

# Jahresbericht LAG 2017

## 1. Mitglieder

Mit insgesamt 212 (**216**) Mitgliedern, Stand März. 2018

82 Träger von Herzgruppen (82)  
61 Übungsleiter/Innen (66)  
35 Ärzten (35)

7 Reha-Kliniken (8)  
1 Firma (1)

1 Krankenkassen bzw. Kassenverbände (2)  
2 Verbänden (2)  
23 sonstigen Mitgliedern (20)

( ) Stand Vorjahr

ist die Anzahl der Mitglieder in etwa konstant.

## 2. Herzgruppen Betreuung

Der umfangreiche Service für unsere Herzgruppen Mitglieder ist und bleibt ein Schwerpunkt unserer Arbeit.

- **Beratung und Information** zu allen relevanten Themen der Herzgruppen Betreuung
- **Anerkennung** von Herzgruppen
- **Regelmäßige Überprüfung der Anerkennungsrichtlinien**
- Übungsleiter **Aus- und Fortbildungen entsprechend der 2. Lizenzstufe des DOSB**
- **Fortbildungsangebote für Ärzte**
- Ein regelmäßig abgefragter Service ist die **Vermittlung von Übungsleitern und Ärzten** als Vertretung oder Ersatz für die Betreuung der Herzgruppen.
- Verleih von **Notfallkoffern und AED an Mitgliedsvereine**. Außerdem Ersatz von Medikamenten in Kleinstmengen (gegen Kostenerstattung).
- **Qualitätssicherung**
- die jährliche **Bestandserhebung** zur Bestätigung der Einhaltung der Anerkennungsrichtlinien ist Grundlage für die ständige Aktualisierung des Herzgruppenverzeichnisses im Internet sowie der gesetzlich geforderten Qualitätssicherung.
- **Standardisierte Dokumentationsunterlagen** als Arbeitshilfen für die Herzgruppenträger. Die Vordrucke sind im Mitgliederbereich auf der Homepage abrufbar.
- **Sportversicherung** für Teilnehmer in den Herzgruppen, die keine Mitgliedschaft im Verein eingehen wollen.
- **Herzgruppenverzeichnis** als Broschüre und im Internet
- Herausgabe des Flyer „**Herzgruppe am Wohnort**“ **deutsch und türkisch**
- Ca. 400 bis 500 telefonische bzw. persönliche **Vermittlungen einer Wohnort nahen Herzgruppe** werden jährlich über die Geschäftsstelle in Anspruch genommen.
- Die **Vermittlung von Referenten** für ergänzende Angebote der Herzgruppen sowie die Unterstützung von Informations- und Schulungsveranstaltungen gehört ebenfalls zu unserem Service.
- Regelmäßige **Pflege und Aktualisierung** unserer Homepage [www.herzintakt.net](http://www.herzintakt.net)



Landesarbeitsgemeinschaft  
Herz und Kreislauf  
in Schleswig-Holstein e. V.

### 3. Fortbildungsprogramm Übungsleiter

Für die Fortbildung von Übungsleiter in Herzgruppen wurden Veranstaltungen angeboten. Eine Betreuung von Herzgruppen ist nur mit gültiger Lizenz möglich. Dafür müssen 15 Lerneinheiten in zwei Jahren absolviert werden.

#### 2017

Termin	Ort	Thema
<b>11. Februar</b>	Elmshorn	Modellstunden "Herzsport": Tipps für abwechslungsreiche Übungseinheiten
<b>20. Mai</b>	Schönberg-Holm	Kleine Spiele und der Einsatz von Musik in der Herzgruppe
<b>24. Juni</b>	<b>Bad Malente (leider ausgefallen)</b>	<b>Herzsport Up-To-Date: Aktuelle Aspekte in Theorie und Praxis</b>
<b>8. Juli</b>	Bad Malente	Ergometrie Demonstration PAVK Theorie & Praxis
<b>30. September</b>	Friedrichstadt	Faszio Kurs mit Handgeräten für Herzpatienten
<b>11. November</b>	Kiel	15. LWAT – Begleiterkrankungen in der Herzgruppe

### 4. Projektarbeit

#### Herzintakt

In 2017 fanden sechs Herzintakt-Veranstaltungen statt. Schwerpunkt war in diesem Jahr die Herz-Lungen-Wiederbelebung.

