



# Herzgruppen Saar e.V (HGS)

Landesverband zur Prävention und Rehabilitation von  
Herz- und Kreislauferkrankungen

1. Vorsitzender : CA Dr. Martin Schlickel, c/o Hochwaldkliniken, Am Kurzentrum 1, 66709 Weiskirchen  
Tel.: 06876-172601, Fax: 06876-172610, eMail: [schlickel.martin@t-online.de](mailto:schlickel.martin@t-online.de)  
Geschäftsführer : Helmut Röder, Zum Stausee 60, 66679 Losheim am See  
Tel. : 06872 -1417, Fax : 06872 - 9215991, eMail : [roederhelmut@t-online.de](mailto:roederhelmut@t-online.de)  
HGS- Internet- Adresse : [www.herzgruppen-saar.de](http://www.herzgruppen-saar.de)

## HGS - Info Nr. 1 ; März / April. 2014

### **Herz – Aktiv – Monat der DGPR 2014**

Der Herz- Aktiv- Monat der DGPR steht in diesem Jahr bundesweit unter dem Leitmotto:

**Pumpe unter Stress – was tun bei psychischer Belastung?**

Die Veranstaltung steht unter der Schirmherrschaft von

**Herrn Andreas Storm**

**Minister für Soziales, Gesundheit, Frauen und Familien des Saarlandes**

Die **Herzgruppen Saar** veranstalten den diesjährigen, zentralen Herz- Aktiv- Tag am **17.05.2014** in Kooperation mit dem **Klinikum Saarbrücken** und der **Deutschen Herzstiftung** in den Räumlichkeiten des Klinikums in Saarbrücken. Wie das Leitthema schon aussagt, werden wir uns in diesem Jahr ausführlich mit den Formen von Stress und seinen Auswirkungen auf unser Herz- Kreislauf- System beschäftigen und natürlich mit Wegen und Methoden, wie die negativen Folgen verhindert und wenn schon eingetreten, therapiert werden können.

Dazu werden wir in bewährter Form im Rahmen eines Patienten- Seminars Fachmediziner in kurzen, verständlichen Referaten zum Thema Stellung beziehen lassen. Um dem Namen Herz- Aktiv- Tag auch gerecht zu werden, beschränken wir uns jedoch nicht nur auf die Theorie, sondern wollen auch Anreize für eigenverantwortliches Handeln zur Umsetzung einer Lebensstiländerung geben. Unser Unterthema für die zentrale Veranstaltung lautet:

**Stressbewältigung mittels körperlicher Aktivität – am Beispiel von eBikes**

**Programm:**

**Casino Winterberg Klinikum Saarbrücken:**

- 9:00 Uhr Begrüßung und Eröffnung durch die Veranstalter  
CA Dr. Martin Schlickel, 1. Vorsitzender der Herzgruppen Saar,  
Frau Dr. Susann Breblein, Verwaltungsdirektorin Klinikum Saarbrücken und
- 9:15 Uhr Grußwort des Schirmherrn  
Herr Minister Andreas Storm
- 9:30 – 13:00 Uhr Patientenseminar  
Grußwort mit Überleitung zu den Fachreferaten  
Herr Prof. Dr. Günter Görge, Chefarzt Innere Medizin II Klinikum Saarbrücken  
Fachreferate zum Leitthema  
Genauere Programmangaben siehe Flyer

Zwischen den Referaten erfolgen Kurzvorführungen der Herzgruppe Winterberg zur praktischen Herzgruppenarbeit unter der Moderation von Herrn Dr. Martin Schlickel.

**Tagungsraum AR:**

- 9:30 – 17:30 Uhr Übungsleiter- Fortbildung  
Thema: Stress und die Folgen für das Herz- Kreislaufsystem  
Präventive Maßnahmen und Therapien in der Anschluss Heilbehandlung sowie praktische Anwendungen in der ambulanten Herzgruppe.

