

## ALLGEMEINE HINWEISE



Freitag/Samstag, 12./13.02.2027

Freitag/Samstag, 12./13.03.2027



jeweils von 09:00 – 17:00 Uhr



1. Phase vom 15.01.2027 bis 11.02.2027 (7 UE)

2. Phase vom 14.02.2027 bis 11.03.2027 (15 UE)

Ein Einstieg in die laufende eLearning-Phase ist jederzeit möglich. Bitte beachten Sie, dass zur Teilnahme ein Breitband-Internet-Anschluss (z. B. DSL-Leitung) notwendig ist.



48161 Münster, Das OX – Hotel & Events, Roxeler Str. 349

### Teilnahmegebühren

- € 1195,00 Mitglied der Akademie
- € 1295,00 Nichtmitglied der Akademie
- € 1095,00 Arbeitslos/Elternzeit

### Auskunft und schriftliche Anmeldung

Akademie für medizinische Fortbildung der ÄKWL und der KVWL, Postfach 40 67, 48022 Münster

Ansprechpartnerin: Petra Pöttker

Telefon: 0251 929-2235

E-Mail: [petra.poettker@aekwl.de](mailto:petra.poettker@aekwl.de)

### Begrenzte Anzahl an Teilnahmeplätzen!



Die Veranstaltung ist im Rahmen der Zertifizierung der ärztlichen Fortbildung der ÄKWL mit **54 Punkten** (Kategorie K) anrechenbar.

Nutzen Sie den Online-Fortbildungskatalog oder die Fortbildungs-App der Akademie für medizinische Fortbildung der ÄKWL und der KVWL, um sich zu der Veranstaltung anzumelden:

**Kurs-ID: 6564**

[www.akademie-wl.de/app](http://www.akademie-wl.de/app)

[www.akademie-wl.de/fortbildungskatalog](http://www.akademie-wl.de/fortbildungskatalog)



## WISSENSCHAFTLICHE LEITUNG & REFERIERENDE

### Wissenschaftliche Leitung

Dr. med. **Christoph Haurand**

FA für Innere Medizin, SP Kardiologie

Chefarzt der Klinik für Innere Medizin/Kardiologie, Bergmannsheil und Kinderklinik Buer GmbH, Gelsenkirchen

Dr. med. **Heiko Ullrich**

FA für Psychiatrie und Psychotherapie

Chefarzt der Psychiatrie am Kreisklinikum Siegen gGmbH, Siegen

Dr. med. **Matthias Weniger**

FA für Allgemeinmedizin, Geschäftsführer des Instituts für Stressmedizin Rhein Ruhr, Hattingen



Die Fortbildung schließt für Ärztinnen und Ärzte aus dem Kammerbereich Westfalen-Lippe mit dem ankündigungsfähigen Zertifikat „Stressmedizin“ der Ärztekammer Westfalen-Lippe ab. Ärztinnen und Ärzte aus anderen Kammerbereichen erhalten eine Teilnahmebescheinigung.



### MITGLIED WERDEN & VORTEILE GENIEßEN

Alle Informationen zur Mitgliedschaft in der Akademie für medizinische Fortbildung der ÄKWL und der KVWL unter [www.akademie-wl.de/akademie/mitgliedschaft](http://www.akademie-wl.de/akademie/mitgliedschaft)



Akademie für  
Ärztliche Fortbildung  
Rheinland-Pfalz

akademie  
für medizinische Fortbildung  
Ärztammer Westfalen-Lippe  
Kassenärztliche Vereinigung Westfalen-Lippe

## Curriculare Fortbildung

Ärztinnen und Ärzte  
Psychologische Psychotherapeutinnen und  
-therapeuten  
und Angehörige anderer Medizinischer Fachberufe



## Stressmedizin

gem. Curriculum der Bundesärztekammer  
30 UE Präsenz / 22 UE eLearning



Der Kurs entspricht den  
„Qualitätskriterien eLearning  
der Bundesärztekammer“



### BLENDED-LEARNING-ANGEBOT



Freitag/Samstag,  
12./13. Februar und  
12./13. März 2027



Münster

## VORWORT

Sehr geehrte Damen und Herren,

den Themen „Stress“ und „Burnout“ wird in unserer Gesellschaft eine hohe Bedeutung beigemessen. Dies gilt insbesondere für die Arbeitswelt, wo psychische Belastungen inzwischen in den gesetzlich vorgeschriebenen Gefährdungsbeurteilungen mitberücksichtigt werden müssen (siehe Arbeitsschutzgesetz – ArbSchG § 5). „Stress“ ist keine Diagnose im medizinisch engeren Sinn, auch wenn Begriffe wie „Stresserkrankungen“ Eingang in die Allgemein- und Fachsprache gefunden haben.