						Prävention	Ernstfall	HLW	Frauen	Diabetes				
1	Allstadt Schule Rendsburg	Rendsburg	13.03.2017	Horst Theede				X						26
2	Helene-Lange-Gymnasium	Rendsburg	27.03.2017	Horst Theede				X						23
3	TSB Flensburg	Flensburg	28.03.2017	Horst Theede	X					9	19			28
4	Ev. Frauenhilfe	Sieverstedt	04.04.2017	Horst Theede					X	30	4			34
5	AWO Begegnungsstätte Beseler Allee	Kiel	03.05.2017	Dr. Schroeder	X					8				8
6	Schule Rendsburg	Rendsburg	03.07.2017	Horst Theede				X						30

Insgesamt nahmen über 150 Menschen teil.

#### Durchführung der 15. Landesweiten Arbeitstagung

Zum Thema „Begleiterkrankungen in der Herzgruppe“ wurde am 11.11.2017 eine hochkarätige Veranstaltung für Ärzte, Bewegungstherapeuten, Psychologen, Ernährungsfachkräfte und andere Interessierte angeboten.

Die Tagung beinhaltete Fachvorträge und Workshops zu verschiedenen Begleiterkrankungen, die den Übungsleitern in den Rehasportgruppen begegnen.

Die Veranstaltung war mit über 100 Teilnehmer hervorragend besucht.

Die Bewertung der Veranstaltung durch die Teilnehmer war ebenfalls sehr gut. Besonders begeistert waren die Teilnehmer von dem Vortrag von Prof. Müller, dem ehemaligen Institutsleiter für Humanernährung der CAU Kiel.



### **Projekt Rehasport**

Die ersten Vereine haben Ihre Rehasportangebote von uns zertifizieren lassen. Für die Zertifizierung wurde eine neue Bestandsmeldung erarbeitet. Wir haben die Vereine über unser neues Angebot informiert und besuchen die Vereine bei weiteren Fragen auch direkt. Auf DGPR Ebene arbeiten wir an Lösungen für das Lizenzsystem. Dazu gab es Treffen und einige Gespräche mit dem Landessportverband Schleswig-Holstein und dem Verein für Turnen und Freizeit in Hamburg, da sich die Anerkennung als etwas schwieriger als angenommen darstellt. Für unsere Landesweite Arbeitstagung wurden extra Themen gewählt, die Begleiterkrankungen in der Herzgruppe darstellen. Unsere Homepage wurde vorbereitet, damit später nach weiteren Indikationen gesucht werden kann. In der Imland Klinik in Rendsburg gründet die LAG zum September zwei eigene Rehasportgruppen mit dem Schwerpunkt PAVK. Die Gruppe ist sehr gut angelaufen und wird in 2018 fortgeführt. Im Juli gab es für die Übungsleiter eine Fortbildung über PAVK in Theorie und Praxis in der Mühlenbergklinik.

Das Herzgruppenverzeichnis wurde zu einem Herz- und Rehagruppenverzeichnis aufgearbeitet. Die Informationen wurden angepasst und ergänzt. Die Auslieferung und die Verteilung erfolgt im April 2018.

### **Patientenberatungsstelle**

Insgesamt konnten in 2017 über 200 Patienten in unterschiedlichem Umfang beraten werden. Die Patienten und Angehörigen nehmen die Beratung gerne und häufig in Anspruch. Die Rückmeldungen sind sehr positiv. Ein offenes Ohr zu bekommen ist für die Patienten in ihrer Situation ein großes Geschenk.

