



„Gesundheitsbildende Maßnahmen“

Informationen zur Durchführung und  
Vergütung im Rahmen der  
Herzgruppenarbeit

01.01.2014

# Inhaltsverzeichnis

Vorbemerkung	3
1. Ziele Gesundheitsbildender Maßnahmen	4
2. Zielgruppe	4
3. Angebotsprofil	5
4. Qualifikation der Referenten	5
5. Anerkennung	6
6. Qualitätsmanagement	6
7. Finanzierung	7
8. Durchführungsbestimmungen	7
9. Leistungsbeschreibung von Gesundheitsbildungsmaßnahmen	8
10. Literatur	15
11. Anhang	16

## Vorbemerkung

Gesundheitsbildung stellt einen zentralen Bestandteil der medizinischen Rehabilitation von Patienten mit chronischen Herz-Kreislauf-Erkrankungen dar. Inhalt dieser Maßnahmen sind unterschiedliche Themen, die v.a. das Ziel verfolgen, Informationen über die Erkrankung und deren Behandlung zu vermitteln.

*„Medizinische Rehabilitation umfasst einen ganzheitlichen Ansatz der über das Erkennen, Behandeln und Heilen von Krankheiten hinaus, die wechselseitige Beziehung zwischen den Gesundheitsproblemen eines Versicherten berücksichtigt, um im Einzelfall den bestmöglichen Rehabilitationserfolg im Sinne der Teilhabe an Familie, Arbeit, Gesellschaft und Beruf zu erreichen.“*

Quelle: Gemeinsamer Bundesausschuss, Richtlinien des Gemeinsamen Bundesausschusses über Leistung zur medizinischen Rehabilitation nach §92 Abs. 1, Satz 2, Nr.8, SGBV, 16.03.2004.

Die Herzgruppen der Deutschen Gesellschaft für Prävention und Rehabilitation von Herz-Kreislauferkrankungen e.V. (DGPR) haben mit dem Konzept der „Gesundheitsbildenden Maßnahmen“ die Möglichkeit, einen ganzheitlichen Ansatz in der kardiologischen Rehabilitation umzusetzen, der über den Aspekt von Bewegung und Sport hinausgeht.

Laut Schubmann (et.al 2011) stellen die Patientenschulungen einen unverzichtbaren Bestandteil der medizinischen Rehabilitation dar. Dabei soll Wissen sowie Motivation zu einer Lebensstiländerung übermittelt werden.

Unter der Berücksichtigung von empirisch identifizierten Qualitätsmerkmalen „klare Strukturierung“, „teilnehmerorientiertes Sozialklima“ und kognitive Aktivierung unter besonderer Berücksichtigung fachspezifischer Aspekte“ sollen die nachfolgenden Schulungsmaßnahmen angeboten werden(Feicke et.al 2012).

## Impressum

Herausgeber: Deutsche Gesellschaft für  
Prävention und Rehabilitation  
von Herz-Kreislauferkrankungen e.V. (DGPR)  
Friedrich-Ebert-Ring 38  
56068 Koblenz  
Tel.: 0261 – 30 92 31  
Fax: 0261 – 30 92 32  
E-Mail: info@dgpr.de  
Internet: www.dgpr.de

Redaktion: Geschäftsstelle der DGPR Phase III

Inhalt: M. Mohnke, P. Pfaffel, H. Berke, K. Schröder, O. Haberecht,  
A. Bärsch-Michelmann

## 1. Ziele Gesundheitsbildender Maßnahmen

In Anlehnung an den in der Vorbemerkung aufgeführten ganzheitlichen Ansatz der medizinischen Rehabilitation gelten folgende Ziele für die Durchführung Gesundheitsbildender Maßnahmen:

- Besserung der Lebenserwartung und Lebensqualität der Patienten
- Zunehmende Einbindung des Patienten in die medizinische Behandlung (Adherence)
- Aufbau der Fähigkeit zum selbstverantwortlichen Umgang mit Erkrankungen (Empowerment)
- Reduktion krankheitsbedingter Kosten

Aufgabe der Leistungserbringer für den Rehabilitationssport in Herzgruppen als einen integralen Bestandteil einer am langfristigen Erfolg orientierten, umfassenden Versorgung von Herzpatienten ist es, mit ihren Möglichkeiten zur Erreichung der allgemeinen Rehabilitationsziele beizutragen. Daraus ergeben sich für die kardiologische Rehabilitation folgende Ziele der Gesundheitsbildung:

- Abwendung, Beseitigung, Minderung, Verhütung einer Verschlimmerung oder Minderung der Folgen von Behinderung
- Beitrag zur Wiederherstellung und zum Erhalt der Erwerbsfähigkeit oder zur Vermeidung von Pflegebedürftigkeit
- Förderung der Selbstbestimmung/ der Selbstverantwortung (Hilfe zur Selbsthilfe)
- Steigerung der Lebensqualität
- Reduktion der Morbidität und der Mortalität

Mit Hilfe der im Folgenden aufgeführten Maßnahmen sollen diese Ziele erreicht werden.

1. Information zur Erkrankung, zu den Erkrankungsursachen und deren leitliniengerechte Therapie,
2. nachhaltige Lebensstiländerung bei gleichzeitiger Reduzierung der Risikofaktoren,
3. Unterstützung bei der Krankheitsverarbeitung,
4. psychologische Mitbetreuung unter dem Gesichtspunkt Depressivität und Angst,
5. Weiterführung der allgemeinen Gesundheitsbildung im Alltag.