**Foyer des Casino :**

Informationsstände der HGS, der Deutschen Herzstiftung Fachfirmen und des Klinikum Saarbrücken.

## Medizinische Fortbildung für Übungsleiter:

### Pumpe unter Stress – Was tun bei psychischen Belastungen?

#### Lehrgangs- Nr.: HGS 1401

Die Herzgruppen Saar bieten in Kooperation mit dem STB und dem BRS zur Verlängerung der Übungsleiter- Lizenz den oben genannten und nachfolgend beschriebenen medizinischen Fortbildungslehrgang an:

<b>Zielgruppe:</b>	Übungsleiter in Herzgruppen und Herzgruppenärzte
<b>Termin:</b>	<b>Samstag, den 17.05.2014, 8:30 – 17:30 Uhr</b>
<b>Ort:</b>	Klinikum Saarbrücken, Winterberg 1, 66119 Saarbrücken Casino und Tagungsraum AR
<b>Meldeschluss:</b>	<b>30.04.2014</b>
<b>Kosten:</b>	60,00 € inkl. Verpflegung
<b>Anmeldung:</b>	schriftlich an die HGS (Anmeldeformular unter <a href="http://www.herzgruppen-saar.de">www.herzgruppen-saar.de</a> => Fortbildungen)
<b>Inhalte:</b>	Stress und die daraus resultierenden Folgen für das Herz- Kreislaufsystem. Maßnahmen und Therapien sowohl zur Prävention als auch Rehabilitation. Schwerpunkt: Arbeit in der ambulanten Herzgruppe.

Zur Verlängerung der Übungsleiter- Lizenz, 2. Lizenzstufe " Sport in Herzgruppen " werden **10 LE** anerkannt.

Die genauen Inhalte und Referenten entnehmen Sie bitte unserer Homepage [www.herzgruppen-saar.de](http://www.herzgruppen-saar.de) => Fort-Bildungen.

## Herzgruppen- Service:

### vdek- Rehabilitationssport; Elektronisches Abrechnungsverfahren- Ergänzungsvereinbarung

Mit eMail vom 03.03.2014 informierte uns die Abteilung Gesundheit des Verbandes der Ersatzkassen e.V. (vdek), dass die Mitgliedskassen die Einführung des nach **§ 302 SGB V** für die Leistungserbringer verpflichtenden elektronischen Abrechnungsverfahrens für den Bereich Rehabilitationssport und Funktionstraining von den Vertragspartnern nunmehr einzufordern.

Nach § 10, Absatz 1, letzter Satz der Vereinbarung Rehasport 2011 – DGPR- vdek vom 01.01.2012 ist das Abrechnungsverfahren im Wege elektronischer Datenübertragung oder maschinell verwertbar auf Datenträgern gesondert vertraglich zu vereinbaren.

Derzeit wird der Entwurf einer Ergänzungsvereinbarung " Elektronisches Abrechnungsverfahren " zur Vereinbarung Rehasport 2011 verbandsintern abgestimmt:

Wesentliche Eckpunkte sind:

- Einführung des elektronischen Abrechnungsverfahrens auf freiwilliger Basis zum **01.07.2014**.
- Übergangszeitraum: **6 Monate**.
- Verpflichtende Einführung: ab **01.01.2015**
- Verkürzung der Zahlungsfrist von **28 Tagen** auf **14 Tage** bei elektronische Abrechnung
- bei Papierabrechnung ab **01.01.2015** wird der Rechnungsbetrag pauschal um **5 %** gekürzt; Zahlungsfrist **28 Tage**

Diese Information dient Ihnen zur Vorbereitung auf die Umstellung entweder mit eigener Software oder externer Dienstleister.

Die DGPR bietet, wie schon in früheren HGS- Infos publiziert, über die Landesorganisation Hamburg Gruppen, die die elektronische Abrechnung nicht selbst vornehmen wollen oder können, gegen eine geringe Gebühr die komplette Abwicklung der elektronischen Abrechnung an.

