

Von der Facharztprüfung in die Niederlassung

Zwei Hausärztinnen über Praxisgründung, frühe Verantwortung und die Bedeutung guter Weiterbildung

Wie gründet man gemeinsam eine Hausarztpraxis – mitten in der Facharztweiterbildung, mit kleinen Kindern, während parallel noch Krankenhausdienste laufen? Die Allgemeinmedizinerinnen Friederike Plesmann und Dr. med. Anna-Lena Wiesmann haben diesen Weg in Eltville gewagt. Im Interview erzählen sie, wie aus einer zufälligen Begegnung ein gemeinsames Projekt entstand, warum Weiterbildung ihnen so wichtig ist und welche Unterstützung sie in Anspruch genommen haben.

Wie sind Sie zusammengekommen – und wie wurde daraus die Idee, eine Praxis gemeinsam zu führen?

Wiesmann: Wir haben uns im Kompetenzzentrum Weiterbildung bei einer Fortbildungsveranstaltung kennengelernt – damals noch komplett in Präsenz, das war vor Corona. Ich glaube 2018 oder 2019. Wir fanden uns direkt sympathisch, haben aber irgendwie keine Nummern ausgetauscht.

Plesmann: Wir haben uns eigentlich nur zweimal gesehen – und dann zufällig wieder auf der Geburtstagsfeier des Patenonkels meiner Tochter. Da saßen wir plötzlich am selben Tisch, mit unseren Partnern, und dachten: „Irgendwie kennen wir uns doch...“.

Wiesmann: Auf dieser Feier hat Friederike dann erzählt, dass sie gerade mit einer Hausärztin über die Übernahme der Praxis im Gespräch ist.

Plesmann: Genau. Ich war ein halbes Jahr vor meiner Facharztprüfung in den Verhandlungen. Mir war klar: Ich möchte übernehmen, aber nicht allein. Ich hatte die Chance, zusätzlich einen halben Sitz zu erwerben – ohne zu wissen, wer diesen Teil übernehmen würde. Und an diesem Abend habe ich Anna-Lena gefragt: „Kannst du dir das vorstellen?“ Danach haben wir endlich Telefonnummern ausgetauscht und sogar gemeinsam für die Facharztprüfung gelernt – per Videotelefonie.



Friederike Plesmann und Dr. med. Anna-Lena Wiesmann (rechts)

Wiesmann: Ich habe im Dezember 2021 meine Facharztprüfung gemacht, Friederike im März 2022. Zunächst bin ich dann doch wieder in die Palliativmedizin gegangen. Aber schon nach wenigen Wochen im Krankenhaus habe ich gemerkt: Auf Dauer passt das mit zwei kleinen Kindern für mich nicht.

Plesmann: Ich hatte das im Hinterkopf. Ich dachte: Mal sehen, wann sie kommt. (lacht)

Wiesmann: Nach ein paar Monaten war klar: Wir machen das gemeinsam.

Wie lief der Weg zur gemeinsamen Praxisübernahme konkret ab?

Plesmann: Ich war nach meiner Prüfung ab April 2022 schon bei der Vorgängerin angestellt – das war notwendig, um den Sitz übernehmen zu können. Als Anna sagte, dass sie doch dazukommen will, sind wir in die Vertragsgestaltung eingestiegen.

Wiesmann: Wir haben in dieser Zeit alles auf links gedreht. Nach monatelanger Vorbereitung wurde die Praxis komplett renoviert, die gesamte Technik inklusive Server erneuert, wir haben neues Personal eingestellt. Ich habe parallel noch im Krankenhaus gearbeitet – das war ein hartes, aber wichtiges halbes Jahr.

Plesmann: Nach nur zweiwöchiger Praxis-schließung für die Renovierung haben wir dann zum 1. Oktober 2022 offiziell übernommen. Heute haben wir zwei volle Sitze und seit Kurzem auch eine Weiterbildungsärztin. Und wir planen, weiter zu wachsen, ab Januar 2026 stellen wir zusätzlich eine Fachärztin für Allgemeinmedizin ein.

Wie teilen Sie sich die Verantwortung in der Praxis?

Wiesmann: Wir sind ärztlich gewachsen – aber auch als Geschäftsführerinnen. Und wir haben viel Unterstützung: Friederikes Mann macht die Buchhaltung, Kommunikation mit dem Steuerberater und KV-Themen. Mein Mann kümmert sich um die IT-Themen, Hardwarebeschaffung und die Kommunikation mit unseren externen Dienstleistern. Beide arbeiten bei uns stundenweise mit, haben aber noch ihre eigenen Berufe. Das entlastet uns enorm.

Foto: privat

Plesmann: Wir verbringen viel Zeit miteinander, auch für Organisation. Montags reservieren wir uns zwei Stunden gemeinsame Mittagspause. Dieses feste Ritual schafft den Raum, Personal- und Organisationsfragen strukturiert und in Ruhe zu klären.

Wiesmann: Alleine könnte ich mir diesen Weg nicht vorstellen. Und auch nicht mit irgendjemand anderem. Wir ergänzen uns fachlich wie organisatorisch – es war wirklich eine glückliche Fügung.

Welche Unterstützung hat Ihnen bei der Praxisgründung geholfen – und was hat gefehlt?

