



Migraine@work: Unterschätztes Problem & Chance für BGM

**Dr. Timo Rimner – Medgate
Leonhard Schaez – Novartis Pharma AG**

MIGRÄNE ist die häufigste neurologische Erkrankung, sie ist komplex mit einer Vielzahl von Symptomen.^{3,4}

Es ist viel mehr als «nur Kopfschmerzen»

- Pochende Schmerzen
- Beeinträchtigte und verschwommene Sicht («Aura»)
- Licht-, Geruchs- & Geräuschempfindlichkeit
- Übelkeit & Erbrechen

Anfälle können von 4 Stunden bis 3 Tage andauern, sie sind **unvorhersehbar** und **unaufhaltbar**^{5,6}

Was ist Migräne?



Warum sollte Migräne für Sie von Bedeutung sein?

MIGRÄNE ist unterdiagnostiziert, unterbehandelt und hochstigmatisiert⁴

Migräne ist die **dritthäufigste Erkrankung** auf der Welt und betrifft 1 von 7 Personen weltweit^{7,8}

Menschen, die mit Migräne leben, sind zumeist im **Erwerbsalter**, es betrifft **Frauen** 2-3x häufiger^{9,10}

Von 15-49 Jahre ist **Migräne die Hauptursache für «durch Behinderung beeinträchtigte Lebensjahre»** (DALY = disability-adjusted life years)¹¹

**In der Schweiz leben
ca. 1 Mio. Menschen
mit Migräne.¹**

**Die Mehrheit von ihnen
ist berufstätig.²**

**Sie brauchen
Unterstützung!**



Novartis in der Schweiz hat eine Lösung erarbeitet: Das «Migraine Care Programm»

Das Programm stellt die Bedürfnisse betroffener Mitarbeitende in den Mittelpunkt:



**Mehr
Verständnis**

**Direkte,
unabhängige
Unterstützung**

Migräne wurde als neue Initiative innerhalb der “Energized for Life” Plattform eingeführt



Message of Vasant Narasimhan (CEO)



Video message from leadership expressing support for program



Brochure on Migraine



Recording of lecture on Migraine from Dr. Gantenbein



Inspiration for information booths

Medgate auf einen Blick – der digitale Arztbesuch



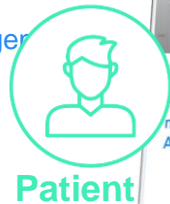
Medgate Tele Clinic

- 24/7, D, F, I, E, (Sp)
- **Arztkonsultation verschiedener Fachrichtungen**
- **Abschliessende Behandlung** in der Hälfte aller Fälle
- **Teletherapie:** Rezept, Arztzeugnis, Verordnungen uvm.

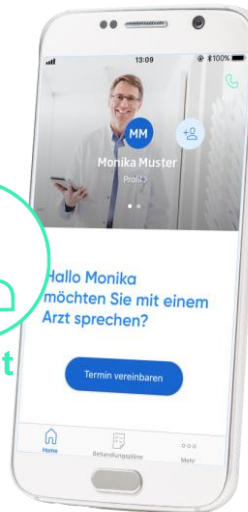


Medgate Mini Clinic

- **Walk-In** Konsultation
- **Kompetente medizinische Betreuung und breites klinisches Leistungsangebot** (Innere Medizin, Dermatologie, Kardiologie etc.)
 - Medizinische Praxisassistentin physisch vor Ort, Arzt wird bei Bedarf per Video hinzugeschaltet



