



Die Eigenverantwortung stärken

Kardio-Fit – ein spezielles Schulungsprogramm für Patienten mit koronarer Herzkrankheit

Die koronare Herzkrankheit begleitet Betroffene ein Leben lang. „Kardio-Fit“, ein eigens für Patienten mit koronarer Herzkrankheit konzipiertes Schulungs- und Behandlungsprogramm, will Herzkranken dabei helfen, ihre Erkrankung besser zu verstehen, und darüber hinaus aufzeigen, wie Betroffene durch ihr eigenes Verhalten dazu beitragen können, die Therapie zu unterstützen und Folgeschäden zu vermeiden oder zu mindern.

Das dazu erforderliche Wissen wird den Patienten in wöchentlichen Schulungen von rund zwei Stunden vermittelt. Insgesamt sind drei Durchgänge mit Gruppen von maximal sechs Patienten vorgesehen; angeboten wird das Programm von niedergelassenen Hausärzten und Kardiolo-

gen. Die Schulungsleiter – Hausärzte, Kardiologen und ihre medizinischen Fachangestellten – nehmen vorab an speziellen Trainerseminaren teil. Das gewährleistet den hohen und einheitlichen Qualitätsstandard des strukturierten Programms.

Zu den Inhalten der intensiven Unterweisung zählen grundlegende medizinische Informationen zur Erkrankung, die den Patienten zu seinem eigenen Experten machen sollen. Ein weiterer Schwerpunkt ist, die Betroffenen auf die Bedeutung von Lebensstiländerungen aufmerksam zu machen – und zu zeigen, wie sie erreicht werden können, beispielsweise sich herzgesund zu ernähren, besser mit Stress umzugehen und sich mehr und regelmäßig zu bewegen. Die dritte Schulungseinheit beschäftigt sich

ausführlich mit der medikamentösen Therapie der koronaren Herzkrankheit, mit dem Ablauf von Eingriffen am Herzen, um die Blutversorgung wiederherzustellen, etwa Herzkatheter oder Bypassoperation, und was im Notfall zu tun ist.

Die Deutsche Herzstiftung unterstützt Programme, die Herzpatienten dabei helfen, mit ihrer Krankheit besser zu leben. Für Schulungsteilnehmer wird Informationsmaterial der Herzstiftung zur Verfügung gestellt. Für Herzpatienten, die bereits am „Disease Management Programm“ (DMP) für die koronare Herzkrankheit eingeschrieben sind, ist Kardio-Fit kostenfrei, für alle anderen Interessierten kostenpflichtig. mei

Weitere Informationen finden Sie unter www.kardio-fit.de