beratung.....	7
5.1 Ziele.....	7
5.2 Maßnahmen.....	7
5.3 Ergebnisse.....	7
6 Hitzeschutzplan.....	7
6.1 Ziele.....	7
6.2 Maßnahmen.....	7
6.3 Ergebnisse.....	8
7 Arbeitsbedingungen.....	8
7.1 Ziele.....	8
7.2 Maßnahmen.....	8
7.3 Ergebnisse.....	8

Unser Nachhaltigkeitskonzept zielt darauf ab, ökologische, ökonomische und soziale Ziele in Einklang zu bringen. Dies ist der Grundgedanke fast aller neueren Bestrebungen für eine klima-, umwelt- und menschenfreundliche Ausrichtung unseres Wirtschaftens.

Zu den folgenden Handlungsfeldern haben wir Maßnahmen geplant.

1 Energiemanagement

1.1 Ziele

- Reduktion von Treibhausgasemissionen durch das ganze Praxisteam.
- Jährliche CO2 Bilanzierung unter Einbeziehung von Stromverbrauch, Wärme- und Wasserverbrauch mit <https://ecockpit.de>
- weitere Bilanzierung der Verbrauchsmaterialien anhand der Steuerdaten
- Dämmung bzw. Abdichtung der Fenster von innen
- Vermieter auf nachhaltige Wärmeenergie und Außendämmung hinweisen

1.2 Maßnahmen

- 100% Ökostrom über Naturstrom
- Wärme – Gasheizung, wenig Chance auf Wechsel auf nachhaltige Wärmeenergie seitens des Vermieters. Konzept zum rationalen Heizen: Heizungsthermostat in Kälteperioden auf 2-moderates Niveau z.B. max. 3 stellen, abends auf 1 (-2) runter drehen, in geschlossenen Räumen ggf ausstellen. Stoßlüften morgens und mittags
- 100% energiesparende LED-Beleuchtung
- Berücksichtigung der Energieeffizienz bei Neuanschaffung
- Handlungsempfehlung: Beleuchtung wird in der Mittagspause und nach Ende der Sprechstunde auf ein Minimum reduziert, beim Verlassen der Praxis ausgeschaltet und Geräte werden ausgeschaltet auch Monitore, Schredder, Scanner// Praxisserver bleibt an
- ggf. Berechnung Energieeffizienzklasse des Gebäudes: <https://www.effizienzhaus-online.de/energieeffizienzklasse/> Weitergehende Informationen vom BMWK: <https://www.bmwk.de/Redaktion/DE/Dossier/energiewende-im-gebaeudebereich.html>

1.3 Ergebnisse

- Da die Praxis seit Gründung 2020 bereits klimasensibel ausgerichtet ist, wurde bisher schon eine deutliche Reduktion der Verbrauchsdaten zum jeweiligen Vorjahresniveau erreicht
- bzgl. Wärme lässt sich vorerst nur der Verbrauch reduzieren und optimieren, eine Innendämmung der Fenster steht aus
- Umstellung auf reinen Ökostrom und LED Beleuchtung, wassersparende Armaturen sowie möglichst energieeffiziente Geräte sowie Akkus statt Batterien bereits seit Praxisgründung und teils davor

2 Mobilität

2.1 Ziele

- Reduktion von Treibhausgasemissionen durch individuelle Mobilität von Mitarbeitenden und PatientInnen unter Verzicht individueller Motorisierung (sog. MIV – motorisierter Individualverkehr), Nutzung und Betonung von Co-Benefits durch Bewegung und Vermeidung von Emissionen im MIV
- PatientInnen zur Anreise per ÖPNV, zu Fuß oder Fahrrad motivieren
- Videosprechstunde/ Telefonsprechstunden, um PatientInnen-Kontakte insbesondere in der Infektionsprechstunde oder als Mehrfachkontakte zu reduzieren, telefonische AU bei banalen Infekten