Patient



Medgate App

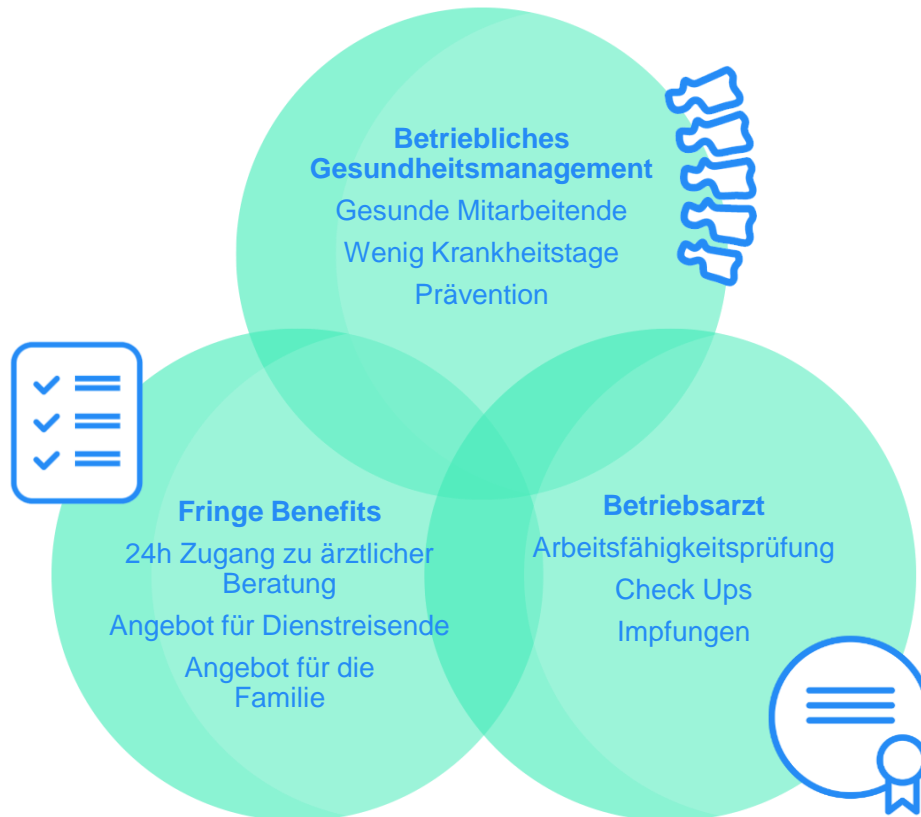
- **Direkte online Terminvereinbarung**
- Digitaler Behandlungsplan
- **Videokonsultation**
- **Vorträge durch künstliche Intelligenz**



Medgate Partner Network

- **Stiftung, aktuell über 2'200 Mitglieder**
- **Spezialisten** aller Fachbereiche und Spitäler (ca. 80%), **Grundversorger** und Apotheker (ca. 20%)
 - u.a. Arbeitsmediziner, Psychologen und Ernährungsberatung vertreten

Unternehmens-Needs



Gesundheitsleistungen auf einen Blick



Consulting und Konzeption

- Firmenindividueller Gesundheitsplan
- Pandemiemanagement
- Infoveranstaltungen, Referate, Seminare zu Themen: Bewegung/Fitness/Sport, Rücken/Bewegungsapparat, Ernährung, psychische Gesundheit etc.

Prävention

- Individuelle Check-Ups & Analysen
- Beratung & Durchführung von Impfungen
- Reisemedizinische Beratungen, Ernährungsberatung, Pandemihotline etc.
- Working Mom Hotline (Schwangerschaftsberatung, kindermedizinische Beratung)
- Burnout Hotline
- Firmenindividualisierte Medgate App

(Akut-) medizinische Versorgung

- Notfallabdeckung durch Medgate Mini Clinic
- Vermittlung von Personalschulung
- Notfallmanagement
- 24/7 Tele- u. Videokonsultationen für Erwachsene und Kinder (auch für Angehörige) im In- und Ausland
- Fast Lane
- Medikamentenbestellung
- Arbeitsmedizinische Untersuchungen
- Prioritärer Zugang zum grössten niedergelassenen ärztlich/medizinischen Netzwerk in der CH

Rehabilitation und Integration

- Betreuungsprogramme (z.B. Migräne)
- Telemedizinische Nachbetreuung nach Hospitalisierung oder nach längeren Krankheiten (physisch und psychisch)