Die Anrufer haben Fragen zu speziellen Krankheitsbilder (die wir dann an unseren Ärztesvorstand weiterleiten), zu Vorgehensweisen, Abläufen, Ängsten etc. Auch Angehörige lassen sich gerne beraten, um Diagnosen besser zu verstehen, oder ihre Partner/Eltern besser zu unterstützen. Die allgemeine Beratung soll vorrangig Informationen zu vorhandenen Angeboten der Primär- und Sekundärprävention vermitteln, auf Hilfsmöglichkeiten hinweisen sowie über Patientenrechte aufklären. Das individuelle Beratungsgespräch soll mit entsprechender Vorbereitung in strukturierter Form und in vertraulicher Atmosphäre geführt werden. Bedingungen und Ziele des Gesprächs werden gemeinsam mit dem Klienten festgelegt, ebenso werden Lösungsmöglichkeiten für Probleme ergebnisoffen erarbeitet.

## **Herzmagazin**

Herausgabe von zwei Ausgaben „Herzmagazin“, Frühjahr und Herbst 2017 mit jeweils einer Auflage von 4.000 Stück. Das Magazin haben alle Teilnehmer in den ambulanten Herzgruppen erhalten. Es wurde außerdem auf Gesundheitstagen und –messen verteilt. Dieses Magazin richtet sich vorrangig an Herzpatienten, deren Angehörige und Menschen mit Risikofaktoren wie z.B. Diabetes, Bluthochdruck, Übergewicht. Es wurden schwerpunktmäßig Informationen zur Prävention und Rehabilitation von Herz-Kreislaufkrankungen erläutert und beschrieben:

- somatisch-funktionelle, psychosoziale und edukative Zielstellungen und Zusammenhänge
- Krankheitsbewältigung
- Therapieverfahren
- Umsetzung von Lebensstilkonzepten zur Primär- und Sekundärprävention
- Ernährungs-, Ess- und Genussverhalten

## **Ausbildung Übungsleiter**

Die Ausbildung fand 2017 im Uwe-Seeler Fußball Park statt. Neun Übungsleiter konnten dabei zu neuen Herzgruppenleitern ausgebildet werden. Die Übungsleitertätigkeit in einer Herzgruppe setzt spezielle Qualifikation voraus. Bewegungstherapie als ein Bereich der umfassenden Nachsorge für chronische Herz-Kreislaufkrankungen soll ein individuelles Optimum an Lebensqualität für den betroffenen Patienten ermöglichen. Die Herzgruppe am Wohnort bietet hierfür die besten Voraussetzungen: Gesundheitssport, Spiel, Entspannung, Information, Beratung und Gespräche unter fachkundiger Anleitung und ständiger ärztlicher Betreuung verhelfen zur langfristigen Aufrechterhaltung des angestrebten Behandlungszieles. Mit der Ausbildung werden den Übungsleitern die Grundlagen einer verantwortungsbewussten Leitung und Betreuung von Herzgruppen vermittelt.

Inhalte waren z. B. Medizinische Grundlagen, Psychosoziale Aspekte und Gesprächsführung, Pädagogische Aspekte der Herzgruppen-Betreuung, spezielle Methodik/Didaktik sowie Stundeninhalte und Sportpraxis.

## **Selbsthilfe**

Die LAG unterstützte die Selbsthilfegruppe Kiel mit vier Veranstaltungen im städtischen Krankenhaus. Diese wurde geplant und veröffentlicht. Dabei können sich Interessierte über verschiedene Themen informieren und die Selbsthilfegruppe kennen lernen. Die Themen waren in diesem Jahr:

- Compliance
- Sozialberatung des SoVD
- Psychokardiologische Begleitung (leider ausgefallen)
- Notfalltraining mit dem AED

Außerdem wurden diverse Flyer neu gestaltet, aufgelegt und verteilt. In Schönberg/Holm fand am 13. Mai der Tag der offenen Tür statt. Dort wurden ca. 100 Personen beraten und Blutdruck gemessen.

Netzwerkarbeit mit verschiedenen Institutionen und Selbsthilfeverbänden wie dem Schlaganfall Ring. Besuch einer Inklusionsveranstaltung des Golfverbandes und einer Veranstaltung der Landesvereinigung zum Thema Gesund älter werden. Infomaterialien wurden auch bei uns angefordert und für Infotage genutzt.