Ansprechpartner: Hans- Hauke Engelhardt  
Geschäftsführer HerzInForm  
Humboldtstr. 56 – Ärztehaus  
22038 Hamburg  
Tel.: 040 / 22802364  
eMail: [info@herzinform.de](mailto:info@herzinform.de)

Selbstverständlich stehen Ihnen auch die Herzgruppen Saar e.V. (HGS) jederzeit beratend zur Verfügung.

## Medizinecke:

Passend zum Leitthema des diesjährigen Herz- Aktiv- Monats der DGPR nachfolgend ein interessanter Artikel über Depressivität.

### Depressivität als wichtiger Risikofaktor für KHK und Herzinfarkt.

Depressive Stimmung und Hoffnungslosigkeit erhöhen das Risiko für eine koronare Herzkrankheit (KHK) und verschlimmern ihren Verlauf, berichtet Prof. Dr. phil. Dr. med. K.- H. Ladwig vom Institut für Epidemiologie, Helmholtz Zentrum München, auf einer Pressekonferenz der *Deutschen Gesellschaft für Psychosomatische Medizin und Ärztliche Psychotherapie (DGPM)* am 21.09.2011 in Berlin.

Große Studien zeigen, dass allein die Depression das Risiko für einen Herzinfarkt um 64 Prozent erhöht. Depressivität gehört damit zu den *fünf wichtigsten Einflussfaktoren für eine KHK*.

Depressivität ist für die Entstehung einer Herzerkrankung ebenso bedeutsam wie es die Risikofaktoren Bluthochdruck, erhöhte Blutfettwerte, Rauchen und Diabetes Typ 2 sind, betonte Ladwig. So habe sich bei 45- bis 70- jährigen Männern die Depressivi-

tät in Bezug auf die Gesamtsterblichkeit als ein ähnlich hoher Risikofaktor wie Bluthochdruck erwiesen.

Depressivität kann sich im Zusammenhang mit anderen Faktoren verstärkt negativ auf die Gesundheit auswirken: „*Übergewichtige* mit einem Body- Mass- Index (BMI) von über 30 zeigen ohne Depressivität kein nennenswert erhöhtes Risiko in der Gesamtsterblichkeit“, erläuterte Ladwig: Sind sie depressiv, steigt ihr Sterberisiko um das *Dreifache*.

Bleibt die Frage, über welche Mechanismen die Depressivität zu einer erhöhten Sterblichkeit führt. „Zwar spielt sicherlich das *selbstschädigende Verhalten* der Betroffenen eine Rolle. Depressive Patienten gehen nachlässiger mit dem eigenen Körper um als Nichtdepressive“, erklärte Ladwig. Studien zufolge achten depressive Menschen weniger auf ihre Ernährung, sind körperlich weniger aktiv und greifen vergleichsweise häufig zur Zigarette.

Darüber hinaus sind bestimmte Auswirkungen der Depressivität auf den Körper aber auch direkt messbar. Untersuchungen zur Herzfrequenz zeigen, dass bei depressiven Menschen das *vegetative Nervensystem* aus dem Gleichgewicht geraten ist.

Zudem reagiert das *Gerinnungssystem* empfindlicher. „Nicht zuletzt konnte gezeigt werden, dass akute oder chronische Stressreaktionen die *Entzündungswerte im Blut* erhöhen“, so Ladwig.

Diese Studienergebnisse sind nun aber nicht nur für Ärzte im Rahmen ihrer Therapie wichtig, sondern ebenso auch für Risikoprüfer und Versicherungsmediziner in der Lebens- und Berufsunfähigkeits- sowie in der Krankenversicherung. Auch hier sollte vermehrt auf eine entsprechende Komorbidität bei Antragstellern geachtet werden.

GMO

Quelle: Versicherungsmedizin 63 (2011) Heft 4

### Aus der aktuellen medizinischen Forschung.

#### Risiko für Koronarerkrankungen: Sind die EU- Grenzwerte für Feinstaub noch zu hoch?

**Wert langfristig Feinstaub ausgesetzt ist**, trägt ein höheres Risiko für Koronarerkrankungen. Wie die europäische ESCAPE- Studie gezeigt hat, macht sich dieser Zusammenhang bereits unterhalb der EU- weiten Grenzwerte bemerkbar.