## 2. Zielgruppe

Die Gesundheitsbildenden Maßnahmen richten sich in erster Linie an die Teilnehmer am Rehabilitationssport in einer Herzgruppe. Angehörige, ehemalige Teilnehmer sowie alle Menschen mit einem Interesse an Herz-Kreislaufkrankungen und deren Risikofaktoren sollen langfristig eingebunden werden.

### 3. Angebotsprofil

Laut der Vereinbarung zur Durchführung und Finanzierung des Rehabilitationssports in Herzgruppen wurden die im Folgenden aufgeführten Themen zwischen der DGPR und den Kostenträgern vertraglich vereinbart.

- A Krankheitsbewältigung bei arterieller Hypertonie
- B Risikofaktor Psyche bei KHK-Patienten, Stressformen
- C Kardiovaskuläre Risikofaktoren
- D Ernährung
- E Körperliche Aktivität und Training in der Sekundärprävention und Therapie kardiovaskulärer Erkrankungen
- F Koronare Krankheitsbilder
- G Primär- und Sekundärprävention kardiovaskulärer Erkrankungen
- H Risikofaktor Rauchen

Eine ausführliche Beschreibung der Inhalte zu den einzelnen Themen ist in Kap. 9 „Leistungsbeschreibung“ zu finden.

### 4. Qualifikation der Referenten

Die Leistungserbringer für den Rehabilitationssport in Herzgruppen sind dafür verantwortlich, sowohl fachlich als auch didaktisch-methodisch ausreichend qualifizierte Referenten für die Durchführung gesundheitsbildender Maßnahmen einzusetzen.

- A Krankheitsbewältigung bei arterieller Hypertonie  
Arzt mit entsprechender Qualifikation für dieses Thema
- B Risikofaktor Psyche bei KHK-Patienten, Stressformen  
Psychotherapeut, Arzt oder Herzgruppenleiter der DGPR mit entsprechender Qualifikation für dieses Thema
- C Kardiovaskuläre Risikofaktoren  
Arzt mit entsprechender Qualifikation für dieses Thema
- D Ernährung  
Ökotrophologe, Diätassistent oder Ernährungsberater
- E Körperliche Aktivität und Training in der Sekundärprävention und Therapie kardiovaskulärer Erkrankungen  
Sportmediziner, Sportpädagoge/-wissenschaftler oder Herzgruppenleiter der DGPR mit entsprechender Qualifikation für dieses Thema
- F Koronare Krankheitsbilder  
Arzt mit entsprechender Qualifikation für dieses Thema
- G Primär- und Sekundärprävention kardiovaskulärer Erkrankungen  
Arzt mit entsprechender Qualifikation für dieses Thema
- H Risikofaktor Rauchen  
Arzt, Psychologe oder anerkannter Trainer mit entsprechender Qualifikation

## **5. Anerkennung**

Grundsätzlich können nur Gesundheitsbildungsmaßnahmen vergütet werden, die von

a/ Landesarbeitsgemeinschaften, die Mitglied in der DGPR sind, oder

b/ Herzgruppenträgern, die von einer Landes-Organisation der DGPR bzw. einer damit beauftragten Arbeitsgemeinschaft auf Landesebene gemäß Punkt 8.3. der aktuell gültigen Rahmenvereinbarung anerkannt sind,

angeboten werden.

Die Anerkennung von Gesundheitsbildungsmaßnahmen erfolgt ausschließlich durch die Landesarbeitsgemeinschaften, die Mitglied der DGPR sind.

Für das Genehmigungsverfahren ist das Antragsformular auf Anerkennung von qualitätsgesicherten Gesundheitsbildungsmaßnahmen (im Anhang) zu nutzen. Der vollständig ausgefüllte Antrag wird bei der zuständigen Landesarbeitsgemeinschaft der DGPR eingereicht. Unvollständig ausgefüllte Formulare werden zurück gewiesen.

Eine durch die Landesorganisation festgelegte Bearbeitungspauschale ist zu entrichten.

## **6. Qualitätsmanagement**

Durch überprüfbare Kriterien zur Qualitätssicherung soll sichergestellt werden, dass

- die Vorgaben und Richtlinien der DGPR eingehalten werden.
- eine Vergleichbarkeit im gesamten Bundesgebiet gewährleistet ist.
- eine weit reichende Vereinheitlichung von Bildungsangeboten in der Gesundheitsbildung erreicht wird.

Die Träger der Gesundheitsbildenden Maßnahmen sind die Leistungserbringer für den Rehabilitationssport in Herzgruppen. Sie sind verantwortlich für die Einhaltung der Richtlinien sowie die Qualitätssicherung.

Standardisierte, durch die DGPR zur Verfügung gestellte Schulungsmaterialien als Grundlage für die Gesundheitsbildungsmaßnahmen sind zu verwenden.

Alle Träger sind verpflichtet, eine Evaluierung des Angebots durchzuführen. Die Ergebnisse sollen in den zuständigen Landesorganisationen diskutiert werden und zur Grundlage zur Fortschreibung organisatorischer, inhaltlicher und methodischer Rahmenbedingungen gemacht werden.

Standardisierte Fragenbögen zur Evaluierung sind im Anhang zu finden. Die ausgefüllten Bögen sind an die anerkennende Stelle zurück zu senden.

