

# KARDIALE REHABILITATION

Dass PatientInnen nach einem akuten Herzinfarkt von einer kardialen Rehabilitation profitieren ist bereits hinreichend gezeigt (JAMA Cardiol. 2016;1(9):980–988). Dabei steigt während eines solchen Therapieprogramms nicht nur die Lebensqualität, sondern auch die langfristige Lebenserwartung. Doch nicht nur Herzinfarkt-Patienten gewinnen durch die Teilnahme an einem Reha-Programm. Die Österreichische Kardiologische Gesellschaft (ÖKG) empfiehlt deshalb auch PatientInnen nach einer Herzoperation oder bei einer chronischen Herzschwäche sowie nach einfacher Implantation eines Koronarstents die Durchführung einer kardialen Rehabilitation.

## WAS PASSIERT WÄHREND DER KARDIALEN REHABILITATION?

Während der stationären Rehabilitation im REHA Zentrum Münster bieten wir nach einer ausführlichen Aufnahmeuntersuchung ein breit gefächertes, individuell auf den einzelnen Patienten abgestimmtes Programm. Dieses besteht neben einer gezielten Optimierung der medikamentösen Therapie aus einem ausgiebigen, ärztlich überwachten Trainingsprogramm (Ausdauer-, Kraft- und spezifische Trainingstherapie in Gruppen- und Einzelsitzungen) sowie einer unterstützenden Begleittherapie (Massagen, Lymphdrainage, Fango, Elektrothe-

rapie u.a.). Daneben finden zahlreiche Schulungen (z.B. zum Thema Herzinfarkt, Herzklappen, Herzschwäche, Bluthochdruck, Diabetes mellitus u.a.), Ernährungsberatungen und eine psychologische Unterstützung (Gesprächstherapie, Entspannungsgruppen, Biofeedback) besonderen Anklang bei unseren PatientInnen (Abb. 1). Ziel ist dabei, dass sich unsere PatientInnen während des Aufenthaltes gesunde Lebensgewohnheiten aneignen und diese langfristig im Alltag selbständig umsetzen.

## WIE ERFOLGT DIE ÄRZTLICHE BETREUUNG?

Neben der Aufnahme- und Entlassungsuntersuchungen haben alle PatientInnen mehrmals pro Woche allgemein- bzw. fachärztliche Visiten. Hier erfolgen die individuellen ärztlichen Krankheitsaufklärungen, die Optimierung und wenn möglich Reduktion der medikamentösen Therapie (z.B. Blutdruck-, Cholesterin- und Zuckertabletten) sowie die Planung und Vereinbarung von eventuell notwendigen Folgeterminen während und nach Abschluss der RehaMaßnahme.

## WIE LANGE DAUERT EINE STATIONÄRE REHABILITATION?

Nach akuten Erkrankungen wie dem Herzinfarkt oder nach Herzoperationen genehmigen die Sozialversicherungsträger im Regelfall eine Aufenthaltsdauer von 4 Wochen (sog. Anschlussheilverfahren). Bei chronischen Erkrankungen oder PatientInnen, die wiederholt zur Rehabilitation geschickt werden, ist der Aufenthalt auf einen Zeitraum von 3 Wochen beschränkt. Bedingt durch das stationäre Umfeld haben unsere PatientInnen so über den gesamten Zeitraum die Möglichkeit, sich unabhängig vom heimischen Alltagstrott ganz auf sich selbst und die eigene Gesundheit zu konzentrieren.

## MUSS ICH ERST KRANK SEIN, UM AUF REHA ZU GEHEN?

Auch ohne bereits eingetretene Herz-Kreislauf-Erkrankung haben Sie bei einem entsprechend hohen kardiovaskulären Risikoprofil die Möglichkeit, eine Rehabilitation zu beantragen. Ein wichtiger Schwerpunkt der kardialen Rehabilitation liegt nämlich in der Vorbeugung und Verhinderung des Wiederauftretens solcher Erkrankungen. Insbesondere PatientInnen bei denen eine Kombination aus mehreren der im folgenden genannten Risikofaktoren vorliegen, profitieren besonders von einer Rehabilitation: Bluthochdruck, Übergewicht, Diabetes mellitus, Raucher, erhöhte Cholesterinwerte u.a.



