

Rehabilitation schenkt Lebensjahre

25.09.2017, 12:00 | Wissenschaft, Forschung, Bildung

Pressemitteilung von: *Deutsche Herzstiftung e.V./Deutsche Stiftung für Herzforschung*

Presseagentur: *Deutsche Herzstiftung e.V./Deutsche Stiftung für Herzforschung*

Bei Herzkranken senkt Rehabilitation langfristig das Herzinfarkt-Sterblichkeitsrisiko. Psychokardiologie immer bedeutender in Reha-Kliniken

Rund 75.000 Menschen mit einer Herzkrankheit gehen nach der Akutbehandlung in eine Rehabilitation. Sie machen gut sieben Prozent aller medizinischen Rehabilitationen bundesweit aus. Dabei fällt auf, dass ca. 57.400 Männer und ca. 17.600 Frauen eine kardiologische Rehabilitation vornehmen. Drei Viertel aller Reha-Patienten sind männlich, weil die koronare Herzkrankheit (KHK) deutlich mehr Männer als Frauen betrifft. Diese Zahlen gehen aus dem aktuellen Deutschen Herzbericht 2016 hervor, der größten Versorgungsanalyse zur Herzmedizin in Deutschland, kostenfrei unter <http://www.herzstiftung.de/herzbericht> anzufordern.

„Die Rehabilitation senkt langfristig das Risiko an einem Herzinfarkt zu sterben“, betont der Kardiologe Prof. Dr. med. Axel Schlitt, Mitautor des Kapitels zur kardiologischen Reha im aktuellen Herzbericht und Chefarzt in der Paracelsus-Harz-Klinik Bad Suderode. So leiden etwa 80 Prozent der Reha-Patienten an der KHK, der häufigsten und lebensbedrohlichen Erkrankung des Herzens. Viele von ihnen kommen nach einem akuten Herzinfarkt in die Reha-Klinik, gefolgt von Patienten nach einer Herz-Bypass- oder Herzklappenoperation, mit Herzschwäche, Bluthochdruck und anderen Herzerkrankungen.

Risiken im Fokus: Dauerhaft gesunder Lebensstil

Im Vordergrund der kardiologischen Reha steht die Behandlung der Risikokrankheiten für Herzinfarkt und Schlaganfall wie Fettstoffwechselstörungen (hohes Cholesterin), Fettleibigkeit, Bluthochdruck und Diabetes. Die Rehabilitation von Herzkranken ist nur dann nachhaltig, wenn die Betroffenen dauerhaft einen gesunden Lebensstil beibehalten. Nicht rauchen, sich ausreichend bewegen und gesund ernähren sind wesentliche Eckpunkte. „Die Reha wirkt mindestens ein Jahr nach“, sagt Prof. Schlitt, „danach verwaschen die positiven Effekte, weil die Patienten häufig in ihren alten Trott zurückfallen.“ Zahlreiche Nachsorgeprogramme wie Herz- und Rehabilitationssportgruppen sowie zeitlich begrenzte und kardiologisch orientierte Reha-Programme wie IRENA und KARENA der Deutschen Rentenversicherung dienen dazu, die Patienten nach der Reha weiter zu motivieren. Doch sie werden zu wenig genutzt. „Über die Angebote sollte“, so Prof. Schlitt, „viel häufiger informiert und geworben werden. Damit die Rehabilitation noch mehr Lebensjahre schenkt.“

Immer wichtiger: Herz und Psyche, Familie und Beruf

Da die KHK mit Depressionen und Angststörungen einhergehen kann, nimmt die psychologische Betreuung einen bedeutenden Platz in der Rehabilitation ein. „Das ist ein enorm wichtiger Aspekt und rückt die Psychokardiologie, die sich dem Zusammenhang von Herzerkrankungen und seelischem Befinden widmet, mehr und mehr ins Bewusstsein“, erläutert Prof. Schlitt. Das Konzept habe sich bewährt. Nach drei bis vier Wochen in der Reha-Klinik seien die Patienten psychisch wesentlich stabiler. In einer sogenannten multimodalen Rehabilitation wird auf alle Lebensbereiche der Patienten wie etwa Bewegung, Ernährung oder familiäre und berufliche Situation eingegangen, um Risikofaktoren zu mindern und eine gesunde Lebensweise zu fördern. Laut Herzbericht waren die Rehabilitanden häufiger im Handel und Verkehr, in der Metallverarbeitung sowie in Verwaltungs- und Organisationsberufen tätig.

Auch wenn man seinen Beruf nur ungerne ausübt, kann sich das nachteilig auf das Herz auswirken. „Das stresst und macht krank und gilt für einen Manager genauso wie für einen Fensterputzer.“ Gezeigt hat sich, dass Menschen, die nachts arbeiten, häufiger herzkrank werden. Ihr Blutdruck und Puls ist erhöht. Sind sie bereits von einer KHK betroffen, besteht ein erhöhtes Herzinfarkt-Risiko. Deswegen verfügen etliche Reha-Kliniken über Büroräume oder Werkstätten, an denen Patienten die Situation an ihrem Arbeitsplatz simulieren, ihr Verhalten und ihre Einstellung zum Job überprüfen und ändern können. Ein weiterer Schritt ist es, dass Kliniken mit Unternehmen und Betrieben sowie den dortigen Werksärzten kooperieren, wenn die Rehabilitanden wieder im Leben stehen. „Das ist sehr sinnvoll und sollte man viel häufiger anbieten.“

Tipp: Den Deutschen Herzbericht 2016 sowie wichtige und hilfreiche Infos zu allen Herzkrankheiten erhalten Betroffene kostenfrei unter <http://www.herzstiftung.de/herzbericht> sowie www.herzstiftung.de und der zentralen Telefonnummer der Deutschen Herzstiftung e.V.: 069 955128-0, oder per E-Mail unter bestellung@herzstiftung.de

Download von druckfähigem Bildmaterial:

Grafik: Kardiologische Rehabilitation – Die Verteilung der 15 häufigsten Diagnosen

<http://www.herzstiftung.de/presse/bildmaterial/grafik-reha-haeufigste-diagnosen.jpg>

Grafik: Kardiologische Rehabilitation – Berufsgruppen nach Geschlecht der Rehabilitanden

<http://www.herzstiftung.de/presse/bildmaterial/tabelle-reha-berufsgruppen.jpg>

Quelle: Deutscher Herzbericht 2016/Deutsche Herzstiftung (Hg.)

Abbildung: Der Deutsche Herzbericht 2016

<http://www.herzstiftung.de/presse/bildmaterial/herzbericht-dhs.jpg>

Collage: Ulrike Eberius/DHS

39/2017

Informationen:

Deutsche Herzstiftung e.V.

Pressestelle:

Michael Wichert/Pierre König

Tel. 069 955128-114/-140

E-Mail: wichert@herzstiftung.de/

koenig@herzstiftung.de

Weitere Informationen:

- <http://www.herzstiftung.de/herzbericht>

- <http://www.herzstiftung.de>

Quelle: idw

Portrait

-

News-ID: 970509 • Views: 445 (Stand: 31.07.2026)

Link zur Pressemitteilung:

<https://www.openpr.de/news/970509/Rehabilitation-schenkt-Lebensjahre.html>