Die Ausweitung der Grenzen medizinischen Denkens und Handelns auf biopsychosoziale Aspekte von Krankheit und Gesundheit entspricht nicht nur der ohnehin vielfach ausgeübten Orientierung praktisch tätiger Ärztinnen und Ärzte, sondern verankert diesen Bereich auch in der wissenschaftlichen Medizin, so dass Qualitätskriterien, wie evidenzbasierte Forschung und systematische und zertifizierte Fortbildung, auch hier zum Standard werden. Hierzu will das Curriculum Stressmedizin, das auf einem biopsychosozialen Ansatz basiert, beitragen.

Indem Stressmedizin als legitimer Bereich in die Fort- und Weiterbildung von Ärztinnen und Ärzten, Ärztlichen und Psychologischen Psychotherapeutinnen und -therapeuten und weiterem medizinischen Fachpersonal im Sinne eines interdisziplinären und interprofessionellen Austausches integriert wird, können Anforderungen und Belastungen im Zusammenhang mit Krankheiten und Behinderungen als medizinisch relevante Sachverhalte in die Diagnostik und Therapie eingehen. Damit wäre nicht zuletzt vielen hilfeschuchenden Patientinnen und Patienten die Möglichkeit gegeben, ihre krankheitsbegleitenden Belastungen und Bewältigungsversuche im Rahmen des medizinischen Systems „behandeln“ zu lassen, anstatt paramedizinische oder wissenschaftlich fragwürdige oder gesellschaftlich wenig oder nicht qualitätsgesicherte Hilfen aufzusuchen. Darüber hinaus möchte das Curriculum Ärztinnen und Ärzten und Therapeutinnen und Therapeuten für die eigene Fürsorge und für die Achtsamkeit im Umgang mit der eigenen Gesundheit sensibilisieren.

Wir würden uns freuen, Sie im Rahmen dieser curricularen Fortbildung begrüßen zu dürfen.

Mit freundlichen Grüßen



**Christoph Ellers**  
Leiter Ressort  
Fortbildung der ÄKWL

## INHALT

### Modul 1.1

#### Allgemeine Grundlagen zu Stress auf der Basis des Biopsychosozialen Modells

- Stress als Gegenstand der Medizin – Historische Entwicklung und theoretische Einordnung
- Biopsychosoziales Modell von Krankheit und Gesundheit
- Stress und Gleichgewicht (Allostase – Homöostase)
- Neurobiologie von Stressphänomenen
- Praktische Übungen zur Vertiefung und Anwendung

### Modul 1.2

#### Arztgesundheit – Persönliche Erfahrungen mit Stress

- Stress im Krankenhaus
- Stress in der niedergelassenen Praxis / im MVZ
- Stress und Beruf
- Freie Schilderung eigener Erfahrungen der Teilnehmenden zu erlebtem Stress
- Präzisierung und Systematisierung der berichteten Erfahrungen

### Modul 1.3

#### Theorien und Modelle zu Stress

- Bindungstheorien und Stress
- Lern- und verhaltenspsychologisches Stress-Modell

### Modul 1.4

#### Erscheinungsformen von Stress

- Sozialer Stress
- Burnout
- Symptomatologie von Stressreaktionen
- Stress durch Naturereignisse

### Modul 1.5

#### Diagnostik bei Stress

- Diagnostische Ebenen
- Diagnostische Methoden
- Diagnostik nach Fragestellung
- Diagnostik am Arbeitsplatz
- Funktionale Analyse des Stressverhaltens: S-O-R-(K)-C – Modell

## INHALT

### Modul 1.6

#### Interventionen bei Stress

- Interventionen bei Stress: Zieldimensionen und Prinzipien
- Interventionen im Umgang mit Patienten
- Interventionen im Rahmen des persönlichen Stressmanagements
- Evidenzbasierte Naturheilverfahren

### Modul 2

#### Interdisziplinäre und interprofessionelle Betrachtung stressbedingter Erkrankungen und deren Folgen bzw. Interventionen auf der Basis eines biopsychosozialen Ansatzes

- Herz-Kreislauf-Erkrankungen
- Magen-Darm-Erkrankungen
- Neurologische Erkrankungen
- Krebserkrankungen
- Erkrankungen des Bewegungsapparates
- Gynäkologische Erkrankungen
- Erkrankungen bei Kindern
- Hautkrankheiten
- HNO-Erkrankungen
- Zahnerkrankungen
- Psychische Erkrankungen
- Schmerzmedizin

**Die Veranstaltung schließt mit einer Lernerfolgskontrolle ab.**

#### Didaktisches Konzept

Die Fortbildung besteht aus zwei Präsenz-Terminen von jeweils 15 UE und zwei eLearning-Phasen von 7 UE und 15 UE. Vier Wochen vor dem ersten Präsenz-Termin erhalten die Teilnehmenden einen Zugang zur elektronischen Lernplattform ILIAS der Akademie für medizinische Fortbildung der ÄKWL und der KVWL, in der sie die Inhalte der 7 UE umfassenden eLearning-Phase bearbeiten. Zwischen den Präsenz-Terminen findet eine weitere 15 UE umfassende eLearning-Phase statt.