2.2 Maßnahmen

- Jobticket (wird zu 100% vom Arbeitgeber übernommen) für alle PraxismitarbeiterInnen, Praxisinhaberinnen kommen mit dem Rad
- Praxis ist barrierefrei erreichbar
- Hausbesuche zu Fuß oder per Fahrrad
- Auf der Website wird die Anbindung an den ÖPNV erklärt und beworben
- Es gibt Fahrradstellplätze auf der Straße, keine Überdachung, aber Anschließmöglichkeit, eigene Fahrradparkplätze sind als MieterIn im urbanen Umfeld nicht möglich
- Es gibt einen Parkplatz für PatientInnen, der wird aber nicht beworben
- Reisen zu Fortbildungen in der Regel mit der Bahn
- Tägliche Telefonsprechstunde von zwei Ärztinnen zur Reduktion der praxisinternen PatientInnenkontakte, Angebot von Videosprechstunden

2.3 Ergebnisse

- Überwiegend gelingt eine MIV – freie Mobilität, insbesondere der Mitarbeitenden sowie der praxisnahen PatientInnen, die Innenstadtlage begünstigt natürlich diese Bedingungen
- Aufklärung zu Co-Benefits Klima und Gesundheit per Informationsmaterial der KlimaDocs e.V. und KLUG e.V., in klimasensibler Gesundheitsberatung sowie auf der Website

3 Abfallmanagement

3.1 Ziele

- Verbrauchsgüter optimal nutzen, Müll minimieren, Müll trennen: reduce, reuse, recycle als Konzept zur nachhaltigen Materialnutzung
- Recycling von Wertstoffen und Papier sowie Glas

- Maßnahmen bei Kauf und Neuanschaffung von Verbrauchsgütern:
 - Wo können Materialien und somit Ressourcen eingespart werden?
 - Welche Materialien können in nachhaltige produzierte Materialien ausgetauscht werden?
 - Gibt es beispielsweise regionale Anbieter, um z. B. lange Transportwege zu vermeiden?
 - An welchen Stellen können digitale Technologien helfen, Abfall zu vermeiden?

3.2 Maßnahmen

- Reuse:
 - Mehrweg statt Einweg
 - Wasser aus Glasflaschen und aus Deutschland, Transportwege reduzieren, Leitungswasser schmeckt nicht allen, wird für Tee und Kaffee verwendet
- Reduce:
 - PrimeBag (R) Desinfektionsspender und Seifenspender mit Vakuumsystem zur Reduktion von Plastikmüll und hygienischeren Verwendung mit Vermeidung von Entsorgung nach gewisser Öffnungszeit der Spender
 - Liegenpapier aus recycling Papier, sparsamer Verbrauch, immer nur eine Lage verwerfen.
 - Sparsamer Gebrauch von Kompressen, Tupfern, Pflaster
 - Impfen: keine Handschuhe nutzen, ein Pflaster ist nicht notwendig, wenn es nicht sofort nachblutet (KRINKO Empfehlung)
 - Papierlose Praxis, zuletzt wurden die Laborausdrucke abgeschafft, PatientInnenbefund wird auf Wunsch auf Recyclingpapier ausgedruckt (Siegel: blauer Engel); Datenschutzeinwilligungen sind laminiert und werden gescannt und wiederverwendet. Digitalisierung eAU, eRezept reduzieren Papierausdrucke, Faxe digital versenden.
 - Es sind Wasserspareinrichtungen an Wasserhähnen und WCs vorhanden
 - Unnötige Werbung, Papier wird abbestellt, die Praxis empfängt keine PharmareferentInnen, nimmt keine Proben entgegen
 - Pappbecher statt Plastikbecher, sparsamer Gebrauch
 - Büromaterialien werden über einen in Deutschland ansässigen Versandhandel für nachhaltige Produkte erworben, Lastenradanlieferung
 - Duplexdruckeinstellung, Überdenken von Ausdrucken
- Recycle:
 - Wertstoffe
 - Papier
 - Glas
 - Abfallbehälter zur Mülltrennung in allen Räumen
- Arzneimittel werden über den Restmüll entsorgt

