

## Komplexere Medikation, Erfolge mit nicht medikamentösen Strategien

# Therapie der Herzinsuffizienz in Bewegung

### Prof. Dr. med. Martin Halle

Präventive und Rehabilitative Sportmedizin,  
Klinikum rechts der Isar,  
Technische Universität München



— Gerade die Herzinsuffizienz ist eines der Krankheitsbilder, deren Verständnis sich hinsichtlich der Pathophysiologie sowie der medikamentösen und nicht medikamentösen Therapiestrategien tiefgreifend gewandelt hat. So wird heute hinsichtlich der Pathophysiologie zwischen „systolischer“ und „diastolischer“ Herzinsuffizienz unterschieden. Dies bedeutet, dass nicht mehr allein die Pumpfunktionsstörung, z.B. nach einem Myokardinfarkt, als Ursache für eine Herzinsuffizienzsymptomatik angesehen wird. Ebenso kann die Zunahme der Steifigkeit des linken Ventrikels – bei erhaltener linksventrikulärer Pumpfunktion (!) – eine typische Herzinsuffizienzsymptomatik verursachen, bei vergleichbarer Mortalität. Diese reduzierte Relaxationsstörung wird insbesondere bei Patienten mit Diabetes und Hypertonie beobachtet und kann nur echokardiografisch gesichert werden.

### Neue Behandlungsansätze

Neben dem neuen Verständnis zur Pathophysiologie hat sich auch die medikamentöse Therapie der Herzinsuffizienz verändert. Damit konnten sowohl die Symptomatik als auch die Prognose der Erkrankung innerhalb der letzten zehn Jahre dramatisch verbessert werden. Neue Behandlungsstrategien wie die Ausweitung der Indikation der Betablockertherapie und der Einsatz von Aldosteronantagonisten haben maßgeblich dazu beigetragen. Allerdings ist die Medikation der Herzinsuffizienzpatienten dadurch sehr komplex geworden und bedarf einer engen Abstimmung zwischen Hausärzten und Kardiologen. Die aktuellen Leitlinien zur Therapie der Herzinsuffizienz werden in diesem Fortbildungsschwerpunkt aktualisiert und praxisnah besprochen.

Aber auch die nicht medikamentösen Therapiestrategien wie „Call-Center“, „Study-Nurse“ oder Bewegungsprogramme haben sich in den letzten Jahren zumindest innerhalb von Studien als wichtige Therapiekomponente beweisen können. Sie erreichten positive Effekte hinsichtlich der Prognose der Patienten im Sinne von Krankenhaustagen und Mortalität. Gerade wurde in Berlin an der Charité das große telemedizinische Projekt „Partnership for the Heart“ gestartet, welches das Telemonitoring als wesentliche zusätzliche Interventionsstrategie validieren und etablieren soll. Direkt umsetzbar sind Strategien zu mehr körperlicher Aktivität. Noch vor einigen Jahren als Kontraindikation betrachtet spielt körperliches Training selbst im fortgeschrittenen Stadium der Herzinsuffizienz oder auch während des stationären Aufenthalts eine wichtige Rolle. Doch ein solches Trainingsprogramm ist hinsichtlich Auswahl und Dosierung der Aktivität ebenso diffizil wie eine medikamentöse Therapie, und die alleinige Empfehlung zu mehr Alltagsaktivität reicht nicht aus. Zum besseren Verständnis des Therapieprinzips körperlicher Aktivität sind im zweiten Beitrag dieses Schwerpunkts deshalb der wissenschaftliche Hintergrund sowie die direkte Umsetzung dargestellt. Um diese Strategie zu verifizieren, wurde eine groß angelegte Studie in den USA begonnen, in der Herzinsuffizienzpatienten 18 Monate überwacht in einer Trainingseinheit Radfahren oder Gehen. Zu Hause wird das Programm fortgeführt, und die Patienten kommen alle drei Monate in die Trainingsinstitution, um das Training anzupassen.

### Flächendeckende Konzepte erfordern Umdenken

Sollte sich in den Studien zum körperlichen Training oder zu den telemedizinischen Ansätzen zeigen, dass sich physiologische Parameter, Lebensqualität und klinische Endpunkte verbessern, werden wir diese Konzepte flächendeckend umsetzen müssen. Hierzu wird es nötig sein, unsere Patienten mit Herzinsuffizienz in einem Verbund von Hausärzten, Kardiologen, Sportmedizinern, Trainingswissenschaftlern und Krankenschwestern zu betreuen. Das erfordert ein Umdenken in unserem Verständnis einer „optimalen Therapie“ nicht nur bei uns Ärzten, sondern auch bei den Krankenkassen und den Patienten selbst. Ich bin gespannt, wie sich dies in Zukunft entwickeln wird.