## **7. Finanzierung**

Die Finanzierung der Gesundheitsbildenden Maßnahmen erfolgt für die Teilnehmer in den Herzgruppen mit gültiger Verordnung entsprechend der vereinbarten Vergütungssätze (7,50E je Maßnahme). Derzeit können Gesundheitsbildungsmaßnahmen nur mit Versicherten folgender Kassen abgerechnet werden:

- BARMER GEK
- TK – Technikerkrankenkasse
- DAK – Gesundheit
- KKH – Allianz
- HEK – Hanseatische Krankenkasse
- hkk
- Deutsche Rentenversicherung Bund
- AOK NordWest
- Primärkassen im Saarland
- DRV Saarland
- DRV Bayern

Auf dem Teilnahmebogen der Versicherten ist das Feld „GB“ (Gesundheitsbildungsmaßnahmen) anzukreuzen. Dabei ist zu beachten, dass jeder Themenkomplex eine eigene Positionsnummer hat!

Teilnehmer anderer Kassen sowie Gäste ohne Verordnung zahlen einen gleichwertigen Beitrag.

## **8. Durchführungsbestimmungen**

Die Durchführung der Gesundheitsbildenden Maßnahmen erfolgt innerhalb der gültigen Verordnung 12 Mal pro Erstverordnung bzw. & Mail pro Weiterverordnung.

Die Themenkomplexe sind in der Vereinbarung zur Durchführung und Finanzierung des Rehabilitationssports in Herzgruppen festgelegt (vgl. Kap. 3). Die Reihenfolge der einzelnen Themen ist frei wählbar, dabei kann sich ein Komplex über mehrere Veranstaltungen hinziehen. Eine ausführliche inhaltliche Beschreibung der Themen erfolgt in Kapitel 9.

Die Veranstaltung muss mindestens 60 Minuten und kann bis zu 90 Minuten dauern. Die Teilnehmerzahl darf maximal 30 Versicherte mit Verordnung betragen.

Der Träger der Veranstaltung ist verantwortlich für die Auswahl von qualifizierten Referenten, für die Durchführung der Veranstaltung gemäß der Vereinbarungen sowie die Durchführung von Maßnahmen zur Qualitätssicherung. Standardisierte Fragebögen sind im Anhang zu finden.

## 9. Leistungsbeschreibung von Gesundheitsbildungsmaßnahmen

Die Inhalte zu den einzelnen Themenkomplexen entsprechen den Richtlinien der „Vereinbarung zur Durchführung und Finanzierung des Rehabilitationssports in Herzgruppen“ zwischen DGPR und dem Verband der Ersatzkassen (vdek).

**Thema A:** Krankheitsbewältigung bei arterieller Hypertonie

**Ziel / Kernziele:** Informationen zur arteriellen Hypertonie, Definition, Ätiologie, Pathogenese

**Inhaltsvorschläge:** *(die Inhalte können auch auf mehrere Gruppenstunden aufgeteilt werden)*

### 1. Vision2, DVD 2, Modul 6: „Bluthochdruck“: (Dauer: 20:47 min)

Begleitheft: S. 72 - 81

Darin wird behandelt:

- Folgen des Bluthochdrucks (Begleitheft S. 72f)
- Blutdruckwerte (Begleitheft S. 74)
- Ursachen des Bluthochdrucks (Begleitheft S. 75)
- Symptome des Bluthochdrucks (Begleitheft S. 75)
- Wann und wie Blutdruckmessen (Begleitheft S. 76f)
- Welches Messgerät? (Begleitheft S. 78)
- Behandlung des Bluthochdrucks (Begleitheft S. 79 f)
- Was tun bei Notfällen? (Begleitheft S. 81)
- Blutdruck und Diabetes (Begleitheft S. 81)

### 2. Vortrag/Gruppenberatung:

- Nachbesprechung der Vision2-DVD-Vorführung:
  - Wesentliche Punkte aus der DVD-Vorführung nochmals herausgreifen (Vorbereitung dazu mit Hilfe des Begleithefts)
  - Fragen?
- Infos zu weiteren Themen:
  - Arterielle Hypertonie und Ernährung:  
KARENA- Modul „Ernährung“ – „Ernährung und Gewicht“ :  
Folien 13/14
  - Arterielle Hypertonie und Übergewicht

### 3. Schulung zur Messung des Blutdruckes und Wertung der Befunde

**Zielgruppe:** Patienten mit kardiovaskulären Risikofaktoren

**Methodik:** Vortrag/Gruppenberatung, Schulung

**Gruppengröße:** 20 bis max. 30 Patienten/Teilnehmer (ggf. auch Bezugspersonen)

**Dauer:** mindestens 60 Minuten je Einheit, bis 90 Minuten

**Häufigkeit:** 1x/2 Monate

**Raumausstattung:** Seminarraum, Laptop, Beamer, ggf. Verlängerungskabel

**Benötigte Hilfsmittel:** Blutdruckmessgeräte

**Qualifikation:** entsprechende Berufsqualifikation (Ärzte)

**Qualitätssicherung:** DGPR-Erfassungsbogen, Qualitätssicherungsbogen, Evaluationsbogen



**Thema B: Risikofaktor Psyche bei KHK-Patienten, Stressformen**

**Ziel / Kernziele:** Informationen zur psychischen Belastung bei koronarer Herzkrankheit, Stressformen

**Inhaltsvorschläge:** *(die Inhalte können auch auf mehrere Gruppenstunden aufgeteilt werden)*

**Stress**

**1. Vision2, DVD 2, Modul „Alltag“: (Sequenz von 0:00 min – 3:53 min)**

Begleitheft: S. 108 – 112

Darin wird behandelt:

