



## **Compliance - Was ist das und wie kann sie verbessert werden?**

**Compliance oder auch Therapietreue bezeichnet die Einsicht, das Einverständnis, die Kooperationsbereitschaft und auch die Motivation der Patientinnen und Patienten zur Mitarbeit. Sie bestimmt ganz wesentlich den Behandlungserfolg.**

*„Nach einer Studie der WHO erreichen weltweit nur rund 50 Prozent der Patienten eine gute Compliance.“*

Häufig wird Compliance allein oder vorrangig auf medikamentöse Therapie bezogen. Gesundheitswissenschaftler haben zur Messung dieser Therapietreue verschiedene Methoden entwickelt. Compliance kann aber auch deutlich mehr umfassen: die Nutzung verschriebener Hilfsmittel, die Einhaltung eines therapeutischen Übungsplanes, die Umstellung des Lebensstils (Ernährung, Bewegung, Rauchen, Alkohol).

### **Welche Faktoren beeinflussen die Compliance?**

Compliance wird durch unterschiedliche Faktoren beeinflusst. Die Definition der Weltgesundheitsorganisation (WHO) spricht von fünf:

1. individuelle Faktoren (z.B. Information des Patienten, aber auch Vergesslichkeit)
2. sozioökonomische Faktoren (z.B. Bildung, Wohlstand)
3. krankheitsbedingte Faktoren (z.B. psychische Erkrankungen)
4. therapiebedingte Faktoren (z.B. Nebenwirkungen)
5. systembedingte Faktoren (z.B. Kostenübernahme, Behandlungsmöglichkeiten)

## **Was bedeutet Non-Compliance?**

Das Nichteinhalten von Ratschlägen und Therapieplänen bezeichnet man als Non-Compliance. Die Gründe dafür sind vielfältig. Ein entscheidender Faktor für das Mitwirken von Erkrankten ist die Information, wie neuere Studien belegen. Wer Zusammenhänge nachvollziehen kann, zeigt deutlich mehr Bereitschaft, eigene Anstrengungen auf dem Weg der Genesung in Kauf zu nehmen. Chronisch Kranke erhalten aus diesem Grund heute häufig eine Patientenschulung. Gründe für Non-Compliance sind z.B. Vergesslichkeit, Bequemlichkeit, Scheu vor Nebenwirkungen und Kosten. Folgen sind im günstigeren Fall eine längere Krankheitsphase oder mehr Symptome, können aber auch dauerhaft die Lebensqualität senken oder sogar ein vorzeitig zum Tod führen.

## **Wie Sie die Compliance mit kleinen Hilfen verbessern können**

Gerade in der medikamentösen Therapie gibt es viele Alltagshilfen, die Ihnen das Leben erleichtern können. Wir haben für Sie hier einige zusammengefasst:

- Medikamente gut positionieren! Legen Sie sie dorthin, wo Sie sie auf keinen Fall vergessen können, zum Beispiel in ihr Zahnputzglas. Wenn Sie die Packung direkt „anschaut“, ist dies auch noch ein positiver Verstärker, das Medikament zu nehmen.
- Der „Klassiker“ ist die Pillenbox. Hier sehen Sie gleich, wenn Sie die Einnahme vergessen haben sollten.

- Sie können sich die Einnahme im Kalender eintragen; streichen Sie täglich ab, wenn Sie Ihre Medikamente eingenommen haben. (Die Technik macht es möglich: Lassen Sie sich von Ihrem Handy an Ihre regelmäßige Medikamenteneinnahme erinnern!)
- Erinnern Sie sich selbst mit „Post-Its“ (kleinen Klebezettel) an die Einnahme, z.B. am Kühlschrank oder an Ihrem Wecker.

Basis für eine gute Compliance ist die Information. Nur wer seine Risiken kennt und die Zusammenhänge versteht, ist motiviert, seinen Therapieplan einzuhalten. Erster Ansprechpartner ist und bleibt Ihr ärztliches Fachpersonal, bei Medikamenten fragen Sie auch in Ihrer Apotheke.

Gerade bei langwierigen, komplexen und chronischen Erkrankungen kann dies jedoch nur eine Erstinformation sein. Für chronische Erkrankungen beispielsweise gibt es Patientenschulungsprogramme. Holen Sie sich ärztlichen Rat und sprechen Sie mit Ihrer Krankenkasse.



## **Kontakt zu Service- u. Beratungszentrum**

✉ [Nachricht schreiben](#)

📞 [05241 9770-0](#)