Migraine Care in Aktion: Programmlogik



1. Telefonat mit Krankenschwester

- Überprüfen ob Migräne oder Kopfschmerzen
- Einführung ins Programm
- Einführung zu Migraine Buddy

1. Coaching-Telefonat

- Patienten Anamnese
- Besprechen von Zielen und Erwartungen
- Beginn mit erstem Aktionsplan

Teledoktor-Telefonat

Fortlaufende Coaching-Einheiten

- Tägliches Migränetagebuch
- Selbstbeurteilung
- Personalisiertes coaching mit individualisierten Aktions- und Lektionsplan entsprechend den definierten Zielen
- Möglichkeit zum setzen von Reminders
- Fragen und Analyse des Migräneberichts

Schluss-Telefonat

- Besprechen der Verbesserungen und Verhaltensveränderungen
- Zufriedenheit mit dem Program



Migraine Care in Aktion: Coaching und Lektionsplän



Find your closest relaxation room

🕒 By today

There are three relaxation rooms available close to your work location. You never now when you need it, but once you do, you will be better prepared if you know where to go.

Did not complete

★ Completed

Ergonomie am Arbeitsplatz

🕒 By today

Nutzen Sie die Kenntnisse vom Fachmann für Ergonomie, denn als Mitarbeitende von Novartis steht Ihnen eine Beratung zur Verfügung. Buchen Sie Ihren Beratungstermin.

Did not complete

★ Completed

New Sleep and Migraine

📅 Day 1



Sleep is one of the top recorded migraine triggers in Migraine Buddy.

Practising good sleep hygiene is one of the ways to ensure quality sleep and reduce your chances of migraines.

▶ Watch Guided Sleep Meditation

New Stress and Migraine

Stress can cause migraine, chronic pain creates more stress, and so the cycle continues. And, to add insult to injury, if your body is accustomed to constant stress, a weekend off can result in a “let down” migraine when your stress abruptly lowers.

Learn more about relaxation and how you can integrate an exercise into your work routine.

▶ Watch the exercise

Attend a yoga class on campus

Your gym offers three yoga classes a week, register for a class and try it.

