

Fortbildung 3/26 LVBPR am 06./07.06.2026

DGPR – Herzinsuffizienztrainer 15UE

### **Samstag**

- 9.00-10.00            Gunnar Thome:  
Begrüßung  
Herzinsuffizienz in der Ambulanten Herzgruppe  
Positionspapier Herzinsuffizienz  
Herzinsuffizienzgruppen  
Gründungsleitfaden
- 10.00-13.00        Theorie: Sport bei Herzinsuffizienz  
Trainingsmöglichkeiten  
Belastungssteuerung  
Praxis Trainingsmöglichkeiten:  
Ausdauer, Kraft, Koordination, Atemtraining  
Entspannungstraining  
Transfer in Alltag  
Notfallmanagement, Reanimationstraining mit AED

### **Sonntag**

- 9.30-12.00        Matthias Lerche:  
Medizinische Aspekte:  
Indikationen/Diagnosen; Kontraindikationen/Ausschlussdiagnosen  
Rehabilitationsziele  
Medizinische Voraussetzungen für ein regelmäßiges Training  
Schwere Herzinsuffizienz (z.B. NYHA III, EF < 40%)  
Ventrikuläre Herz-Rhythmusstörungen (mit oder ohne Device)  
Herzklappenvitien (mittelschwerer Ausprägung)  
Überlebter Herzstillstand  
Herztransplantation  
Weitere Krankheitsbilder  
Trainingsmöglichkeiten im Rahmen einer Herzgruppe mit hohem  
Ereignisrisiko
- 12.00                Pause
- 13.00-15.30        Steffen Pawelczack:  
Psyche und Herzinsuffizienz  
Vertiefung Psychosoziale Aspekte:  
Krankheitsverarbeitung, Coping  
Techniken der Gesprächsführung in belastenden Situationen  
Gruppendynamische Aspekte  
Persönlichkeitsstrukturen  
Umgang mit Angst, Depression, Krankheit, Tod
- 15.30                Abschluss
- Plus 2 UE Selbststudium im Vorfeld