- Von gutem und schlechtem Stress (Begleitheft S. 108)
- Wirkung von Stressoren (Begleitheft S. 109)
- So begegnen Sie Stress (Begleitheft S. 110)
- Stressvermeidung (Begleitheft S. 110)
- Zeitmanagement (Begleitheft S. 111)
- Die eigene Belastbarkeit stärken (Begleitheft S. 111)
- Erlernen Sie Entspannungstechniken (Begleitheft S. 112 f)

**2. Vortrag/Gruppenberatung:**

- Nachbesprechung der Vision2-DVD-Vorführung:
  - Wesentliche Punkte aus der DVD-Vorführung nochmals herausgreifen (Vorbereitung dazu mit Hilfe des Begleithefts)
  - Fragen?

**3. KARENA-Modul „Psychosoziale Aspekte“ – „Gefährdung durch Stress und Sucht“: Folien 1 – 13**

**4. Vision2, DVD 1, Bonus-Modul „Stressnotbremse“: (Dauer: 17:52 min)**

Einleitung und Übungen zum Mitmachen: Übungen im Sitzen, Übungen im Stehen

**5. Erlernen von Entspannungsformen, z.B. Yoga, Tai Chi, PMR**

**Psyche**

**1. KARENA-Modul „Psychosoziale Aspekte“ – „Krankheitsverarbeitung, Sexualität bei Herzkrankheiten“: Folien 1 - 16**

*(weitere Inhaltsbausteine möglich über: Lehrinhalte Rehabilitationsleitlinien der DGPR: unter [www.dgpr.de](http://www.dgpr.de), dort unter „Leitlinien, Empfehlungen, Positionspapiere“, BZgA-Unterlagen)*

**Zielgruppe:** Patienten mit kardiovaskulären Risikofaktoren und deren Angehörige

**Methodik:** Vortrag/Gruppenberatung, Schulung

**Gruppengröße:** 20 bis max. 30 Patienten/Teilnehmer (ggf. auch Bezugspersonen)

**Dauer:** mindestens 60 Minuten je Einheit, bis 90 Minuten

**Häufigkeit:** 1x/2 Monate

**Raumausstattung:** Seminarraum, Laptop, Beamer, ggf. Verlängerungskabel

**Qualifikation:** entsprechende Berufsqualifikation (Ärzte, Psychotherapeuten, Herzgruppenleiter der DGPR)

**Qualitätssicherung:** DGPR-Erfassungsbogen, Qualitätssicherungsbogen, Evaluationsbogen

## Thema C: **Kardiovaskuläre Risikofaktoren**

**Ziel / Kernziele:** Informationen über kardiovaskuläre Risikofaktoren

- Atherosklerose
- Arterielle Hypertonie
- Fettstoffwechselstörungen
- Diabetes mellitus
- Metabolisches Syndrom

**Inhaltsvorschläge:** *(die Inhalte können auch auf mehrere Gruppenstunden aufgeteilt werden)*

### **1. Vision2, DVD 1, Modul 1: „Die koronare Herzkrankheit“: (Dauer: 15:02 min)**

Begleitheft: S. 4 - 10

Darin wird behandelt:

- Was ist KHK, Entstehung KHK (Begleitheft S. 4f)
- Individuelles Risiko, Risikofaktoren (Begleitheft S. 6)
- Feststellung der KHK (Begleitheft S. 7)
- Beschwerden bei KHK (Begleitheft S. 8)
- Folgen der KHK (Begleitheft S. 9)

### **2. Vortrag/Gruppenberatung:**

- Nachbesprechung der Vision2-DVD-Vorführung:
  - Wesentliche Punkte aus der DVD-Vorführung nochmals herausgreifen (Vorbereitung dazu mit Hilfe des Begleithefts)
  - Fragen?
- Infos zu weiteren Themen:
  - Arterielle Hypertonie und Ernährung:  
KARENA- Modul „Ernährung“ – „Ernährung und Gewicht“ :  
Folien 13/14
  - Arterielle Hypertonie und Übergewicht

### **3. KARENA-Modul „Medikamentöse Behandlung“ – „Grundlagen“: Folien 1 – 18;** Informationen zu medikamentöser Behandlung der Arteriosklerose/deren Risikofaktoren

*(weitere Inhaltsbausteine möglich über: Lehrinhalte Rehabilitationsleitlinien der DGPR: unter [www.dgpr.de](http://www.dgpr.de), dort unter „Leitlinien, Empfehlungen, Positionspapiere“, BZgA-Unterlagen)*

