SELBSTHILFESCHWEIZ
INFOENTRAIDESUISSE
AUTOAIUTOSVIZZERA

Medienmitteilung
Olten, 21. Mai 2025

Tag der Selbsthilfe, 21. Mai 2025

Selbsthilfegruppen: Anerkannte Partnerinnen der Spitäler

Spitalverband H+ erkennt Modell «Selbsthilfefreundlichkeit im Spital» offiziell als Qualitätsverbesserungsmassnahme an

Anlässlich des Tags der Selbsthilfe am 21. Mai 2025 macht Selbsthilfe Schweiz auf einen bedeutenden Meilenstein in der Qualitätsentwicklung im Gesundheitswesen aufmerksam: Das Modell «Selbsthilfefreundlichkeit im Spital» wurde vom Spitalverband H+ offiziell als Qualitätsverbesserungsmassnahme im Handlungsfeld *Patientenzentriertheit* anerkannt. Damit können Spitäler, die systematisch mit Selbsthilfegruppen kooperieren, diese Zusammenarbeit künftig als Teil ihrer Qualitätssicherung ausweisen. Bereits 50 Spitäler in 18 Kantonen arbeiten strukturiert mit Selbsthilfegruppen zusammen – zum Nutzen von Patient:innen, Angehörigen und dem gesamten Gesundheitssystem. Die Anerkennung unterstreicht den Stellenwert der Selbsthilfe als ergänzende, wirkungsvolle Ressource für eine patientenorientierte Versorgung.

Offizielle Anerkennung durch Spitalverband H+

Mit einem wegweisenden Entscheid vom Frühjahr 2025 hat der Spitalverband H+ das Modell «Selbsthilfefreundlichkeit im Spital» als offizielle Qualitätsverbesserungsmassnahmen (QVM) im Handlungsfeld *Patientenzentriertheit* anerkannt.

Dies geschieht im Rahmen des revidierten Krankenversicherungsgesetzes (Art. 58a), das den gesamtschweizerische Qualitätsverträge zwischen den Verbänden der Leistungserbringer und Krankenversicherern vorschreibt. Der zwischen H+ (Spitäler) und prio.swiss (Krankenversicherer) ausgehandelte Vertrag wurde am 22. Mai 2024 vom Bundesrat genehmigt und verpflichtet die Spitäler ab Mai 2026 zur Umsetzung und Offenlegung von Qualitätsverbesserungsmassnahmen in fünf Handlungsfeldern. Seit Anfang 2025 ist das Modell «Selbsthilfefreundlichkeit im Spital» offiziell als anerkannte Qualitätsverbesserungsmassnahme gelistet (*Qualitätsmassnahme Selbsthilfefreundlichkeit im Spital*, publiziert am 20. Februar 2025).

Strukturierte Zusammenarbeit mit Selbsthilfegruppen

Bereits heute arbeiten 65 Organisationseinheiten von insgesamt 50 Spitälern in 18 Kantonen systematisch mit Selbsthilfegruppen zusammen. Dies wurde durch das Projekt «Gesundheitskompetenz dank selbsthilfefreundlicher Spitäler» ermöglicht, das Selbsthilfe Schweiz und die 22 regionalen Selbsthilfezentren von 2021 bis 2026 zusammen mit der finanziellen Unterstützung der Stiftung Gesundheitsförderung Schweiz, der Beisheim Stiftung und der Eidgenössischen Qualitätskommission umzusetzen.

Ziel dieser Kooperationen ist es, Patient:innen frühzeitig über passende Selbsthilfeangebote zu informieren und sie zur Teilnahme zu motivieren. Dafür werden Abläufe, Verantwortlichkeiten und Kommunikationswege im Spital klar geregelt. Diese werden individuell für jedes Spital – oft auch für einzelne Organisationseinheiten – in partizipativer Zusammenarbeit zwischen Spital, Selbsthilfegruppen und Selbsthilfezentren gemeinsam entwickelt.

Dafür hat Selbsthilfe Schweiz sechs Qualitätskriterien definiert und überprüft periodisch den Stand der Umsetzung. Bereits 25 Spitäler wurden – teils mehrfach – für die erfolgreiche Anwendung des Modells als «Selbsthilfefreundliches Spital» ausgezeichnet.

Mit der offiziellen Anerkennung bestätigt nun auch der Verband der Schweizer Spitäler H+, dass die strukturierte Zusammenarbeit mit Selbsthilfegruppen einen wirksamen Beitrag zur Qualitätssteigerung im Spitalwesen leistet.