3.3 Ergebnisse

- Nicht immer lässt sich die Recyclingkette nachverfolgen, bsp. hält der Vermieter seit geraumer Zeit keine Wertstoffentsorgung bereit
- Alternativen für Liegenpapier und plastikintensive Umverpackung insbesondere beim Impfen sind zu erwarten
- bisher gute Teamarbeit bei reduce, reuse, recycle erreicht

4 Arzneimittel

4.1 Ziele

- Arzneimittel und Verordnungen, bzw. Beauftragung beispielsweise radiologischer Leistungen stellen einen großen Anteil von Treibhausgasemissionen einer Praxis dar. Arzneimittel sind einer Berechnung nach für 60% der THG-Emissionen verantwortlich. Wenn es medizinisch gleichwertige Alternativen gibt sollte auf emissionsärmere Produkte zurück gegriffen werden.
- Medikationsmanagement zur Vermeidung unnötiger Verordnungen oder Doppelverordnungen

4.2 Maßnahmen

- Klimabewußte Verordnung von Inhalativa, PVI statt DÄ, wenn durch die PatientIn gleichwertig anwendbar mit entsprechender Aufklärung
- PatientInnen haben einen bundeseinheitlichen Medikamentenplan (BEM) sobald sie eine Dauermedikation haben. PatientInnen werden mindestens einmal jährlich aufgefordert zum Therapie- und Arzneimittelcheck zu erscheinen. Nach Akutereignissen wird der BEM überarbeitet und geprüft.
- Maßnahmen zur Reduktion von Polypharmazie und Check von Wechselwirkungen über AMTS in der Praxissoftware
- keine Verordnung NSAR haltiger Externa, Hinweis auf Umweltschädlichkeit insbesondere diclofenac-haltiger Externa
- Medikationsmanagement:
 - wenn Therapieziele erreicht, Versuch der Reduktion der Arzneimitteltherapie, bsp. keine Senkung des HbA1c unter 6,5% sinnvoll
 - BEM, AMTS, hausärztliche Zusammenschau der externen fachärztlichen Medikation, Vermeidung von Über- Fehlverordnungen, Begrenzung der Therapiedauer im BEM vermerken, bsp. bei Protonenpumpeninhibitor (PPI) Therapie
 - Arzneimittelrezepte werden von den PatientInnen bestellt und - bis auf Ausnahmen – erst nach den Sprechstunden geprüft und ärztlich freigegeben. Keine Tür-und-Angel Rezepte ohne sorgfältige Prüfung.
 - Doppelter Arzneimittelcheck durch MFA und Ärztin, Medikamentenanforderungen außerhalb des BEM oder länger nicht verordnete Medikamente (Therapietreue?) werden explizit markiert/ besprochen.
 - Das Praxisverwaltungssystem liefert eine Reichweitenanalyse um Doppelverordnungen zu identifizieren.
 - Sick day Management bei SGLT2I als hand out
 - Dauertherapie mit PPI nur wenn mehrere Absetzversuche und Alternativen erfolglos.

- Kritische Verordnung von Antibiotika bei unkomplizierten oberen Atemwegsinfekten oder unkomplizierter Zystitis, ggf. als delayed prescribing
- Absetzen von „präventiven“ Medikamenten bei begrenzter Lebenszeitprognose

4.3 Ergebnisse

- Rationale Arzneimitteltherapie unter Berücksichtigung der Leitlinienempfehlungen wird umgesetzt

5 Patienteninformation und -beratung

5.1 Ziele

- HausärztInnen und MitarbeiterInnen sind MultiplikatorInnen in Bezug auf Kommunikation der Gesundheitsgefahren durch den Klimawandel und der Co-Benefits nachhaltiger Lebensstile und gleichzeitig klimaschützenden Verhaltens.