Die European Study of Cohorts for Air Pollution Effects (ESCAPE) war als prospektive Kohortenstudie angelegt. Beteiligt waren mehr als 100.000 zu Beginn der Studie herzgesunde Personen aus Finnland, Schweden, Dänemark, Italien und Deutschland. Die Rekrutierung erfolgte in der Zeit von 1997 bis 2007, die mittlere Nachbeobachtungszeit betrug 11,5 Jahre.

#### Risiko nahm schon unterhalb der geltenden Grenzwerte zu.

5,2 Prozent der Studienteilnehmer erlitten während der Nachbeobachtungszeit einen koronaren Zwischenfall – einen Herzinfarkt oder eine sonstige akute oder subakute -

Koronarischämie. Dabei waren Assoziationen zur jeweils wohnortnah gemessenen Feinstaubbelastung festzustellen.

Lagen die Schätzwerte der PM 2,5- Belastung (also der Luftbelastung mit Partikeln von höchstens 2,5 µm Durchmesser) um 5 µg/m<sup>3</sup> höher, stieg das Risiko eines koronaren Ereignisses um 13 Prozent. Bei einer Zunahme der PM 10- Belastung um 10 µg/m<sup>3</sup> betrug die Risikoerhöhung 12 Prozent.

Die Verbindung von erhöhter Feinstaubbelastung und steigender Inzidenz von Koronareignissen machte sich bereits bei Feinstaubkonzentrationen unterhalb der in der Europäischen Union geltenden Grenzwerte bemerkbar. Für PM 10 gilt in der EU ein Jahresmittelwert von 40 µg/m<sup>3</sup> als zulässig. Für PM 2,5 liegt die Grenze bei 25 µg/m<sup>3</sup>. Die **Ergebnisse** der Studie liefern nach Ansicht

der ESCAPE- Forscher Gründe, die bestehenden Grenzwerte zu senken.

#### Auch Forschungszentren aus Deutschland beteiligt.

An der ESCAPE- Studie waren 28 europäische Forschungseinrichtungen beteiligt, darunter das Westdeutsche Herzzentrum an der Universität Essen, die Medizinische Fakultät der Universität und das Leibnitz- Institut für Umweltmedizinische Forschung in Düsseldorf, das Helmholtz- Zentrum in München – Neuherberg, die Universität Ulm und das MONICA/KORA- Herzinfarktregister Augsburg. Mit Ihren Resultaten belegt die Studie ein weiteres Mal die üblen Folgen von Feinstaubbelastung. Weltweit soll sie Schätzungen zufolge für 3,1 Millionen Todesfälle durch ischämische Herzkrankheiten und für rund ein Fünftel der durch Koronarleiden verursachten Krankheitsbelastung verantwortlich sein.

Autor: Robert Bublak

Quelle: Cardio News 01/02.2014 / 17. Jahrgang

## Aus den Herzgruppen:

**Riegelsberg:** Der TuS Riegelsberg hat den Betrieb seiner Herzgruppe zum 01.10.2013 eingestellt. Die Herzgruppen Saar bedauern diese Entwicklung außerordentlich.

Durch die aktive Vermittlung und Gründungsberatung konnte diese Lücke aber wieder sehr schnell geschlossen werden. In enger Abstimmung mit dem Bürgermeister der Stadt Riegelsberg konnte mit dem Kneippverein Riegelsberg ein neuer Träger für die Herzgruppe gefunden werden. Die Herzgruppe wird zum 17.03.2014 ihren Übungsbetrieb wieder aufnehmen. Als Übungsleiterin konnte Frau Kerstin Kutz gewonnen werden. Ärztlicherseits erfolgt die Betreuung durch Die Herzgruppen Saar gratulieren zur raschen Wiedergründung einer Herzgruppe und unterstützen diese in der Anfangsphase gerne mit Rat und Tat.

