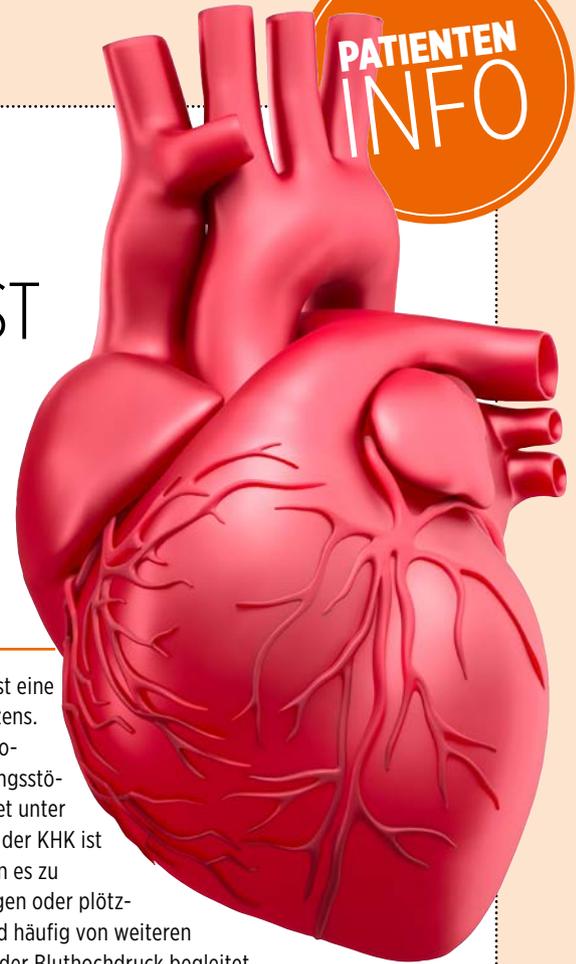


# KORONARE HERZKRANKHEIT – WER IST JETZT FÜR SIE DA?



*Ihr Arzt hat bei Ihnen eine koronare Herzkrankheit (KHK) festgestellt? Eine ernst zu nehmende Erkrankung, die ein Leben lang bestehen bleibt. Mit der passenden Behandlung können Sie gut damit leben. Unterstützung bietet Ihnen die Teilnahme am Disease-Management-Programm KHK.*

## Was ist ein Disease-Management-Programm?

Disease-Management-Programme (DMP) sind strukturierte Behandlungsprogramme für Menschen mit chronischen Erkrankungen wie der koronaren Herzkrankheit (KHK). Patienten können sich bei ihrer Krankenkasse in ein solches Behandlungsprogramm einschreiben lassen. Damit werden sie in allen medizinischen Einrichtungen auf dem aktuellen Forschungsstand der evidenzbasierten Medizin behandelt. Die Einschreibung in das Programm erfolgt über Ihren behandelnden Hausarzt. Sprechen Sie ihn einfach darauf an. Gemeinsam füllen Sie die notwendigen Unterlagen aus, die der Arzt dann an Ihre Krankenkasse weiterleitet. Sollte Ihr Hausarzt nicht an diesem Programm teilnehmen, rufen Sie direkt bei Ihrer Krankenkasse an. Wichtig zu wissen: Die Teilnahme am DMP ist freiwillig und kostenfrei.

## KHK – auf einen Blick

Die Koronare Herzerkrankung (KHK) ist eine schwerwiegende Erkrankung des Herzens. Durch verengte Herzkranzgefäße (Koronararterien) entsteht eine Durchblutungsstörung des Herzmuskels – das Herz leidet unter Sauerstoffmangel. Eine häufige Folge der KHK ist ein akuter Herzinfarkt. Außerdem kann es zu Herzschwäche, Herzrhythmus-Störungen oder plötzlichem Herztod kommen. Die KHK wird häufig von weiteren Erkrankungen wie Diabetes mellitus oder Bluthochdruck begleitet. Das wichtigste in der Therapie der KHK ist ein gesunder Lebensstil, das heißt: viel Bewegung, eine ausgewogene Ernährung und Verzicht auf Rauchen. Die koronare Herzkrankheit lässt sich mit Medikamenten, mit dem Einsatz einer Gefäßstütze (Stent) oder einer Operation (Bypass) behandeln.

