

Zeitschrift: Physioactive
Herausgeber: Physioswiss / Schweizer Physiotherapie Verband
Band: 57 (2021)
Heft: 2

Rubrik: Kurzhinweise

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. [Voir Informations légales.](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. [See Legal notice.](#)

Download PDF: 14.03.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Kurzhinweise

■ Ein Rauchstopp verbessert die psychische Gesundheit

Die Symptome von Angsterkrankungen und Depressionen reduzieren sich bei Menschen, die seit mindestens sechs Wochen mit dem Rauchen aufgehört haben – im Vergleich zu Menschen, die weiter rauchen. Dies belegt eine kürzlich erschienene Cochrane Review. Sie fasste die Resultate aus 102 Studien mit fast 170 000 TeilnehmerInnen zusammen.

Der Tabakstopp war assoziiert mit tieferen Werten bei Ängstlichkeit, Depression und Stress. Bei den neuen NichtraucherInnen traten auch weniger neue psychische Krankheitssymptome auf als bei den RaucherInnen. Die psychologische Lebensqualität verbesserte sich, die soziale Lebensqualität blieb gleich. Diese Erkenntnisse sind umso bedeutender, da viele RaucherInnen befürchten, ohne die Zigarette gestresster zu sein und dass ihr Sozialleben vom Rauchstopp beeinträchtigt würde.

Fazit: Die Tabakentwöhnung verbessert nicht nur die physische Gesundheit, sondern wirkt sich auch psychisch positiv aus. (bc)

Taylor GMJ et al. Smoking cessation for improving mental health. Cochrane Database of Systematic Reviews 2021, Issue 3. Art. No.: CD013522.

■ Informationen zu Covid-19 in 22 Sprachen

Die European Lung Foundation hat eine Patientenbroschüre zu Covid-19 erstellt. Das «Factsheet» beantwortet unter anderem die Frage, wie eine Lungenerkrankung das Risiko beeinflusst, schwer an Covid-19 zu erkranken. Insbesondere liefert die Broschüre jedoch gut verständliche Informationen über das Virus, die typischen Symptome, Risikofaktoren und unterschiedliche Krankheitsverläufe. Ausserdem gibt sie Hinweise, was bei einer Infektion zur Symptomlinderung und Verhinderung von Folgeansteckungen zu tun ist – dies alles ist nicht nur für PatientInnen mit Lungenerkrankungen interessant. Die 13-seitige Broschüre ist in 22 Sprachen im Download erhältlich. (bc)

European Lung Foundation: Covid-19 Factsheet. January 2021. www.europeanlung.org/en/covid-19/covid-19-information-and-resources/covid-19-factsheet

■ Der Assistenzbeitrag steigert die Lebensqualität von Menschen mit Behinderungen markant

Die Schweiz führte vor neun Jahren den Assistenzbeitrag für Menschen mit Behinderungen ein. Damit kann, wer im Alltag auf Hilfe angewiesen ist, sich diese Hilfe selbst organisieren und AssistentInnen anstellen. Im Jahr 2019 machten über 3600 Personen davon Gebrauch. Dies entspricht 7,1 Prozent der Personen, die eine Hilfslosenentschädigung der IV beziehen. Die Rate wächst seit Einführung des Assistenzbeitrags linear. Dies geht aus dem Schlussbericht Evaluation Assistenzbeitrag hervor.

Die wichtigsten Resultate: Die Lebensqualität steigt mit dem Assistenzbeitrag stark an. Das Leben kann selbstständiger

En bref

■ L'arrêt du tabac améliore la santé mentale

Les personnes qui ont arrêté de fumer depuis au moins six semaines voient se réduire les symptômes de troubles anxieux et de dépression – par rapport aux personnes qui continuent à fumer. C'est ce que prouve une récente revue Cochrane, qui résume les résultats de 102 études impliquant près de 170 000 participant·es.

Le sevrage tabagique était associé à des niveaux plus faibles d'anxiété, de dépression et de stress. Les personnes qui ont cessé de fumer présentaient aussi moins de nouveaux symptômes de troubles psychiques que les fumeur·euses. La qualité de vie psychologique s'est améliorée, tandis que la qualité de vie sociale est restée la même. Ces résultats sont d'autant plus significatifs que de nombreux·euses fumeur·euses craignent d'être plus stressé·es sans la cigarette et de voir leur vie sociale affectée par l'arrêt du tabac.

