



Schweizerische Herzstiftung
Fondation Suisse de Cardiologie
Fondazione Svizzera di Cardiologia

*Aktiv gegen Herzkrankheiten und Hirnschlag
Active contre les maladies cardiaques et l'attaque cérébrale
Con impegno contro le cardiopatie e l'ictus cerebrale*

Qualitätsempfehlungen der Schweizerischen Herzstiftung für die Herzgruppenarbeit

Medizinische Leitung der Herzgruppe

Die medizinischen Belange der Herzgruppe stehen unter Aufsicht und Verantwortung einer Ärztin oder eines Arztes, idealerweise eine Kardiologin oder ein Kardiologe. Für die Begleitung der Herzgruppe wird weiter empfohlen, dass die leitende Person den jährlich stattfindenden Herzgruppenleiterkurs SAKR von der Schweizerischen Arbeitsgruppe für kardiale Rehabilitation besucht, oder ärztliche Leiterin/ärztlicher Leiter eines SAKR-anerkannten Rehabilitationsprogramms Phase II ist.

Programm und Aktivitäten für Herzpatient/innen

Es muss ein speziell an die Bedürfnisse der Herzpatient/innen angepasstes Bewegungsprogramm durchgeführt werden. Zudem sollte nach Möglichkeit zweimal im Jahr eine Aufklärung in Sekundärprävention stattfinden. Die Schweizerische Herzstiftung bietet Unterrichtshilfen in Sekundärprävention an (Anfragen an info@swissheartgroups.ch).

Herztherapeutin/Herztherapeut oder Leiterin/Leiter Bewegungsprogramm

Idealerweise wird das regelmässige mindestens einmal wöchentlich stattfindende Herz-Kreislauf-Training (Bewegungsprogramm) der Herzgruppe von speziell ausgebildeten Sportlehrern/innen oder Physiotherapeut/innen geleitet, welche den Ausbildungskurs für Herztherapeut/innen SAKR oder eine andere entsprechende Ausbildung absolviert haben oder über Erfahrung in der kardialen Rehabilitation Phase II verfügen.

Das Herz-Kreislauf-Training kann aber auch von Sportlehrer/innen und Physiotherapeut/innen ohne zusätzliche Ausbildung sowie von Pflegefachfrauen, Pflegefachmännern oder anderen Fachpersonen mit medizinischen und/oder sportlichen Qualifikationen geleitet werden.

Sicherheits- und Notfallkonzept

Das Sicherheitskonzept der Herzgruppe regelt die Aufnahmebedingungen für ehemalige Herz-Kreislauf-Patienten und -Patientinnen in die Herzgruppe. Zudem hält es fest, wie der Gesundheitszustand und -verlauf der Mitglieder laufend dokumentiert wird. Weiter finden sich darin Bestimmungen zur Sicherheit und Alarmierung bei der Durchführung des Bewegungsprogramms und weiterer Aktivitäten. Das Notfallkonzept sichert im Falle eines Ereignisses die rasche Alarmierung und professionelle Hilfe durch einen Rettungsdienst. Die Herztherapeut/innen müssen zudem in Herz-Lungen-Wiederbelebung (CPR) bzw. neu Basic Life Support (BLS) ausgebildet sein und möglichst jährlich einen Repetitionskurs absolvieren. Das Notfallkonzept soll regelmässig überprüft und den Mitgliedern zur Kenntnis gebracht werden.

Ärztliche Kontrolle

Bei jeder Teilnehmerin und jedem Teilnehmer der Herzgruppe muss regelmässig eine kardiale Standortbestimmung durch den behandelnden Arzt durchgeführt werden. Folgende Punkte sind dabei zu berücksichtigen:

- Klinische Untersuchung
- Erfassung der kardiovaskulären Risikofaktoren
- Ergometrische Belastung zur Risikostratifizierung und zur Bestimmung des optimalen Herz-Kreislauf-Trainings

Ausführlichere Informationen zu diesen Bereichen im Handbuch „Gemeinsam zu einem gesunden Lebensstil – der Weg zur eigenen Herzgruppe“, zu bestellen über info@swissheartgroups.ch