**Zielgruppe:** Patienten mit kardiovaskulären Risikofaktoren und deren Angehörige

**Methodik:** Vortrag/Gruppenberatung

**Gruppengröße:** 20 bis max. 30 Patienten/Teilnehmer (ggf. auch Bezugspersonen)

**Dauer:** mindestens 60 Minuten je Einheit, bis 90 Minuten

**Häufigkeit:** 1x/2 Monate

**Raumausstattung:** Seminarraum, Laptop, Beamer, ggf. Verlängerungskabel

**Qualifikation:** entsprechende Berufsqualifikation (Ärzte)

**Qualitätssicherung:** DGPR-Erfassungsbogen, Qualitätssicherungsbogen, Evaluationsbogen

**Thema D:** **Ernährung**  
• **Ernährungsgrundlagen**  
• **Übergewicht, Adipositas, Mangelernährung**

**Ziel / Kernziele:** Informationen über herzgesunde Ernährung

**Inhaltsvorschläge:** *(die Inhalte können auch auf mehrere Gruppenstunden aufgeteilt werden)*

**1. Vision2, DVD 1, Modul 3: „Ernährung“: (Dauer: 27:42 min; aufgeteilt in Kapitel)**  
Begleitheft: S. 20 - 45

Auf der DVD werden folgende Kapitel behandelt:

- Der Weg der Nahrung
- Kohlenhydrate und Blutzucker
- Proteine (Eiweiße)
- Fett und Fettverbrennung
- Gute Fette, schlechte Fette
- Cholesterinbewusst
- Mineralstoffe, Vitamine, Ballaststoffe
- Weniger Salz
- JoJo-Effekt
- Lasst uns kochen

**2. Vortrag/Gruppenberatung:**

- Nachbesprechung der Vision2-DVD-Vorführung:
  - Wesentliche Punkte aus der DVD-Vorführung nochmals herausgreifen (Vorbereitung dazu mit Hilfe des Begleithefts)
  - Fragen?

**3. KARENA-Modul „Ernährung“:**

„**Gesunde Kost**“: Folien 1 – 18

„**Ernährung und Gewicht**“: Folien 1 – 16

*(weitere Inhaltsbausteine möglich über: Lehrinhalte Rehabilitationsleitlinien der DGPR: unter [www.dgpr.de](http://www.dgpr.de), dort unter „Leitlinien, Empfehlungen, Positionspapiere“, Empfehlungen der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE), BZgA-Unterlagen)*

**Zielgruppe:** Patienten mit kardiovaskulären Risikofaktoren und deren Angehörige  
**Methodik:** Vortrag/Gruppenberatung  
**Gruppengröße:** 20 bis max. 30 Patienten/Teilnehmer (ggf. auch Bezugspersonen)  
**Dauer:** mindestens 60 Minuten je Einheit, bis 90 Minuten  
**Häufigkeit:** 1x/2 Monate  
**Raumausstattung:** Seminarraum, Laptop, Beamer, ggf. Verlängerungskabel  
**Qualifikation:** entsprechende Berufsqualifikation (Ernährungsberater/in, Diätassistent/in, Ökotrophologe/in)  
**Qualitätssicherung:** DGPR-Erfassungsbogen, Qualitätssicherungsbogen, Evaluationsbogen

**Thema E:** **Körperliche Aktivität und Training in der Sekundärprävention und Therapie kardiovaskulärer Erkrankungen**

**Ziel / Kernziele:** Informationen über körperliche Aktivitäten und Training

**Inhaltsvorschläge:** *(die Inhalte können auch auf mehrere Gruppenstunden aufgeteilt werden)*

**1. Vision2, DVD 1, Modul 4: „Bewegung“: (Dauer: 23:53 min)**

Begleitheft: S. 46 - 61

Darin wird behandelt:

- Bewegung als Medikament (Begleitheft S. 46)
- Vorurteil „Krankes Herz braucht Ruhe“ (Begleitheft S. 48)
- Überlastung erkennen, Pulskontrolle (Begleitheft S. 51 f)
- Geeignete/ungeeignete Sportarten (Begleitheft S. 53 f)
- Empfehlungen zum Trainingsprogramm (Begleitheft S. 54 ff)
- Bewegung im Alltag (Begleitheft S. 58 f)
- Bewegungsprotokoll (Begleitheft S. 60)

**2. Vortrag/Gruppenberatung:**

- Nachbesprechung der Vision2-DVD-Vorführung:
  - Wesentliche Punkte aus der DVD-Vorführung nochmals herausgreifen (Vorbereitung dazu mit Hilfe des Begleithefts)
  - Fragen?

**3. Vision2, DVD 2, Modul 10: „Nordic Walking“: (Dauer: 31:56 min)**

**4. KARENA-Modul „Bewegung“:**

„Einfluss auf Arteriosklerose“: Folien 1 – 14

„Bewegungsformen und Trainingssteuerung“: Folien 1 – 14

*(weitere Inhaltsbausteine möglich über: Lehrinhalte Rehabilitationsleitlinien der DGPR: unter [www.dgpr.de](http://www.dgpr.de), dort unter „Leitlinien, Empfehlungen, Positionspapiere“, BZgA-Unterlagen)*

**Zielgruppe:** Patienten mit kardiovaskulären Risikofaktoren und deren Angehörige

**Methodik:** Vortrag/Gruppenberatung

**Gruppengröße:** 20 bis max. 30 Patienten/Teilnehmer (ggf. auch Bezugspersonen)

**Dauer:** mindestens 60 Minuten je Einheit, bis 90 Minuten

**Häufigkeit:** 1x/2 Monate

**Raumausstattung:** Seminarraum, Laptop, Beamer, ggf. Verlängerungskabel

**Qualifikation:** entsprechende Berufsqualifikation (Herzgruppenleiter der DGPR, Sportmediziner, Sportpädagogen)

**Qualitätssicherung:** DGPR-Erfassungsbogen, Qualitätssicherungsbogen, Evaluationsbogen

**Thema F: Koronare Krankheitsbilder**

- Chronisch ischämische Herzkrankheit (CIHK)
- Angina pectoris, akuter Myokardinfarkt
- Herzinsuffizienz
- Herzrhythmusstörungen
- Psychische Störungen bei KHK