Wert der Selbsthilfe – für Patient:innen und das Gesundheitssystem

In der Schweiz bestehen rund 2'700 Selbsthilfegruppen, von denen sich etwa 70 % mit Themen der somatischen und psychischen Gesundheit beschäftigen. Sie bieten Betroffenen und Angehörigen einen niederschwelligen Raum für den Erfahrungsaustausch, emotionale Unterstützung sowie den Zugang zu alltagsrelevantem Erfahrungswissen. Besonders für Menschen mit chronischen und seltenen Krankheiten sind Selbsthilfegruppen von hoher Bedeutung. Rund 20% der Gruppen richten sich explizit an Angehörige.

Die Teilnahme an einer Selbsthilfegruppe fördert nicht nur das emotionale Wohlbefinden, sondern stärkt auch die Gesundheits- und Selbstmanagementkompetenz der Teilnehmenden. Durch den Austausch von Erfahrungswissen erhalten sie wertvolle Unterstützung bei der Bewältigung ihres Alltags mit der Erkrankung. Der aktuelle Forschungsstand zeigt, dass Patient:innen, die sich in Selbsthilfegruppen engagieren, medizinische Anweisungen besser umsetzen und die Angebote des Gesundheitssystems gezielter nutzen. Dadurch verringert sich langfristig der Bedarf an wiederholten Behandlungen. Die Teilnahme an einer Selbsthilfegruppe stellt somit eine wichtige Ergänzung zur professionellen medizinischen Behandlung und Pflege dar.

Auch für das Gesundheitspersonal bietet die Zusammenarbeit mit Selbsthilfegruppen einen Mehrwert: Durch den Austausch mit Betroffenen erhalten Fachpersonen direkte Einblicke in deren Perspektive, Bedürfnisse und Alltagserfahrungen. Dieses Wissen trägt dazu bei, die medizinischen und pflegerischen Angebote gezielter auf die Lebensrealität der Patient:innen abzustimmen und somit die Versorgungsqualität weiter zu verbessern.

➔ *Beispiele und Testimonials dazu finden sich auf unserer Website www.selbsthilfefreundlichkeit.ch .*

Fachveranstaltung am 27. August 2025 an der Hochschule Luzern

Der landesweite Roll-out des Projekts «Gesundheitskompetenz dank selbsthilfefreundlicher Spitäler» wurde von 2021 - 2024 von der Hochschule Luzern HSLU wissenschaftlich begleitet. Anlässlich der Veröffentlichung des Evaluationsberichts findet am 27. August 2025 eine Fachveranstaltung an der HSLU in Luzern statt, organisiert von Selbsthilfe Schweiz und der HSLU.

Das Programm umfasst die Präsentation des Evaluationsberichts, die Vorstellung lokaler Kooperationsteams, ein Gastreferat von Jürgen Matzat, einem «Doyen» der Selbsthilfeförderung in Deutschland, sowie eine Podiumsdiskussion mit Vertreter:innen aus Gesundheitspolitik, Krankenversicherungen, Selbsthilfe und Gesundheitsförderung zur Rolle der Selbsthilfe im zukünftigen Schweizer Gesundheitswesen.

Für Rückfragen stehen Ihnen gerne zur Verfügung:

- Elena Konstantinidis, Projektleiterin «Selbsthilfefreundliche Spitäler», Stv. Geschäftsleiterin Selbsthilfe Schweiz, e.konstantinidis@selbsthilfeschweiz.ch, Tel. 061 333 86 01 / 079 781 72 01
- Lukas Zemp, Geschäftsleiter Selbsthilfe Schweiz, l.zemp@selbsthilfeschweiz.ch, Tel. 061 333 86 01

Selbsthilfe Schweiz

Seit 2000 agiert die Stiftung Selbsthilfe Schweiz auf nationaler Ebene im Dienst der gemeinschaftlichen Selbsthilfe, unabhängig von der Thematik, dem Grad der Betroffenheit oder der Form der Hilfe für die Idee der gemeinschaftlichen Selbsthilfe – ganz im Sinne von «Gemeinsam geht es besser». Die Stiftung hat seit 2001 einen Leistungsauftrag des Bundesamts für Sozialversicherungen (BSV), welche sie zusammen mit 22 regionalen Selbsthilfezentren und verschiedenen Selbsthilfeorganisationen für rund 2‘700 Selbsthilfegruppen und 45'000 - 50'000 Teilnehmende zu rund 300 Themen umsetzt. Selbsthilfe leistet einen wichtigen Beitrag zum Schweizer Sozial- und Gesundheitswesen. Selbsthilfe Schweiz setzt sich für eine bessere Anerkennung der Selbsthilfe und ihres Angebots in der Schweiz ein.

Selbsthilfe Schweiz | Neuhardstrasse 38 | CH-4600 Olten
Tel. 061 333 86 01 | info@selbsthilfeschweiz.ch
www.selbsthilfeschweiz.ch