

Ergänzung der Beratung für Schwangere jetzt auch durch das Internet

Schweizer Premiere des europäischen Internetprojekts EUMOM

B. Holzgreve

Haben Sie auch schon die Situation erlebt, dass eine Patientin mit dem Ausdruck einer Internetseite in Ihre Sprechstunde kam und Ihre Meinung dazu hören wollte? Sind Sie auch schon einmal gefragt worden, welche der vielen «Gesundheitsportale» zuverlässige Patienteninformationen liefert? Die Wahrscheinlichkeit dafür wird in Zukunft sicher steigen, denn inzwischen gibt es im «world wide web» mehrere hundert auf medizinische Fragen spezialisierte Websites, davon mehr als ein Dutzend deutschsprachige, die sich mit Schwangerschaft und Geburt befassen. Häufig ist der Inhalt allerdings sehr fragwürdig, und vor allem nicht auf die gesundheitspolitischen Gegebenheiten in der Schweiz abgestimmt. Seit dem 26. Oktober 2001 können Sie nun aber mit www.eumom.com/ch eine Seite empfehlen, die von Frauenärzten und Hebammen geprüft und für zuverlässig eingestuft wurde. Während des jährlichen Fortbildungskongresses der Universitäts-Frauenklinik Basel wurde «die Seite für Schwangerschaft und Geburt» öffentlich vorgestellt und inzwischen mit der offiziellen Empfehlung der SGGG ausgezeichnet.

Die Anzahl der Internetbenutzer in der Schweiz steigt steil an. Etwa 30% der Bevölkerung ist schon online – davon mindestens die Hälfte Frauen. Und Frauen «surfen» anders als Männer, nämlich sachlich und ergebnisorientiert. Das Internet ist für sie ein Werkzeug, kein Spielzeug. Pragmatisch und professionell suchen sich gerade die jüngeren und technisch versierten Frauen auf dem schnellsten Wege die gewünschten Informationen zusammen. Das Internet als Hilfsmittel zur Informationsübertragung wird dabei auch für medizinische Fragen immer wichtiger. Alles, was früher z.B. das dicke Gesundheitslexikon oder andere Frauen in der Grossfamilie an Informationen lieferten, ist heute viel schneller und detaillierter im Internet zu finden.

Schwangerschaft und Geburt scheinen besonders beliebte Themen für Gesundheitsportale zu sein: Der Informationsbedarf ist gerade in dieser Lebensphase enorm gesteigert, denn neun Monate lang will man

alles besonders richtig machen, von der Ernährung bis zu den mehr oder weniger aufwendigen Untersuchungen, damit das – in den meisten Fällen erste und immer häufiger auch einzige – Kind gesund geboren wird. Schwangerschaft und Geburt sollen als möglichst angenehme Lebensphase in Erinnerung bleiben. So wird zunehmend häufiger zu allen Fragen auf diesem Gebiet und begleitend zu den Praxisbesuchen das Internet konsultiert. Der freie Internetzugang macht es möglich, dass Patienten mehr Verantwortung für ihre Gesundheit mit übernehmen können, was durchaus positiv ist, denn dadurch steigt die Compliance. Allerdings hängt dies wesentlich von der Qualität der verfügbaren Informationen ab. Und nach Expertenmeinung sind bis zu 80% der Gesundheitsinformationen im Internet unvollständig, medizinisch unzuverlässig, veraltet oder schlicht falsch.

Eumom.com wurde aus der Idee entwickelt, dass viele Standardfragen schon vor dem Praxisbesuch weitgehend beantwortet werden könnten und so in der Sprechstunde mehr Zeit für die Besprechung individueller Fragen und persönlicher Untersuchungen gewonnen wird. Das Internet steht also nicht in Konkurrenz zu unserer Tätigkeit in der Praxis, sondern unterstützt diese in sinnvoller Weise. Eumom.com zeigt z.B. die Möglichkeiten des Ultraschalls im Rahmen der Schwangerenvorsorge und verweist dann auf die fachärztliche Untersuchung. Die Schwangerenberatung per Internet von eumom.com ist von Frauenärzten unter Mitarbeit von Hebammen verfasst und von Experten internetgerecht gestaltet worden. Das erklärte Ziel war, statt über den vielen Unsinn im Internet nur zu klagen, lieber aktiv etwas qualitativ Hochwertiges entgegenzusetzen, was sowohl den Kollegen in der Praxis als auch den schwangeren Frauen wirklich hilft. Qualifizierte Kollegen und Kolleginnen aus den besten Universitätskliniken sowie aus der Praxis konnten auf internationaler Ebene für das Projekt gewonnen werden, die sich bei allen Inhalten den Prinzipien der «Evidence-based medicine», d.h. erwiesenen medizinischen Praktiken und höchsten ethischen Grundsätzen verpflichtet haben. Prof. Dr. Dr. Wolfgang Holzgreve steht als Herausgeber des gesamten europäischen Projekts (die irische Website gibt es bereits erfolgreich seit einem Jahr und die englische Website ist soeben gestartet worden). Weil Eumom.de eine unabhängige, ärztlich geprägte Initiative ist, wird im medizinischen Informationsteil keine Werbung eingeblendet.