Conclusion: l'arrêt du tabac améliore non seulement la santé physique, mais a également un impact psychologique positif. (bc)

Taylor GMJ et al. Smoking cessation for improving mental health. Cochrane Database of Systematic Reviews 2021, Issue 3. Art. No.: CD013522

■ Informations sur la Covid-19 en 22 langues

L'European Lung Foundation a publié une fiche d'information sur la Covid-19 à l'attention des patient·es. La fiche répond notamment à la question de savoir dans quelle mesure le fait d'être atteint·e d'une maladie pulmonaire affecte le risque de contracter la Covid-19 sous une forme sévère. Mais la brochure fournit surtout des informations claires sur le virus, les symptômes typiques, les facteurs de risque et les différentes évolutions de la maladie. Elle donne également des conseils sur ce qu'il faut faire en cas d'infection pour soulager les symptômes et prévenir les infections secondaires, ce qui n'intéresse pas seulement les patient·es atteint·es de maladies pulmonaires. Le feuillet de 13 pages peut être téléchargé en 22 langues. (bc)

European Lung Foundation: Fiche d'information Covid-19. Janvier 2021. www.europeanlung.org/en/covid-19/covid-19-information-and-resources/covid-19-factsheet

■ La contribution d'assistance améliore nettement la qualité de vie des personnes en situation de handicap

La Suisse a introduit la contribution d'assistance pour les personnes en situation de handicap voici neuf ans. Cette prestation permet à toute personne qui dépend d'une aide au quotidien de s'organiser elle-même en engageant du personnel assistant. En 2019, plus de 3600 personnes en ont fait usage. Cela représente 7,1% des personnes qui perçoivent une allocation pour impotent de l'AI. Depuis l'introduction de la contribution d'assistance, ce taux connaît

ger gestaltet werden, dies wirkt sich positiv auf die Freizeitgestaltung, die sozialen Kontakte und die berufliche Situation aus. Negativ erleben Menschen mit Behinderungen den administrativen Aufwand, der mit der Organisation der Hilfe und der Abrechnung einhergeht.

In der UNO-Behindertenrechtskonvention ist verankert, dass alle Menschen mit Behinderungen die Möglichkeit haben müssen, mit persönlicher Assistenz selbstbestimmt zu leben. (bc)

Leuenberger S. *Schlussbericht Evaluation Assistenzbeitrag*. In: *Agile Behinderung & Politik*, Ausgabe 1, März 2021.

une croissance linéaire. C'est ce qui ressort du rapport final d'évaluation de cette contribution.

Principaux résultats: la contribution d'assistance permet une nette amélioration de la qualité de vie. La vie peut s'organiser de manière plus autonome, ce qui a un effet positif sur les activités de loisirs, les contacts sociaux et la situation professionnelle. La charge administrative nécessaire pour organiser l'assistance et pour la facturation est quant à elle perçue comme un aspect négatif par les personnes en situation de handicap.

La Convention des Nations Unies relative aux droits des personnes handicapées stipule que toutes les personnes en situation de handicap doivent pouvoir mener une vie autodéterminée, avec une assistance personnelle. (bc)

Leuenberger S. *Évaluation finale de la contribution d'assistance*. In: *«Handicap & politique» Agile.ch*, édition 1, mars 2021.

Veranstaltungen

An dieser Stelle finden Sie Hinweise auf Veranstaltungen, welche sich interdisziplinär mit aktuellen Fragen aus dem Gesundheitswesen befassen.

Manifestations

Nous vous présentons ci-dessous des manifestations interprofessionnelles portant sur différents thèmes d'actualité du système de santé.

| Datum und Ort Date et lieu | Veranstaltung, Thema Manifestation, sujet | Weitere Informationen Informations supplémentaires |
|-------------------------------|---|--|
| 6.–7. Mai 2021, online | 2. Kooperationskongress reha schweiz und Physioswiss: «Smarter Reha» | www.reha-kongresse.ch/2021 |
| 6–7 mai 2021, online | 2 ^e congrès de coopération reha suisse et Physioswiss: Smarter Reha | www.reha-kongresse.ch/2021/fr |
| 9. Juni 2021, online | 1. Kongress Management, Gesundheit und Gesellschaft in der Romandie und 9. Kongress Gesundheit in der Arbeitswelt: «Transformationen und neue Arbeitsformen: Herausforderungen und Anpassung» | www.congres-sante-entreprise.ch |
| 9 juin 2021, online | 1 ^{er} congrès romand «Management, Santé et Entreprise» et 9 ^e congrès «Santé dans le monde du travail». Transformations et nouvelles formes de travail: enjeux et adaptation | www.congres-sante-entreprise.ch |
| 16. Juni 2021, online | Nationales Symposium Integrierte Versorgung: Bessere Vernetzung des medizinischen und sozialen Systems: Wie gelingt das? | https://www.fmc.ch/de/symposium |
| 16 juin 2021, online | Symposium national des soins intégrés: Comment réussir les synergies entre le social et la santé? | https://www.fmc.ch/fr/symposium-fr |
| 1.–2. Juli 2021, Bern | Swiss eHealth Forum: «Pusher der Digitalisierung im Gesundheitswesen» | https://e-healthforum.ch |
| 1–2 juillet 2021, Berne | Swiss eHealth Forum: «Poussée de la numérisation dans le secteur de la santé» | https://e-healthforum.ch |