**Ziel / Kernziele:** Informationen über koronare Krankheitsbilder

**Inhaltsvorschläge:** *(die Inhalte können auch auf mehrere Gruppenstunden aufgeteilt werden)*

**1. Vision2, DVD 2, Modul 8: „Herzinsuffizienz und Herzrhythmusstörungen“:**  
**(Dauer: 25:01 min)**

Begleitheft: S. 96 - 107

Darin wird behandelt:

- Herzinsuffizienz: Ursachen, Diagnose, Lebensgestaltung (Begleitheft S. 96 ff)
- Herzrhythmusstörungen: Ursachen, Formen (Begleitheft S. 101 ff)
- Schrittmacher, implantierbarer Kardioverter-Defibrillator (ICD) (Begleitheft S. 105 ff)

**2. Vortrag/Gruppenberatung:**

- Nachbesprechung der Vision2-DVD-Vorführung:
  - Wesentliche Punkte aus der DVD-Vorführung nochmals herausgreifen (Vorbereitung dazu mit Hilfe des Begleithefts)
  - Fragen?

**3. KARENA-Modul „Bewegung“:**

„Einfluss auf Arteriosklerose“: Folien 1 – 14

„Bewegungsformen und Trainingssteuerung“: Folien 1 – 14

**4. Reanimationsschulung**

*(weitere Inhaltsbausteine möglich über: Lehrinhalte Rehabilitationsleitlinien der DGPR: unter [www.dgpr.de](http://www.dgpr.de), dort unter „Leitlinien, Empfehlungen, Positionspapiere“, BZgA-Unterlagen)*

**Zielgruppe:** Patienten mit kardiovaskulären Risikofaktoren und deren Angehörige

**Methodik:** Vortrag/Gruppenberatung

**Gruppengröße:** 20 bis max. 30 Patienten/Teilnehmer (ggf. auch Bezugspersonen)

**Dauer:** mindestens 60 Minuten je Einheit, bis 90 Minuten

**Häufigkeit:** 1x/2 Monate

**Raumausstattung:** Seminarraum, Laptop, Beamer, ggf. Verlängerungskabel

**Qualifikation:** entsprechende Berufsqualifikation (Ärzte)

**Qualitätssicherung:** DGPR-Erfassungsbogen, Qualitätssicherungsbogen, Evaluationsbogen

**Thema G: Primär- und Sekundärprävention kardiovaskulärer Erkrankungen**

**Ziel / Kernziele:** Informationen über Primär- und Sekundärprävention kardiovaskulärer Erkrankungen

**Inhaltsvorschläge:** Definition, Epidemiologie, Ätiologie, Pathogenese, Klinik, medikamentöse Therapie, Einfluss von körperlicher Aktivität, Einfluss von Ernährung, Information zu Schulungsmaßnahmen

**Zielgruppe:** Patienten mit kardiovaskulären Risikofaktoren und deren Angehörige

**Methodik:** Vortrag/Gruppenberatung

**Gruppengröße:** 20 bis max. 30 Patienten/Teilnehmer (ggf. auch Bezugspersonen)

**Dauer:** mindestens 60 Minuten je Einheit, bis 90 Minuten

**Häufigkeit:** 1x/2 Monate

**Raumausstattung:** Seminarraum, Laptop, Beamer, ggf. Verlängerungskabel

**Qualifikation:** entsprechende Berufsqualifikation (Ärzte)

**Qualitätssicherung:** DGPR-Erfassungsbogen, Qualitätssicherungsbogen, Evaluationsbogen

**Thema H: Risikofaktor Rauchen**

**Ziel / Kernziele:** Informationen über Risikofaktor Rauchen und Entwöhnungsmaßnahmen

**Inhaltsvorschläge:** *(die Inhalte können auch auf mehrere Gruppenstunden aufgeteilt werden)*

**1. Vision2, DVD 1, Modul 5: „Rauchfrei“: (Dauer: 16:34 min)**  
Begleitheft: S. 62 - 71

Darin wird behandelt:

- Risiken durch Rauchen (Begleitheft S. 61 ff)
- Wie entsteht die Abhängigkeit (Begleitheft S. 64 ff)
- Therapiemöglichkeiten (Begleitheft S. 68 ff)

**2. Vortrag/Gruppenberatung:**

- Nachbesprechung der Vision2-DVD-Vorführung:
  - Wesentliche Punkte aus der DVD-Vorführung nochmals herausgreifen (Vorbereitung dazu mit Hilfe des Begleithefts)
  - Fragen?
- Fagerström-Erfassungsbogen (= Test für Nikotinabhängigkeit)

**3. KARENA-Modul „Psychosoziale Aspekte“:**  
„Gefährdung durch Stress und Sucht“: Folien 15 – 19

*(weitere Inhaltsbausteine möglich über: Lehrinhalte Rehabilitationsleitlinien der DGPR: unter [www.dgpr.de](http://www.dgpr.de), dort unter „Leitlinien, Empfehlungen, Positionspapiere“, Empfehlungen der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE), BZgA-Unterlagen)*

