



Deutsche Gesellschaft für Kardiologie –
Herz- und Kreislaufforschung e.V. (DGK)

Achenbachstr. 43, 40237 Düsseldorf

Geschäftsstelle: Tel: 0211 / 600 692 - 0 Fax: 0211 / 600 692 - 10 E-Mail: info@dgk.org
Pressestelle: Tel: 0211 / 600 692 - 61 Fax: 0211 / 600 692 - 67 E-Mail: presse@dgk.org

Pressemitteilung

Abdruck frei nur mit Quellenhinweis: Presstext DGK 04/2009

75. Jahrestagung der Deutschen Gesellschaft für Kardiologie, 16. bis 18. 4. 2009, Mannheim

Körperliches Training verbessert Lebensqualität bei schwerer Herzschwäche

Mannheim, Samstag, 17. April 2009 – Auch bei Patienten mit chronischer Herzinsuffizienz („Herzschwäche“, HI) des höchsten Schweregrades ist regelmäßiges, angepasstes körperliches Ausdauertraining sicher durchführbar und führt kurzfristig zu positiven Effekten hinsichtlich körperlicher Leistungsfähigkeit und Blutdruck, Herzfrequenz und Herz-Minuten-Volumen. Diese Veränderungen können bei Fortsetzung der Trainingsintervention über einen Zeitraum von zwölf Monaten aufrechterhalten werden, berichtet Dr. Robert Höllriegel (Leipzig) auf der 75. Jahrestagung der DGK in Mannheim.

37 Patienten wurden einer 12-monatigen Trainingsintervention (ein Mal 20 bis 30 Minuten pro Tag Fahrradergometer-Training bei 50 bis 60 Prozent der maximalen körperlichen Leistungsfähigkeit) oder einer inaktiven Kontrollgruppe zugeordnet. Bei den Patienten der Trainingsgruppe konnte die kardiopulmonale Leistungsfähigkeit, gemessen als maximale Sauerstoffaufnahme, um 16 Prozent nach drei Monaten, um 24 Prozent nach sechs Monaten sowie um 27 Prozent nach zwölf Monaten gesteigert werden. Echokardiografisch zeigte sich bei den Patienten der Trainingsgruppe über den Studienzeitraum eine konstante Zunahme der linksventrikulären Auswurfraction. In der Kontrollgruppe blieben alle genannten Parameter nahezu unverändert.

Die Anzahl von Krankheits-Ereignissen (kardiale Dekompensation, Hospitalisierung, rhythmologische Ereignisse, instabile Angina Pectoris, Revaskularisierung, Tod kardialer und nicht kardialer Ursache) war allerdings zwischen beiden Gruppen vergleichbar.

„Ein zentrales Therapieziel bei HI ist die Verbesserung der eingeschränkten Lebensqualität“, so Dr. Frank Edelmann (Göttingen), der in Mannheim ebenfalls eine Untersuchung über den Einfluss körperlichen Trainings auf HI-Patienten vorstellte. „Strukturiertes körperliches Training führt bei Patienten mit HI zu einer signifikanten Verbesserung der Lebensqualität. Diese Verbesserung ist nicht nur durch eine Verbesserung der körperlichen Funktion, sondern auch der psychischen Funktion, des Schmerzes, des allgemeinen Gesundheitsempfindens, der Vitalität, der sozialen Funktion und von Aspekten der Depressivität bedingt.“

Quelle:

R. Höllriegel et al: Langzeiteffekte von Ausdauertraining bei terminaler Herzinsuffizienz (NYHA IIIb): Anhaltend positiver Einfluss auf zentrale Hämodynamik und kardiopulmonale Leistungsfähigkeit nach 12 Monaten; Clin Res Cardiol 98, Suppl 1, April 2009, P730

F. Edelmann et al: Einfluss von körperlichem Training auf verschiedene Aspekte der Lebensqualität bei Patienten mit diastolischer Herzinsuffizienz Ergebnisse der Ex-DHF-P Studie (ISRCTN 42524037); Clin Res Cardiol 98, Suppl 1, April 2009, V1210

Kontakt:

Deutsche Gesellschaft für Kardiologie (DGK)

Pressestelle

Prof. Dr. Eckart Fleck / Christiane Limberg

Achenbachstr. 43, 40237 Düsseldorf

Tel.: 0211 / 600 692 - 61; E-Mail: limberg@dgk.org

Roland Bettschart, Birgit Kofler; B&K Medienberatung
Pressezentrum am Kongress: 0621-41065003; mobil 0043 676 6356775

Die Deutsche Gesellschaft für Kardiologie – Herz und Kreislaufforschung e.V. (DGK) mit Sitz in Düsseldorf ist eine wissenschaftlich medizinische Fachgesellschaft mit heute mehr als 7000 Mitgliedern. Ihr Ziel ist die Förderung der Wissenschaft auf dem Gebiet der kardiovaskulären Erkrankungen, die Ausrichtung von Tagungen und die Aus-, Weiter- und Fortbildung ihrer Mitglieder. 1927 in Bad Nauheim gegründet, ist die DGK die älteste kardiologische Gesellschaft in Europa. Weitere Informationen unter www.dgk.org.