5.2 Maßnahmen

- Klimasensible Gesundheitsberatung anlassbezogen, Befähigung des gesamten Teams innerhalb von Teamsitzungen
- Hitzeaktionsplan, frühsummerlicher Medikamentencheck
- implizite klimarelevante Informationsbereitstellung durch print und web Materialien der KlimaDocs e.V. sowie KLUG e.V. und anderen Quellen für Klima und Gesundheit. Informationen auf der Website und in der Praxis. Klare Positionierung der Praxis.

5.3 Ergebnisse

- Vorhandene Bereitstellung von klimarelevanten Gesundheitsinformationen
- Klimasensible Gesundheitsberatung kann noch vom gesamten Team mehr berücksichtigt werden.

6 Hitzeschutzplan

6.1 Ziele

- Im Fall einer Hitzewelle Schutz von vulnerablen PatientInnen und Schutz der Mitarbeitenden bei Hitzebelastung.

6.2 Maßnahmen

- Aufklärung über die Gefahren von Hitze, frühsummerlicher Medikamentencheck
- Hitzeknigge kölnspezifisch, Plakat „11 Tipps bei Hitze“ im Sommer. Beratung zur Anmeldung Kölner Hitzetelefon
- Hitzeaktionsplan: das Team ist über DWD Warnapps informiert, wann eine Hitzewelle ansteht, vulnerable PatientInnen werden identifiziert und früh morgens oder abends einbestellt. Flag in der PVS für alleinlebende multimorbide HausbesuchspatientInnen.

- Die Praxis verfügt über Sonnenschutzfolien der Fenster und Ventilatoren sowie ein Lüftungskonzept bei Hitze.

6.3 Ergebnisse

- Hitzeaktionsplan vorhanden, expliziter Hitzeschutzplan muss noch erstellt werden

7 Arbeitsbedingungen

7.1 Ziele

- Das gesamte Praxisteam interagiert unbefangen und wohlwollend miteinander und arbeitet professionell und wirtschaftlich. Es soll Freude machen arbeiten zu kommen und alle unterstützen sich gegenseitig bei ihren Aufgaben. Überlastungen sollen rechtzeitig erkannt und reduziert werden. Regelmäßige Teammeetings thematisieren die Zufriedenheit im Team und Verbesserungsmöglichkeiten.

7.2 Maßnahmen

- Gerechte und transparente Arbeitsbedingungen, machbare Arbeitsverteilung, Befähigung innerhalb der Arbeitsbereiche sich gegenseitig zu vertreten und Aufgaben zu übernehmen. Übertarifliche Bezahlung und regelmäßige Boni
- monatliche Team-Meetings außerhalb von Urlaubszeiten
- jährliche MitarbeiterInnengespräche
- Positionierung der Praxis zur Nachhaltigkeit unter Einbeziehung ökologischer, ökonomischer und sozialer Ziele/ Maßnahmen
- regelmäßige Schulungen und Fortbildungen, (Teil-)Übernahme der Kosten durch den Betrieb möglich
- klare Verantwortlichkeiten und Qualitätsmanagement, Hygienepläne, Mitarbeiterführung, betriebsärztliche Betreuung
- Betriebsausflüge, Betriebsessen (und teils Praxisschließungen hierfür) zur Teambildung und für ein gutes Betriebsklima

7.3 Ergebnisse

- Sehr gutes Betriebsklima in kleinem Praxisteam mit gegenseitigem Vertrauen und Respekt, Möglichkeiten zur Veränderung und Weiterentwicklung, wirtschaftlicher Erfolg
- Krisenpläne könnten noch etabliert werden: Pandemie, Hitzedom, allerdings ist das Team auch eng vernetzt und es finden tägliche Kurzabstimmungen statt, so dass schnell auf kritische Situationen reagiert werden kann.