Did not complete

★ Completed

**Angewöhnen
eines gesünderen
Ess- und
Trinkverhaltens**

**Lernen Stress zu
reduzieren**

**Die richtigen
Übungstypen
auswählen**

**Migräneattacken
am Arbeitsplatz
bewältigen**

**Identifizieren von
Unterstützung am
Arbeitsplatz**



Zeitliche Entwicklung der Novartis Wellbeing-Plattform

**Fitness &
Ernährung**

**Life
style**

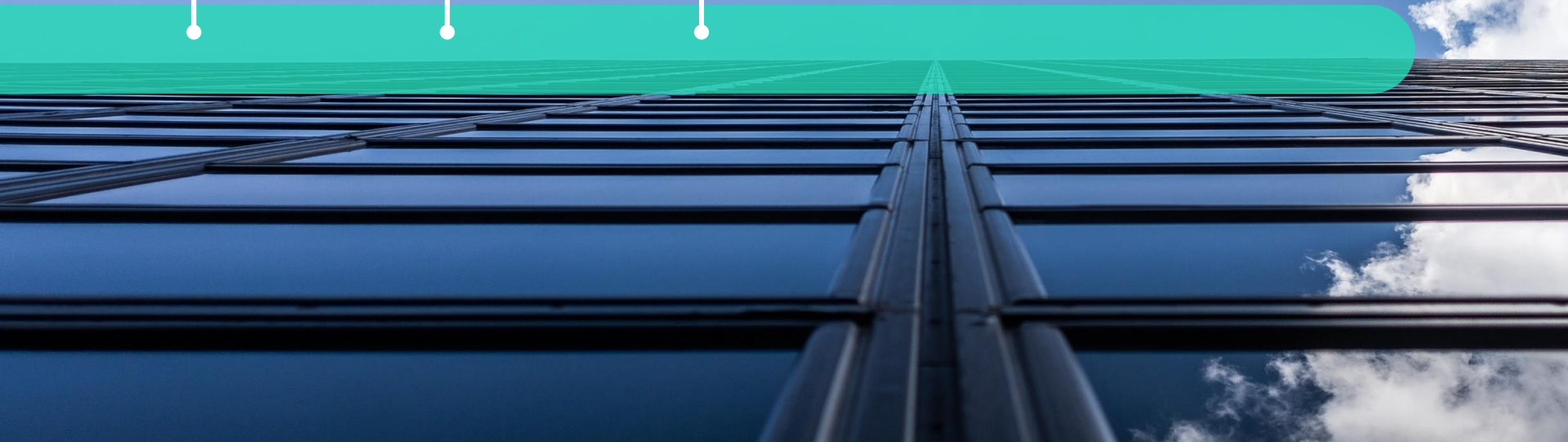
**Brain
Health**

→ **Achtsamkeit**

→ **Schlaf**

→ **Migräne**

→ **Burnout + Depression**





Wie wirkt sich das auf die Arbeitgeber aus?

~12%

der Schweizer
Bevölkerung
leben mit
Migräne¹

~2%

der jährlichen
Lohnsumme ist
direkt durch Migräne
beeinträchtigt¹²

**15+Mio
CHF**

Jährlicher
Produktivitätsausfall bei
Novartis in der Schweiz
(12'500 Mitarbeitende)¹³

**Die Auswirkung von Migräne am Arbeitsplatz ist erheblich –
für die Produktivität und das Wohlergehen der
Mitarbeitenden**

Was ist unsere bisherige Erfahrung?



1500

Gespräche mit
Mitarbeitenden am
Migräne-InfoStand

7

Minuten durchschnittl.
Verweildauer auf der
Programmwebseite

320

Anmeldungen
im ersten Jahr

31%

der Teilnehmenden
erstmalig mit
Diagnose¹⁴

75%

sollten regelmässige Betreuung
durch Arzt haben, d.h. schwere
Fälle nutzen das Programm¹⁵

Das Programm lässt sich leicht anpassen und in Ihr Wellness-Programm integrieren

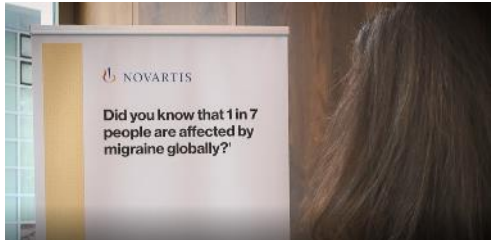
Minimaler Aufwand mit einer Plug-and-Play-Lösung...

- **Integration** in Ihr betriebliches Gesundheitsmanagementprogramm
- **Unabhängige Dienstleister** stehen bereit
- **Unterlagen** zur Sensibilisierung & Aufklärung **sind verfügbar** und können an Ihr Design angepasst werden

... und eine grossartige Gelegenheit für Ihr Unternehmen und Ihre Mitarbeitenden

- **Programmkosten** von ca. 900 CHF pro Teilnehmenden (wenn der Service volle 6 Monate genutzt wird)
- **Kostendeckend** bei Novartis, wenn pro Teilnehmer nur 1,5 Tage/Jahr weniger von Migräne beeinträchtigt sind (Teilnehmende sind ca. 30 Tage pro Jahr betroffen)
- Tele-Coaches bestätigen, dass **alle Teilnehmende Verbesserungspotenzial** in ihrem Migräne-Management aufweisen

Es gibt eine Vielzahl von möglichen Aktivitäten



Flyer

Informieren Sie über Flyer an Ihrem Arbeitsplatz und Infografiken in Ihren BGM-Newsletter



Lunch & Learn/Vortrag

Organisieren Sie ungezwungene Infoveranstaltungen zum Thema Migräne und Migräne am Arbeitsplatz, inklusive einem spannenden Vortrag eines Migränespezialisten



