

MIGRÄNE AM ARBEITSPLATZ

DAS BETRIEBLICHE GESUNDHEITS- MANAGEMENT VON SWICA.

WEIL GESUNDHEIT
ALLES IST

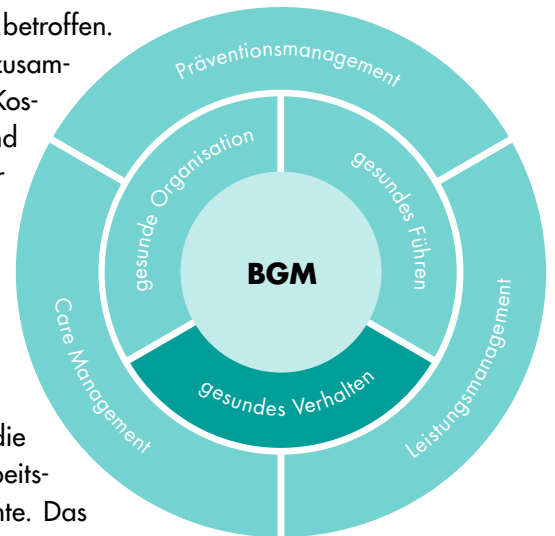
SWICA



Migräne am Arbeitsplatz

Individuelles Coaching für Migränebetroffene

Migräne ist die dritthäufigste Erkrankung weltweit, jede siebte Person ist davon betroffen. Somit leiden mehr Menschen daran als an Diabetes, Epilepsie und Asthma zusammen. Schweizweit sind es rund eine Million. Experten schätzen die jährlichen Kosten durch ärztliche und medikamentöse Behandlungen in der Schweiz auf rund 100 Millionen Franken. Die indirekten Kosten infolge einer vollständigen oder teils eingeschränkten Arbeitsunfähigkeit belaufen sich laut Schätzungen auf rund 400 Millionen Franken pro Jahr (www.headache.ch/migraene). SWICA bietet Betroffenen ein individuelles Coachingprogramm, das ursprünglich von der Schweizer Kopfwehgesellschaft und Novartis entwickelt und von SWICA adaptiert wurde. Es zielt darauf ab, die Lebensqualität von Betroffenen mittels einer langfristigen Verhaltensorientierung zu steigern. Eine 2019 durchgeführte Studie mit Novartis-Mitarbeitenden zeigt, dass die Migränebelastung bei den Probanden um 54 bis 64 Prozent reduziert, die Arbeitsabsenzen durch Migräne um durchschnittlich 10,8 Tage gesenkt werden konnte. Das entspricht einem Return of Investment von ca. 490 Prozent.



Zielgruppe

- Migränebetroffene

Zielsetzungen

- Lebensqualität von Migräneleidenden verbessern
- Absenzen und Präsentismus am Arbeitsplatz durch Migräne reduzieren
- Auslösefaktoren für Migräneanfälle und deren Einfluss kennen

Inhalte

- Individuelles Coaching
- Schmerztagebuch
- Medikamentenberatung
- Beratung zu Lebensstil und Entspannungsübungen

Methodik

- Einstündiges Erstgespräch: Anamnese und Bedürfnisabklärung durch Coach und Migränebetroffene
- Programm mit einer Dauer von 6 Monaten und mindestens 4 bis 6 Gesprächen, inklusive Ernährungsberatung und Bewegungskoching, Medikamentensprechstunde sowie Sprechstunde bei Neurologe (nach Bedarf)

Durchführung

- Telefonisches Coaching durch Gesundheitsberater von santé24 (telemedizinischer Anbieter von SWICA)

Ort

- Ortsunabhängig, da die Beratung per Telefon erfolgt

Tipp

Das Modul «Migräne am Arbeitsplatz» lässt sich mit folgenden SWICA-Angeboten optimal ergänzen:

- Bewegung
- Ernährung
- Stress
- Regeneration

SWICA Gesundheitsorganisation

Weil Gesundheit alles ist
Telefon 0800 80 90 80 (7x24h), swica.ch