Eumom.ch ist übersichtlich in mehrere Teile gegliedert. Die «Medizinischen Infos» bieten Wissenswertes zu allen Bereichen von Schwangerschaft, Geburt, Wochenbett und dem ersten Lebensjahr des Kindes.

– Standardfragen (z.B. nach Schwangerschaftsbeschwerden, Ernährungstips, Risiken und Komplikationen) werden zunächst allgemein beantwortet; durch Anklicken sogenannter Links, d.h. automatischer Verbindungen, kann sich die Benutzerin aber immer tiefer zu für sie relevanten Details vortasten. Die Schwangerschaftsvorsorgeuntersuchungen werden eingängig erklärt und be-

Korrespondenz:
Dr. med. Brigitte Holzgreve
Hirzbodenweg 82
CH-4052 Basel

- gründet. Aber auch weitergehende Untersuchungen und genetische Grundlagen werden erläutert. Kurz und mit einfachen Begriffen werden die wichtigsten Komplikationen in der Schwangerschaft angesprochen.
- Zum Thema Geburt wird sowohl auf die richtige Vorbereitung in Kursen, auf die ersten Anzeichen für den Geburtsbeginn (eine der wichtigsten Fragen jeder Erstgravida) als auch auf den Ablauf der normalen Klinikgeburt eingegangen. Verschiedene Methoden der Schmerzlinderung sind mit Vor- und Nachteilen erklärt, wobei durch Links zum nichtmedizinischen Ratgeberteil auch alternative Möglichkeiten der Schmerzlinderung abgerufen werden können. Auch Besonderheiten bei Risikoschwangerschaften und bei einer operativen Entbindung sind klar und übersichtlich dargestellt. Die körperlichen und seelischen Veränderungen im Wochenbett schliessen diesen Teil ab.
 - Im dritten medizinischen Teil («Ihr Baby») geht es vor allem um die Erstuntersuchungen des Kindes, von der Apgar-Beurteilung bis zu den kinderärztlichen Untersuchungen im ersten Lebensjahr und zu Impfungen. Von den kleinen Besonderheiten und möglichen Problemen gesunder Säuglinge bis hin zur Versorgung des unreifen oder kranken Neugeborenen auf der Intensivstation findet die junge Mutter Antworten auf eine Vielzahl von Fragen.

Als Besonderheit bietet eumom.ch allen Schwangeren, die sich kostenlos registrieren lassen (d.h. ihren errechneten Geburtstermin, gewünschten Benutzernamen und Passwort sowie eine E-Mail-Adresse angeben), eine «persönliche Seite», die sie durch jede Woche der Schwangerschaft begleitet. Sie gibt zeitlich relevante Informationen zu speziellen Untersuchungen und zur embryonalen/fetalen Entwicklung (einschliesslich vieler embryoskopischer/fetoskopischer Abbildungen zur Veranschaulichung sowie Ultraschallaufnahmen [auch 3D], die im Rahmen des sonographischen Screenings gewonnen wurden) und Links zu verschiedensten Bereichen der gesamten Website. Ein Newsletter, der per E-Mail in regelmäßigen Abständen an registrierte Benutzerinnen verschickt wird, sowie eine vorgeburtliche «Fotogalerie» sind in Vorbereitung.

Der journalistisch ansprechend gestaltete und sehr ausführliche nicht-medizinische Teil von www.eumom.com/ch umfasst schliesslich noch den «Ratgeber» mit vielen Tips zum Wohlfühlen während der Schwangerschaft und der Geburt, Informationen rund um das Stillen, Füttern und die Babypflege, Sexualität während und nach der Schwangerschaft und Wissenswertes rund um rechtliche und finanzielle Fragen in der Schwangerschaft. Der Bereich «Kind und Beruf» informiert über die Bestimmungen für Schwangere und junge Mütter am Arbeitsplatz sowie über wichtige Aspekte der Kinderbetreuung

und Karriereplanung. «Shopping» schliesslich gibt Ratschläge zum Kauf der Umstandskleidung über die Babyausstattung bis hin zum Kinderwagen und einer kindersicheren Einrichtung.

Dazu gibt es alle zwei Wochen eine Online-Umfrage, bei der man z.B. mitteilen kann, wie man zur vorgeburtlichen Diagnostik eingestellt ist, und auch sehen kann, wie andere Benutzer und Benutzerinnen abgestimmt haben. Eine eigene Rubrik mit über 200 häufig gestellten Fragen und der entsprechenden Expertenantwort ergänzt etwaige Lücken im Informationsteil. Fragen, die auch hier noch nicht beantwortet werden, können direkt an das EUMOM-Team gestellt werden; nach spätestens einer Woche steht

die Antwort dann auf der Website. Benutzerinnen mit akuten Problemen oder Fragen nach individueller Diagnostik und Therapie werden allerdings an die Praxis zurückverwiesen.

Insgesamt beinhaltet EUMOM weit über 1500 Seiten voller Informationen, Links zu anderen Websites und wichtigen Adressen.

Die Erstellung dieses ehrgeizigen Projektes zur Erleichterung der Praxistätigkeit wurde ursprünglich in Irland konzipiert. Beteiligt waren Dr. med. Joey Mason und Jim Kelleher und universitäre Frauenärzte wie die bekannten Professoren Nick Fisk und Sean Daly im englischsprachigen und Prof. Wolfgang Holzgreve im deutschsprachigen Raum.