**Zielgruppe:** Patienten mit kardiovaskulären Risikofaktoren und deren Angehörige

**Methodik:** Vortrag/Gruppenberatung

**Gruppengröße:** 20 bis max. 30 Patienten/Teilnehmer (ggf. auch Bezugspersonen)

**Dauer:** mindestens 60 Minuten je Einheit, bis 90 Minuten

**Häufigkeit:** 1x/2 Monate

**Raumausstattung:** Seminarraum, Laptop, Beamer, ggf. Verlängerungskabel

**Qualifikation:** entsprechende Berufsqualifikation (Ärzte, Psychologen, anerkannte Trainer)

**Qualitätssicherung:** DGPR-Erfassungsbogen, Qualitätssicherungsbogen, Evaluationsbogen

## 10. Literatur

Bundesarbeitsgemeinschaft für Rehabilitation (Hrsg.) (2011) *Rahmenvereinbarung über den Rehabilitationssport und das Funktionstraining. vom 1. Januar 2001*. Frankfurt/Main: Eigenverlag

Deutsche Gesellschaft für Prävention und Rehabilitation von Herz-Kreislaufkrankungen (Hrsg.) (2012): *Positionspapier Herzgruppe*. Koblenz: Eigenverlag

Deutsche Gesellschaft für Prävention und Rehabilitation von Herz-Kreislaufkrankungen (Hrsg.) (2012): *Positionspapier Nachfolgegruppe*. Koblenz: Eigenverlag

Feicke, J., Spörhase, U. (2012) *Impulse aus der Didaktik zur Verbesserung von Patientenschulungen*. In *Rehabilitation*, 51:300-307

Gemeinsamer Bundesausschuss (2001) *Richtlinien des Gemeinsamen Bundesausschusses über Leistungen zur medizinischen Rehabilitation (rehabilitations-Richtlinien)*. <http://www.g-ba.de/informationen/richtlinien/23/> (Zugriff: September 2010)

Schubmann, R., Seekatz, B. (2011) *Erfahrungsbericht: Patientenschulungen als Bestandteil der Rehabilitation*. In *herzmedizin*, 4: 41-45

Verband der Ersatzkassen e.V. (vdek) (2011). *Vereinbarung zur Durchführung und Finanzierung des Rehabilitationssports in Herzgruppen vom 01. September 2011*. Berlin: Eigenverlag

## **11. Anhang**

Anhang 1 Anerkennung von qualitätsgesicherten Gesundheitsbildungsmaßnahmen

Anhang 2 Teilnahmebestätigung

Anhang 3 Qualitätssicherungsbogen

Anhang 4 Evaluierungsbogen für die Teilnehmer



**Antrag auf Anerkennung  
von qualitätsgesicherten Gesundheitsbildungsmaßnahmen**

Name und Anschrift der Herzgruppe, die das Angebot durchführt:

Herzgruppe: \_\_\_\_\_

Straße, Hausnummer: \_\_\_\_\_

PLZ/Ort: \_\_\_\_\_

Telefon: \_\_\_\_\_ Email: \_\_\_\_\_

Ansprechpartner der Herzgruppe (Name, Vorname, Tel., Email):

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Vortragsort für das beantragte Angebot:

Straße, Hausnummer: \_\_\_\_\_

PLZ/Ort: \_\_\_\_\_

Raumgröße: \_\_\_\_\_

Anzahl der Sitzplätze: \_\_\_\_\_

Raumausstattung:

Beamer

Leinwand

Flipchart

Tafel

Metaplanwand

Moderationskoffer

sonstiges: \_\_\_\_\_

Rahmenbedingungen für das beantragte Angebot:

Dauer (jeweils) von \_\_\_\_\_ Uhr bis \_\_\_\_\_ Uhr

Geplante Anzahl der Teilnehmer pro Angebotstermin \_\_\_\_\_

Referenten für das beantragte Angebot:

Mit unserer Unterschrift versichern wir, ausschließlich qualifizierte Referenten nach Kapitel 4 „Qualifikation der Referenten“ für die Durchführung gesundheitsbildender Maßnahmen einzusetzen.

### Methodik

Wie soll die Vermittlung der Inhalte an die Teilnehmer erfolgen?

- Vortrag
- Seminar
- Gruppenschulung
- Verwendung von Medienpaket Vision 2
- Verwendung von Schulungsprogramm KARENA
- Sonstiges \_\_\_\_\_

### Inhalte

Welche Inhalte sollen mit dem geplanten Angebot vermittelt werden?

---

---

---

---

---

### Bemerkungen/ Ergänzungen

---

---

---

---

---

Wir beantragen die Anerkennung als Leistungserbringer der oben genannten Gesundheitsbildenden Maßnahme(n) und bestätigen hiermit die Einhaltung der Regelungen zu deren Durchführung und Qualitätssicherung gemäß der uns bekannten vertraglichen Vereinbarungen mit den Kostenträgern („Vereinbarung zur Durchführung und Finanzierung des Rehabilitationssports in Herzgruppen vom 01.09.2011 zwischen DGPR und vdek“ und „Vereinbarung zur Durchführung und Vergütung des Rehabilitationssports als ergänzende Leistung vom 10.07.2012 zwischen DRV BUND und DOSB/DBS/DGPR).

