

## Neues Nachsorgeprogramm soll Patientenwissen auffrischen

# Booster für die Herz-Kreislauf-Reha

**Die Nachsorge von Herz-Kreislauf-Patienten ist alles andere als erfolgreich. Nur jeder zweite Infarktpatient geht überhaupt zur Reha und spätestens ein Jahr nach der Anschlussheilbehandlung sind die meisten guten Vorsätze wieder vergessen. Das soll sich mit dem kardiovaskulären Reha-Nachsorgeprogramm KARENA jetzt ändern.**

— 16 prominente deutsche Reha-Kardiologen haben dieses Schulungsprogramm zusammen mit der Firma AstraZeneca entwickelt. Das Programm für die Zeit nach der kardiologisch-angiologischen Rehabilitation basiert auf den Ergebnissen der HANSA-Studie. In dieser Studie wurde untersucht, ob sich der Reha-Erfolg in Bezug auf kardiovaskuläre Risikofaktoren durch Auffrischungsseminare – im Sinne eines Booster-Effektes – konservieren lässt. Dazu wurden 420 Patienten nach dem Zufallsprinzip auf zwei Gruppen verteilt: eine Kontrollgruppe, die nach Abschluss der dreiwöchigen kardiologischen Anschlussheilbehandlung (AHB) in herkömmlicher Weise weiterbetreut wurde, und eine Interventionsgruppe, die zusätzlich im ersten Jahr nach der AHB an drei halbtägigen Auffrischkursen teilnahm.

### Reha-Erfolg geht schnell verloren

Wie schon in ähnlichen Untersuchungen war auch in der HANSA-Studie

während der dreiwöchigen Rehabilitation eine ausgeprägte Verbesserung des Risikoprofils zu beobachten. Freilich: Dieser Rehabilitationserfolg war innerhalb des Beobachtungszeitraums von einem Jahr vollständig verloren gegangen. Durch die Teilnahme an den drei Auffrischkursen konnte dieser Verlust zwar nicht aufgehoben, aber signifikant verringert werden. Ein positiver Einfluss ergab sich auf das Serumcholesterin, den Blutdruck, die Blutzuckereinstellung und vor allem auf den Bewegungsmangel.

### Flächendeckende Einführung

Das darauf aufbauende interaktive Schulungsprogramm KARENA orientiert sich an Leitlinien und evidenzbasierter Medizin. Es soll das Wissen der Patienten auffrischen und sie weiter motivieren, ihr Leben langfristig zu ändern. Das von der Deutschen Gesellschaft für Rehabilitation und Prävention (DGPR) offiziell empfohlene Programm wird nicht direkt an Patienten

abgegeben, sondern an Mediziner. Diese schulen ihre Patienten über die Dauer eines Jahres. Erste praktische Ergebnisse sind viel versprechend. Das Ziel: KARENA soll nun flächendeckend in den deutschen Kliniken unter Einbeziehung der für die Nachsorge zuständigen Hausärzte eingeführt werden.

### Was beinhaltet die Schulung?

Die Schulung sieht innerhalb eines Jahres vier halbtägige Nachsorgeveranstaltungen vor. Der Vorteil: Die Patienten müssen dazu ihre gewohnte Umgebung nicht verlassen. Betreut werden die maximal 24 Teilnehmer dabei von einem Seminarleiter (in der Regel ein Mitarbeiter des ärztlichen Dienstes), ein bis zwei Ärzten und einem Physiotherapeuten. Dabei werden folgende Themengebiete behandelt: Bewegung, Ernährung, medikamentöse Behandlung und psychosoziale Aspekte.

Zu den wichtigsten Risikofaktoren der Atherosklerose zählen neben dem Rauchen auch Übergewicht, Bluthochdruck, Diabetes, falsche Ernährung und Bewegungsmangel. Wie diese Faktoren zu beeinflussen sind, soll im Rahmen des Nachsorgeprogramms vermittelt werden. Zudem werden die psychosozialen Aspekte beleuchtet. Welche Rolle spielen Stress und Sucht bei Herzkrankheiten und welchen Einfluss haben sie auf das Sexualleben? Darüber hinaus werden grundlegende Informationen zur medikamentösen Behandlung erläutert.

Die Deutsche Rentenversicherung (DRV) Nord finanziert für ihre Versicherten die Teilnahme an KARENA. Vereinbarungen mit den anderen Kostenträgern der Rehabilitation werden derzeit angestrebt. Ziel ist, KARENA bundesweit anzubieten. Weitere Informationen unter: [www.nachsorgeprogramm.de](http://www.nachsorgeprogramm.de).

DR. MED. JOCHEN AUMILLER ■

■ Pressekonferenz zu KARENA am 27. Oktober 2005 in Frankfurt (Sponsor: AstraZeneca).



Foto: doc-stock/Bruno Schneyer

**Wie wichtig Bewegung ist, wird nach der Reha gern vergessen.**

**Nachsorge**

**Für wen ist KARENA geeignet?**

Ein kardiovaskuläres Nachsorgeprogramm bietet sich u. a. für Patienten mit folgenden Erkrankungen an:

- Schlaganfall
- Bluthochdruck
- Angina pectoris
- Herzschwäche
- Rhythmusstörungen
- Herzinfarkt
- Arterielle Verschlusskrankheit