



Dr. Senckenbergische Stiftung fördert KARDIO-FIT

Was bei chronischen Erkrankungen, wie zum Beispiel Diabetes mellitus, längst gang und gäbe ist, wurde im vergangenen Jahr nun auch für Patienten mit koronarer Herzerkrankung eingeführt. Im Sommer 2018 wurde im Rahmen des Disease-Management-Programms das erste akkreditierte Schulungsprogramm für koronare Herzerkrankungen eingeführt. Entwickelt wurde KARDIO-FIT von dem Frankfurter Kardiologen, Dr. med. Martin Dürsch, und der Diplom-Psychologin Ulrike Didjurgeit gemeinsam mit dem Schulungsverein-Nord aus Frankfurt. Finanziell gefördert wird das Projekt durch die Dr. Senckenbergische Stiftung.

Silvio Wagner / Ingrid Scheer

In der Schulung lernen Betroffene, wie die Krankheit entsteht, welche Therapieansätze es gibt, wann ein Stent oder ein Bypass gesetzt werden muss und welche Medikamente in Frage kommen.

Besonderen Wert legt das Schulungsprogramm darauf zu erklären, wie die Teilnehmer durch ihr eigenes Verhalten die Therapie unterstützen und damit Folgeschäden vermeiden oder mildern können. Nützliche Tipps zur Vermeidung von Risikofaktoren helfen den Patienten im Alltag, das Gelernte sofort umzusetzen.

Zusätzlich werden die teilnehmenden Patienten motiviert und angeleitet, sich regelmäßig zu bewegen. Dabei wird die individuelle Leistungsfähigkeit jedes Teilnehmers berücksichtigt. Mittels eines Bewegungstagebuchs kann ein persönliches Trainingsprogramm dokumentiert werden. Und nicht zuletzt spielt das Thema „Herz-

gesunde Ernährung“ eine große Rolle im Schulungsprogramm.

KARDIO-FIT wird von niedergelassenen Hausärzten und Kardiologen angeboten. In drei Unterrichtseinheiten im Abstand von etwa einer Woche schult eine speziell ausgebildete Medizinische Fachangestellte mit Unterstützung des Arztes die Teilnehmer. Eine Schulung dauert ca. zwei Stunden. Im Idealfall nehmen nicht mehr als acht Patienten an einer Schulung teil.

Für Patienten, die am Disease-Management-Programm (DMP) KHK teilnehmen, übernimmt die zuständige Krankenkasse die Kosten. Sollten sie nicht am DMP teilnehmen, lohnt es sich dennoch oftmals, bei der Krankenkasse eine Kostenübernahme zu beantragen.

Weitere Informationen zu KARDIO-FIT unter: www.kardio-fit.de

An wen richtet sich KARDIO-FIT?

Unter koronarer Herzerkrankung versteht man die Verkalkung (Arteriosklerose) der Herzkranzgefäße. Alle Menschen mit dieser Diagnose können bei KARDIO-FIT mitmachen. Dies sind z. B. Patienten, bei denen ein Stent in die Herzkranzgefäße eingesetzt wurde, die sich einer Bypass-Operation unterziehen mussten oder die einen Herzinfarkt erlitten haben. KARDIO-FIT stellt die ideale Ergänzung zur Herzsport-Gruppe dar.