Am 3. September 2017 waren wir beim Tag des Sports in Kiel mit dabei und boten allen Vereinen und den Teilnehmern der Herz- und sonstigen Rehagruppen die Möglichkeit, sich bei uns zu informieren und beraten zu lassen. Außerdem konnte aktiv mit dem AED Gerät trainiert werden.



Die Besucher und Teilnehmer waren sehr interessiert.

## **AED Projekt**

Die Landesarbeitsgemeinschaft Herz und Kreislauf fördert die Versorgung mit AED-Standorten in Schleswig-Holstein, die öffentlich zugänglich sind, und führt entsprechende Beratungen von potentiellen Betreibern. Mit dem Ziel, eine möglichst breite Öffentlichkeit für die Verhinderung der Sterblichkeit am Plötzlichen Herztod herzustellen, wird diese Maßnahme ergänzt durch entsprechende Schulungen und Informationsveranstaltungen, die von der LAG organisiert und durchgeführt werden.

Jeder Zweite in Deutschland stirbt derzeit durch eine Erkrankung des Herz-Kreislaufsystems. Ca. 100.000 Menschen sterben jährlich am Plötzlichen Herztod, wobei hier die Koronare Herzerkrankung als Hauptursache zu benennen ist. Von 295.000 Herzinfarktpatienten pro Jahr verstarben 172.000 (88.000 Frauen, 84.000 Männer), also 60 %. Etwa 30 % der Infarktpatienten sterben, bevor sie das Krankenhaus erreichen. Auf Schleswig-Holstein projiziert bedeutet das: 9.200 Herzinfarkte pro Jahr bzw. 25 Herzinfarkte täglich, von denen 15 Menschen sterben, d.h. 5.400 pro Jahr, was einem Ort wie Kropp entspricht.

Ein wesentliches Ziel von Herzintakt ist deshalb die Förderung der flächendeckenden Versorgung der schleswig-holsteinischen Bevölkerung mit Automatisierten Externen Defibrillatoren (AED), so genannte Laien-Defibrillatoren, zur schnellen und wirksamen Hilfe bei einem Herzstillstand, um den Plötzlichen Herztod zu verhindern. Die Anwendung des Defibrillators ist so einfach, dass jeder das Leben eines Kollegen, Freundes oder einer anderen Person retten kann.

Im Raum Rendsburg wurden in Zusammenarbeit mit der Stadt Rendsburg sieben Geräte in Schulen aufgestellt. Dazu fanden am 13.03. 27.03 und 3.07 Schulungsveranstaltungen mit Lehrer und Schülern statt. Die LAG führte die Veranstaltungen zusammen mit Vorstandsmitglied Horst Theede durch.

Die Gemeinde Flintbek wurde ebenfalls beim Kauf beraten. Außerdem wurde eine Presseveranstaltung im Sportpark Gettorf bei der Aufstellung eines AEDs unterstützt mit Infomaterial und Fachwissen. Zwei weitere AED wurden angeschafft und werden in zwei Sparkassen aufgestellt. Die Schulungen folgen im Frühjahr 2018.

## **AED Kataster**

Betreuung und Pflege des AED-Katasters für Schleswig-Holstein. Entwicklung eines Konzeptes für die Umstellung/Weiterführung.

Baden-Württemberg 473  
Bayern 650  
Berlin 22  
Brandenburg 31  
Bremen 35  
Hamburg 30  
Hessen 129  
Mecklenburg-Vorpommern 7  
Niedersachsen 486  
Nordrhein-Westfalen 643  
Rheinland-Pfalz 37  
Saarland 8  
Sachsen 78  
Sachsen-Anhalt 12  
Schleswig-Holstein 418  
Thüringen 9

2017: 584 Standort-Aktualisierungen zuvor bestehender Einträge und Deaktivierung/Löschung von 263 Standorten.

