



Qualitätsrichtlinien der Schweizerischen Herzstiftung für die Herzgruppenarbeit

WHO-Modell der kardialen Rehabilitation

Phase I Frühmobilisation während Aufenthalt in Akutklinik

Phase II Strukturiertes ambulantes oder stationäres Programm in spezialisierten Institutionen

Phase III Erhaltung des gesundheitsfördernden Lebensstils in wohnortnahen **Herzgruppen** ohne zeitliche Begrenzung

Programm und Aktivitäten für Herzpatient/innen

Es muss ein speziell an die Bedürfnisse der Herzpatient/innen angepasstes Bewegungsprogramm durchgeführt werden, welches regelmässig mindestens einmal wöchentlich angeboten wird. Zudem sollte nach Möglichkeit mindestens zweimal im Jahr eine Aufklärung in Sekundärprävention stattfinden. Die Schweizerische Herzstiftung bietet dafür Unterrichtshilfen und Informationsmaterial an.

Herztherapeutin/Herztherapeut oder Leiterin/Leiter Bewegungsprogramm

Für die Leitung einer Herzgruppe wird der Abschluss des Moduls «Herzkrankungen» (Nachdiplomlehrgang Herztherapeuten SCPRS), eine andere entsprechende Ausbildung oder Berufserfahrung in der kardialen Rehabilitation empfohlen. Grundsätzlich kommen Sportlehrer/innen, Bewegungs- und Sportwissenschaftler, Physiotherapeut/innen, Pflege- und weitere Fachpersonen mit medizinischen und/oder sportlichen Qualifikationen für die Leitung einer Herzgruppe in Frage. Eine Basic Life Support-Ausbildung (BLS) und regelmässige Refresher sind Voraussetzung.

Fortbildungsempfehlungen

Die Schweizerische Herzstiftung führt in der Deutschschweiz und in der Romandie jährlich ein Forum für Herzgruppenverantwortliche durch und engagiert sich in Fortbildungen von SwissCardioTherapists SCT (Verband der Schweizer Herztherapeuten) und anderen Anbietern. Möglichst jede Leitungsperson in einer Herzgruppe sollte 16h/Credits per 3 Jahre an anerkannter Fortbildung ausweisen können.

Medizinische Begleitung der Herzgruppe

Für die Begleitung der Herzgruppe in medizinischen Belangen wird die Zusammenarbeit mit einem Arzt/einer Ärztin gewünscht (Kardiologie oder Innere Medizin). Diese/r sollte idealerweise die eintägige Ärzte-Fortbildung «Aufbau und Leitung von Präventions- und Rehabilitationsprogrammen und Langzeitgruppen» Swiss Working Group for Cardiovascular Prevention, Rehabilitation and Sports Cardiology (SCPRS) besucht haben oder ärztliche Leiterin/ärztlicher Leiter eines SCPRS-anerkannten Rehabilitationsprogramms Phase II sein. Der Arzt/die Ärztin dient hauptsächlich als Ansprechperson für die Herzgruppenleitung und unterstützt diesen in der Sekundärprävention und bei medizinischen Fragen. Die Anwesenheit während des Trainings ist nicht vorgesehen, die medizinische Betreuung der Herzgruppenmitglieder ist über deren Hausärzte und Kardiologen abgedeckt.

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. Das Notfallkonzept soll regelmässig überprüft und an die Teilnehmenden abgegeben werden.

Ärztliche Kontrolle

Bei allen Teilnehmenden der Herzgruppe muss in jährlichen Abständen durch den behandelnden Arzt eine kardiale Standortbestimmung durchgeführt werden. Folgende Punkte sind zu berücksichtigen: Klinische Untersuchung, Erfassung der kardiovaskulären Risikofaktoren, ergometrische Belastung zur Risikostratifizierung und zur Bestimmung des optimalen Herz-Kreislauf-Trainings.