Datum/Unterschrift

## TEILNAHMEBESTÄTIGUNG

Der Veranstalter bestätigt, dass

**Herr/Frau**

**am**

**an der Veranstaltung**

teilgenommen hat.

**Veranstalter** (*Stempel*) :

.....  
Ort, Datum

.....  
Unterschrift des Veranstalters

## TEILNAHMEBESTÄTIGUNG

Der Veranstalter bestätigt, dass

**Herr/Frau**

**am**

**an der Veranstaltung**

teilgenommen hat.

**Veranstalter** (*Stempel*) :

.....  
Ort, Datum

.....  
Unterschrift des Veranstalters

## Qualitätssicherungsbogen

### Gesundheitsbildungsmaßnahmen in DGPR Herzgruppen

Sehr geehrter Veranstalter,

zur Sicherung der Qualität der Gesundheitsbildungsmaßnahmen gehört die Qualitätskontrolle. Aus diesem Grund möchten wir Sie bitten, die nachstehenden Fragen zu beantworten.  
Vielen Dank im Voraus!

**Titel (Pos.-Nr.):**

**1. Name und Adresse des Veranstalters:**

--

**2. Thema/Themen der Veranstaltung:**

--

**3. Referentenauflistung:**

--

**4. Anzahl der Teilnehmerinnen und Teilnehmer**

	insgesamt
	HG-Teilnehmer
	Angehörige

**5. Wurde der Evaluierungsbogen ausgegeben?**

<input type="radio"/> Ja	<input type="radio"/> Nein
--------------------------	----------------------------

Wenn nein, warum nicht?

--

**Vielen Dank für Ihr Mitwirken!**

## Evaluierungsbogen für die Gesundheitsbildungsmaßnahme

gem. Ziffer 2.4 Rahmenvereinbarung

Bundesland	Titel der Veranstaltung	Datum
------------	-------------------------	-------

**1. Wie wurden Sie auf die Veranstaltung zu den Gesundheitsbildungsmaßnahmen aufmerksam?**

- |  |   |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> Herzgruppenleiter der DGPR der Herzgruppe | <input type="checkbox"/> Informationsflyer, -unterlagen |
| <input type="checkbox"/> betreuender Herzgruppenarzt               | <input type="checkbox"/> Andere: _____                  |

**2. Bitte beurteilen Sie den/die Referenten nach ...**

didaktischer Aufbereitung des Vortrages	<input type="radio"/> sehr gut	<input type="radio"/> gut	<input type="radio"/> weniger gut	<input type="radio"/> gar nicht
medizinischer Kompetenz	<input type="radio"/> sehr gut	<input type="radio"/> gut	<input type="radio"/> weniger gut	<input type="radio"/> gar nicht
Rhetorik	<input type="radio"/> sehr gut	<input type="radio"/> gut	<input type="radio"/> weniger gut	<input type="radio"/> gar nicht

**3. Bitte beurteilen Sie die Inhalte der Veranstaltung nach ...**

Verständlichkeit	<input type="radio"/> sehr gut	<input type="radio"/> gut	<input type="radio"/> weniger gut	<input type="radio"/> gar nicht
Aktualität	<input type="radio"/> sehr gut	<input type="radio"/> gut	<input type="radio"/> weniger gut	<input type="radio"/> gar nicht
Relevanz für Ihren Alltag	<input type="radio"/> sehr gut	<input type="radio"/> gut	<input type="radio"/> weniger gut	<input type="radio"/> gar nicht

**4. Bitte beurteilen Sie die Lehrmittel/Unterlagen zu der Veranstaltung**

<input type="radio"/> sehr gut	<input type="radio"/> gut	<input type="radio"/> weniger gut	<input type="radio"/> schlecht
--------------------------------	---------------------------	-----------------------------------	--------------------------------

**5. Glauben Sie, dass Sie auf der Veranstaltung gemachte Erfahrungen und Denkprozesse in Ihrem Alltag verwerten können?**

<input type="radio"/> Ja, in hohem Maß	<input type="radio"/> Ja, in geringem Maß	<input type="radio"/> Nein
--	---	----------------------------

**6. Bitte beurteilen Sie die Organisation der Veranstaltung:**

Dauer der Veranstaltung	<input type="radio"/> zu kurz	<input type="radio"/> passend	<input type="radio"/> zu lang
Gruppengröße	<input type="radio"/> zu klein	<input type="radio"/> passend	<input type="radio"/> zu groß
Veranstaltungsraum	<input type="radio"/> zu klein	<input type="radio"/> passend	<input type="radio"/> zu groß

**7. Anmerkungen, Anregungen, Themenvorschläge, Lob, Kritik: ✍**

**8. Zu Ihrer Person**

- |   |  |   |
|---|--|---|
| <b>Geschlecht:</b> <input type="checkbox"/> weiblich<br><input type="checkbox"/> männlich | <b>Alter:</b> <input type="checkbox"/> unter 40 Jahren<br><input type="checkbox"/> 40 - 50 Jahre<br><input type="checkbox"/> 50 - 60 Jahre<br><input type="checkbox"/> 60 - 70 Jahre<br><input type="checkbox"/> über 70 Jahre | <input type="checkbox"/> Herzgruppenteilnehmer<br><input type="checkbox"/> Angehöriger<br><input type="checkbox"/> Andere _____ |
|---|--|---|

**Herzlichen Dank für Ihre Unterstützung!**