Mitarbeiterumfrage

Mittels einer unabhängigen Mitarbeiterbefragung identifizieren Sie Ihren Produktivitätsverlust



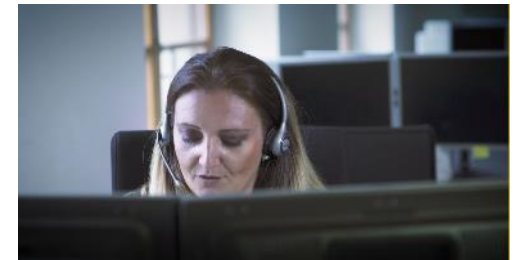
Migräneraum

Novartis und IKEA haben einen Raum entwickelt, der speziell für das lindern einer Migräneattacke konzipiert ist. Kostenpunkt: 2'500€



Pop-up Infostand

Informieren Sie Ihre Mitarbeitenden mittels einem Infostand zu Migräne an Ihren verschiedenen Standorten



Migräne Services

Bieten Sie Ihren Mitarbeitenden mit Migräne Serviceleistungen an, um Sie in ihrem Berufsalltag zu unterstützen

... und viele weitere!

Wieso engagiert sich Novartis und wie geht es in der Zukunft weiter?

“**Ich fühle den starken Wunsch als Firma der Gesellschaft noch mehr zurückzugeben:** eine stärkere Rolle als Gesundheitszugangspunkt, wie wir mit Patienten und Ärzten interagieren und wie wir die grossen globalen Gesundheitsherausforderungen meistern.” Vas Narasimhan – Novartis CEO



Mehr Einsatz

Wir wollen in Zukunft noch mehr für die Gesellschaft da sein und uns auch für Mitarbeiter/innen in anderen Firmen engagieren, die mit Migräne leben.

- Erfahrungen teilen
- Material und Programm teilen als «open source»



Bei Fragen oder falls Sie sich für weitere Informationen interessieren, so zögern Sie nicht uns zu kontaktieren

Für Novartis: Leonhard Schätz

Leonhard.Schaetz@Novartis.com

Für Medgate: Dr. Timo Rimner

Timo.Rimner@Medgate.ch



REFERENZEN

- ¹ Schweizerische Kopfwehgesellschaft (2013) [Migräne](#)
- ² Buse et al. (2010) [Sociodemographic and comorbidity profiles of chronic migraine and episodic migraine sufferers](#)
- ³ Migraine Research Foundation (2018) [Migraine Fact Sheet](#). Accessed September 2018
- ⁴ The Work Foundation (2018) [Society's headache: The socioeconomic impact of migraine](#)
- ⁵ The Migraine Trust (2018) [More than "just a headache"](#) Accessed September 2018
- ⁶ Migraine.com (2018) [What is Migraine?](#) Accessed September 2018
- ⁷ The Migraine Trust (2018) [Key facts and figures about migraine](#) Accessed September 2018
- ⁸ Steiner et al. (2013) [Migraine: The seventh disabler](#). Journal of Headache and Pain
- ⁹ Woldeamanuel and Cowan (2017) [Migraine affects 1 in 10 people worldwide featuring recent rise](#) Journal of the Neurological Sciences
- ¹⁰ Lipton et al. (2007) [Migraine prevalence, disease burden, and the need for preventive therapy](#) NEUROLOGY
- ¹¹ Steiner et al. (2018) [Migraine is the first cause of disability in under 50s: will health politicians now take notice?](#) Journal of Headache and Pain
- ¹² Vo et al. (2018) [Patients' perspective on the burden of migraine in Europe](#) Journal of Headache and Pain
- ¹³ Migraine Burden for employers was calculated using the Disease burden calculator (GLNS/AMG/0192c)
- ¹⁴ 55 participants entering program likely to be migraine, not yet medically confirmed (out of N=176)
- ¹⁵ 75% score at least MIDAS Grade II, for which doctor discussion is recommended (Note: based on preliminary analysis of a random subset (N = 38) and results may change following analysis of full dataset).