Wiesmann: Im Kompetenzzentrum Weiterbildung habe ich einige Module aus dem „Werkzeugkasten Niederlassung“ besucht. Das war hilfreich, aber natürlich ersetzt es keine individuelle Beratung. Für die Verträge hatten wir eine spezialisierte Kanzlei – das war entscheidend.

Plesmann: Sehr wichtig war auch ein Coaching für Führung und Kommunikation. Das machen wir bis heute etwa einmal pro Quartal. Praxisteam gut zu führen, Konflikte zu besprechen – das sind Themen, die man im Studium nicht lernt. Und ein gutes Team ist für den reibungslosen Praxisalltag und vor allem für den Wohlfühlfaktor unerlässlich.

Wiesmann: Und wir haben ein gutes regionales Netzwerk. Friederike hat einen Ärztstammtisch in Eltville ins Leben gerufen, sehr informell, bei dem sich Kolleginnen und Kollegen aus verschiedenen

Fachrichtungen treffen – von Onkologie über Neurologie, Rheumatologie bis hin zu Kardiologie und Gastroenterologie. Dieser Austausch ist Gold wert.

Plesmann: Was uns am Anfang gefehlt hat, waren praxisnahe Informationen zu Abrechnung und Personalführung. Dieses „Man muss quasi BWL studiert haben“ – das schreckt viele ab. Aber am Ende lernt man es im Tun.

Was motiviert Sie, selbst weiterzubilden?

Wiesmann: Für mich ist es eine Mischung aus fachlicher Weiterentwicklung, persönlicher Reflexion und Verantwortung für das Fach Allgemeinmedizin.

Plesmann: Man bleibt fachlich wach. Wenn man Entscheidungen erklären muss, merkt man, welche Routinen man sich angewöhnt hat – und wo man noch einmal neu denken sollte. Mit unserer Weiterbildungsärztin besprechen wir Leitlinien, gehen Fälle gemeinsam durch. Das ist für beide Seiten bereichernd.

Inwiefern haben Ihre eigenen Erfahrungen während der Weiterbildungszeit Ihre heutige Haltung beeinflusst?

Wiesmann: Verschiedene Seminare des Kompetenzzentrums waren für uns fachlich wie organisatorisch sehr wertvoll: praxisnah, gut strukturiert, mit hervorragenden Referentinnen und Referenten und zum Teil Hands-on-Elementen. Besonders wichtig war aber der Austausch. Man trifft dort Menschen in der gleichen Situation – das schafft eine besondere Atmosphäre, fast wie eine Wahlfamilie.

Plesmann: Dieser Austausch auf Augenhöhe trägt durch die Weiterbildungszeit und stärkt die Motivation, später selbst auszubilden.

Wiesmann: Insgesamt haben wir in unserer eigenen Weiterbildung viele gute Erfahrungen gemacht und stehen mit unseren Weiterbildern bis heute in Kontakt. Wir beschäftigen uns intensiv damit, was gute Weiterbildung ausmacht und haben einen strukturierten Weiterbildungsplan erarbeitet – das ist ja Voraussetzung, um weiterzubilden zu dürfen. Anfangs dachte ich: ein riesiges Dokument! Aber inzwischen sehen wir, wie viel Klarheit und Struktur es bringt.

Plesmann: Wir möchten eine Praxis sein, in der man gerne lernt – fachlich und menschlich. Gerade junge Ärztinnen und Ärzte suchen Orte, an denen sie gut begleitet werden.

Was raten Sie Ärztinnen und Ärzten, die eine Praxis gründen oder übernehmen möchten?

Wiesmann: Man braucht jemanden, mit dem man wirklich gut kommunizieren kann. Es ist ein bisschen wie eine Ehe. Konflikte muss man aushalten und lösen können.

Plesmann: Und man darf keine Angst vor Bürokratie haben. Vieles wirkt groß, aber man wächst hinein.

Wiesmann: Genau. Es ist viel – aber machbar. Und es ist unheimlich erfüllend.

Interview: Maren Siepmann

Bücher



Barbara Schmidt: Angst? Klare Antworten aus erster Hand

Reihe: Frag doch einfach! UVK Verlag
2. Aufl. 2025, ISBN: 9783825263454,
19.90 €, auch als E-Book

Das rund 150 Seiten starke Buch überzeugt durch eine gelungene Mischung aus Fachwissen und Zugänglichkeit. Die durchgängigen Comic-Illustrationen verleihen dem Werk einen freundlichen, nahbaren Ton – auch wenn sie auf den ersten Blick kindlich

wirken mögen. Besonders gelungen ist die multimediale Aufbereitung: Zahlreiche QR-Codes verlinken zu Videos, Erfahrungsberichten und weiterführenden Informationen, was das Lesen nicht nur abwechslungsreich, sondern auch besonders anschaulich macht. Inhaltlich bietet das Buch einen fundierten Überblick über biologische, physiologische und anatomische Grundlagen, erweitert durch wichtige gesellschaftliche und gender-medizinische Zusammenhänge. Ein empfehlenswertes Werk für alle Profis und Laien, die sich niedrigschwellig, aber fundiert mit dem Thema Angst und Angststörungen auseinandersetzen möchten.

Dr. med. Deborah Scholz-Hehn
Stellv. Drogen- und Suchtbeauftragte
der Landesärztekammer Hessen