Abb. 2: Ausdauertraining im REHA Zentrum Münster

## WER BEANTRAGT DIE REHABILITATION?

Der Antrag auf Kostenübernahme einer kardialen Rehabilitation wird im Regelfall durch den Haus- oder Facharzt oder bereits während eines Krankenhausaufenthaltes durch die behandelnden Stationsärzte gestellt. Dabei wird eine Seite des Antrags durch den Patienten (persönliche Daten, Versicherungsstatus), die andere durch den Arzt (medizinische Begründung, Gesundheitsstatus) ausgefüllt. Nach Bearbeitung durch die Sozialversicherung (meist die Pensionsversicherung, in einigen Fällen die Krankenversicherung) erfolgt dann ggf. die Genehmigung und die Terminvereinbarung mit dem Rehazentrum in einer telefonischen Kontaktaufnahme. Natürlich können Sie auch als Selbstzahler jederzeit an unser Zentrum kommen, unsere Reservierungsabteilung berät Sie hier gerne.

## FAZIT

Während einer kardialen Rehabilitation kann durch Optimierung der medikamentösen Therapie, durch Ausdauer- und Krafttraining sowie den Schulungen und therapeutischen Unterstützungsmaßnahmen der Grundstein für eine langfristig gute Lebensqualität und eine verlängerte Lebenserwartung gelegt werden.

Sollten Sie Fragen oder Anregungen haben, stehen mein Team und ich jederzeit gerne zur Verfügung.

Mit freundlichen Grüßen

Prim. Priv.-Doz. Dr. med.  
Christoph Johannes Brenner  
Departmentleiter Kardiologie



Portrait Dr. Brenner © Michaela Seidl

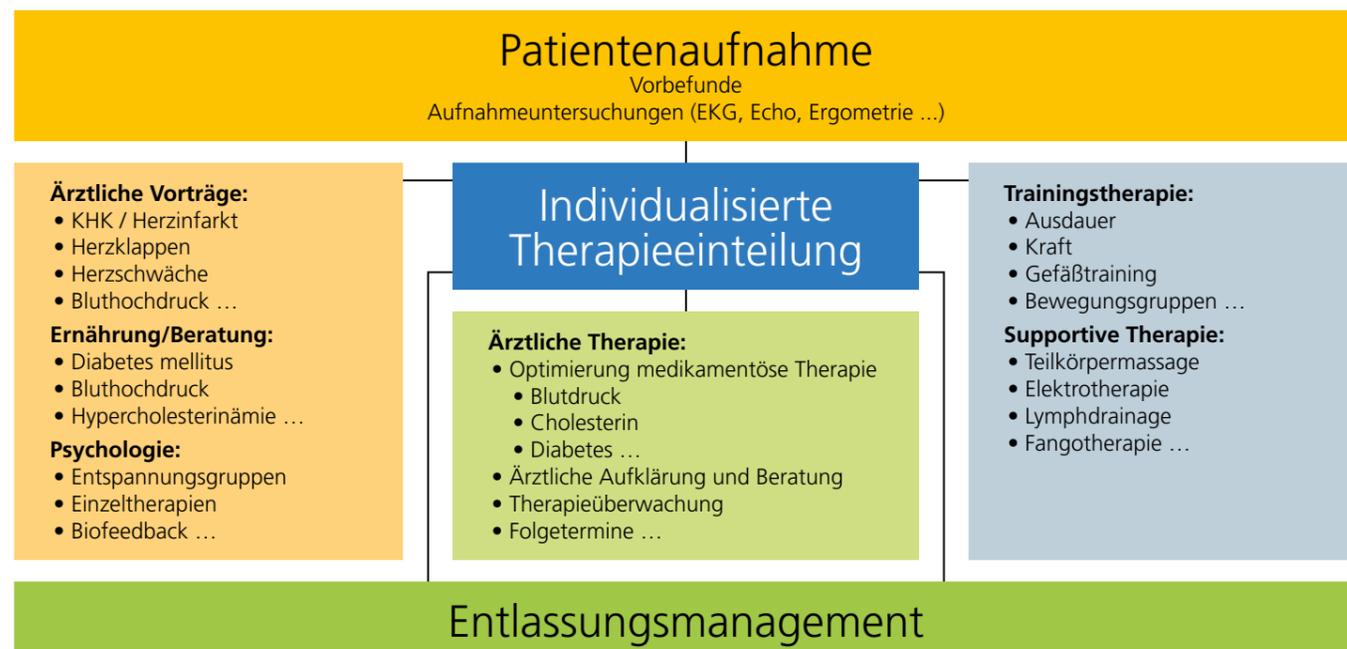


Abb. 1: Therapieprogramm während der stationären Rehabilitation