## Kleines Medizinlexikon:

- Komorbidität = Begleiterkrankung zu einer Grunderkrankung (diagnostisch abgrenzbar)  
Inzidenz = Anzahl von Neuerkrankungen unter bestimmten Kriterien (bestimmte Krankheit, Bevölkerungsgruppe in definierter Größe, während eines bestimmten Zeitraumes)  
Assoziationen = Zusammenhänge  
 $\mu$  (My) = mikro; 1 millionstel der angegebenen Einheit (g, m, l)  
Ischämie = zu wenig Blut an/in einem Organ, einhergehend mit Sauerstoffmangel. Es drohen Fehlfunktion und evtl. Organverlust.  
Kohortenstudie = ein beobachtendes Studiendesign der Epidemiologie mit dem Ziel, einen Zusammenhang zwischen einer oder mehreren Expositionen und dem Auftreten einer Krankheit aufzudecken.  
Studiendesign = Grundlage einer jeden wissenschaftlichen Untersuchung (empirische Fragestellung, welche Indikatoren, wann, wie oft wo an welchen Objekten)  
Epidemiologie = wissenschaftliche Disziplin, die sich mit der Verbreitung sowie den Ursachen und Folgen von gesundheitsbezogenen Zuständen und Ereignissen in Bevölkerungen oder Populationen beschäftigt  
Exposition = Faktor, dem eine Gruppe von Menschen ausgesetzt ist.

## Schmunzelecke:

### Auszüge aus dem Mediziner- Wörterbuch:

- Abtreiben - alter Brauch in Gebirgsländern  
Ärztelkammer - Schlafzimmer für Krankenhausärzte  
Blasenleiden - Berufskrankheit von Trompetern  
Blutgefäß - Tresor für Blutbanken  
Brustfell - stark behaarte Männerbrust  
Darmparasiten - medizinischer Fachausdruck für „Arsch- Kriecher“  
Doktorarbeit - vornehme Bezeichnung für „verarztet“  
Eileiter - Produktionschef einer Hühnerfarm  
Frischzellen - unbeheizte Schlafräume für Fieberkranke  
Fruchtwasser - natürlicher Obstsaft  
Geigerzähler -Portier am Personaleingang der Oper  
Genitalien - alljährliche Reisewelle der Deutschen an die Adria  
Grützbeutel - anderer Ausdruck für „Hirnhaut“  
Gynäkologe - Höhlenforscher (aus dem Griechischen)  
Harnleiter - Vorsteher einer öffentlichen Bedürfnisanstalt  
Hexenschuss - Spritze ins Gesäß (von älterer Oberschwester)  
Homöopathie - innige Zuneigung zwischen Homo- Sexuellen  
Inkubationszeit - Zeit, die ein Mensch braucht, um sich in Kuba zurechtzufinden  
Kleinhirn - Gehirn eines „dummen“ Menschen

- Knochenmark - Währungseinheit in Knochenbanken  
Kochsalzlösung - von Robert Koch erfundene Diätfleischbrühe  
Lungenflügel - der Teil einer Klinik, in dem die Lungen- kranken untergebracht sind  
Mittesser - Tischnachbar  
Ohrtopäde - Facharzt für Ohrenkrankheiten  
Plazebo - Medikament gegen fast alle Krankheiten

### Nach der Gesundheitsreform:



## Kulturelles Angebot:

**Nach wie vor gilt das Angebot des Saarländischen Staatstheaters gemäß den veröffentlichten Informationen in den Vorgänger- Infos. Wir bitten, regen Gebrauch davon zu machen.**

Zur Bestellung bzw. Auskunft stehen beim SST, Abt. Vorverkauf, **Frau Sylvia Philippi, unter Tel. 0681/3092484** und bei den Herzgruppen Saar HGS **Herr Günther Puhl unter Tel. 06838/6988**