## **Herz Aktiv Monat Mai 2017: Vorträge und Bewegungsangebote in ganz Schleswig-Holstein**

Gesund und fit in den Sommer: Mit geführten Wanderungen, Schnupperkursen, Radtouren und vielem mehr möchte die Landesarbeitsgemeinschaft Herz und Kreislauf e.V. (LAG) zusammen mit ihren Partnern Schleswig Holsteins Familien, Senioren und Berufstätige aus dem Alltagsstress holen und in Bewegung versetzen. Vorträge zu Gesundheitsthemen runden das Angebot ab. Bewegung hat einen hohen Stellenwert in der Prävention und Rehabilitation von vielen schwerwiegenden Erkrankungen. An erster Stelle stehen Herz-Kreislauf- und Krebserkrankungen. Auch Übergewicht als ein wesentlicher Risikofaktor für diese Erkrankungen lässt sich durch mehr Bewegung nachhaltig beeinflussen.

In diesem Jahr reichte das bunte Angebot von Paddeln auf der Schwentine, Schnuppergolfs, Tai Chi, Ruderkursen, funktionelle Gymnastik bis hin zum Tag der offenen Tür in der Ostseeklinik in Schönberg. Außerdem viele Gymnastik und Sportangebote für die Generation 50+. Das komplette Programm war auf der Homepage der LAG [www.herzintakt.net](http://www.herzintakt.net) zu finden. Folgende Vereine und Institutionen waren in diesem Jahr beim Herz-Aktiv-Monat mit dabei und gestalteten ein vielfältiges Programm: ADFC Kellinghusen, Aikido-Club-Lübeck e.V., AWO Bürgertreff Kiel-Nord, Elmshorner Ruderclub, Gettorfer Turnverein von 1889 e.V., Golf-Club Kitzberg e.V., Interessengemeinschaft Wanderbares Schleswig-Holstein, Kieler Kanu Klub von 1921 e.V., Kieler Turnerbund Brunswik, Ostseeklinik Schönberg-Holm, PBC The Gamblers e.V., Seniorenlaufstunde der Gemeinde Gettorf, Sport-Club Pinneberg, TSB Flensburg, TSV St. Margarethen, TuRa Meldorf und Verein Motopädagogik Bewegt durchs Leben e.V..

Für die Veranstaltungen wurden Plakate, Pressemitteilungen und Flyer erstellt.

## 5. Weiterentwicklung der Herzgruppen

In der Imland Klinik in Rendsburg gründet die LAG zum September zwei eigene Rehasportgruppen mit dem Schwerpunkt PAVK. Die Gruppe ist sehr gut angelaufen und wird in 2018 fortgeführt. Im Juli gab es für die Übungsleiter eine Fortbildung über PAVK in Theorie und Praxis in der Mühlenbergklinik.

## 6. Koordination/Kooperation

- Aufbau und Unterstützung von **Herz-Kreislauf-Selbsthilfegruppen**
- Aktive Mitarbeit im Bundesverband **DGPR**
- **Mitarbeit** beim **Nordverbund** der DGPR Mitgliedsorganisationen Bremen, Hamburg, Mecklenburg-Vorpommern und Schleswig-Holstein
- Vorsitz in der **Arbeitsgemeinschaft der Patientenverbände und Selbsthilfegruppen**
- Zusammenarbeit mit dem **Hausärzteverband Schleswig Holstein**
- Zusammenarbeit mit dem **Sparkassen- und Giroverband Schleswig-Holstein**
- Zusammenarbeit mit dem **Landessportverband**
- Zusammenarbeit mit dem **Bildungswerk des Landessportverbandes**
- Zusammenarbeit mit der **Ärztekammer Schleswig-Holstein**
- Zusammenarbeit mit der **Kassenärztlichen Vereinigung**
- Zusammenarbeit mit den gesetzlichen **Krankenkassen**
- Zusammenarbeit mit der **Deutschen Herzstiftung**
- Zusammenarbeit mit dem **Deutschen Diabetiker Verband**

## 6. Ausblick 2018

- Planung einer Ausbildung „Innere Medizin“ für 2019, Zusammenarbeit mit DGPR, Schaffung der Rahmenbedingungen
- Weiterentwicklung der Herzgruppen und der Struktur, Pilotprojekte
- Entwicklung einer App „Herzintakt“ mit LAG Infos und AED Kataster
- Projekt Kinderhelden
- Weiterentwicklung LAG: Stand in der Politik, Vernetzung