## Was bringt es mir als Patient, wenn ich mich in das Programm einschreibe?

KHK-Patienten sind auf eine optimale Behandlung angewiesen, die grundsätzlich in den Händen Ihres Hausarztes liegt. Alle Behandlungsverfahren und die Versorgung mit Medikamenten werden individuell auf Ihre Bedürfnisse abgestimmt. Darüber hinaus lernen Sie Maßnahmen kennen, um Folge- und Begleiterkrankungen zu vermeiden sowie das Herzinfarktrisiko zu minimieren. Alle diese medizinischen Angebote greifen reibungslos ineinander, denn Ärzte und andere medizinische Fachleute arbeiten eng und systematisch zusammen.

## Was leistet das DMP für mich? **Kontrolle**

Regelmäßige ärztliche Kontrolluntersuchungen dokumentieren den Fortschritt und die Risiken der koronaren Herzerkrankung. Anhand der Ergebnisse planen Sie gemeinsam mit Ihrem Arzt alle weiteren Behandlungsschritte. Krankheiten, die häufig in Kombination mit einer KHK auftreten, werden erkannt und behandelt – dazu zählt beispielweise Bluthochdruck oder Diabetes mellitus.

## **Schulung**

Um die koronare Herzerkrankung zu verstehen, bietet die Krankenkasse besondere Schulungs- und Beratungsprogramme an. So



erhalten Sie alle wichtigen Informationen über Ursachen, Risikofaktoren und den korrekten Umgang mit der Erkrankung. Mit diesem Wissen können Sie aktiv und verantwortungsbewusst mit Ihrer Krankheit umgehen, Ihr Leben gesund gestalten und den Fortschritt der KHK hinauszögern.

**Ernährungsberatung**

Unterstützung erhalten Sie auch von einer Ernährungsberaterin. Mit einer gesunden Ernährung können Sie den Behandlungsplan aktiv unterstützen.

**Herzsport**

Bewegung und regelmäßiger Sport haben einen positiven Einfluss auf den Verlauf der koronaren Herzkrankheit. Das Disease-Management-Programm ermöglicht die Teilnahme an einer „Herzsportgruppe“. So steigern Sie nicht nur Ihre Herzfunktion, sondern lernen andere KHK Patienten kennen, mit denen Sie sich austauschen können.

**Psychologische Hilfe**

Ihr Hausarzt prüft außerdem, ob Sie psychotherapeutische Hilfe benötigen. Eine emotional unterstützende Therapie kann Ihnen helfen, ihr Leben positiv und selbstbestimmt zu gestalten.

**Medikamente**

Die medikamentöse Behandlung der KHK erfolgt auf dem neuesten Stand der medizinischen Forschung. Ziel ist, Ihr Herz zu entlasten sowie Folgeerkrankungen zu verhindern und Ihre Lebensqualität zu verbessern.

**Rehabilitation**

Die koronare Herzkrankheit und ihre Begleit- und Folgeerkrankun-

gen können Ihre körperliche Belastbarkeit und psychische Gesundheit sehr stark beeinflussen. Unter Umständen können sie zu einer Erwerbsunfähigkeit führen. Als Patient haben Sie die Möglichkeit, Rehabilitationsmaßnahmen in Anspruch zu nehmen. Sie sind darauf ausgerichtet, Ihren Wiedereinstieg ins Berufsleben aber auch Ihr selbstbestimmtes Alltagsleben zu erleichtern. Die Rehabilitationsmaßnahmen können ambulant oder stationär durchgeführt werden.

**Welche Verpflichtungen habe ich?**

Wenn Sie am Disease-Management-Programm KHK teilnehmen, gehen sie die Verpflichtung ein, aktiv an Ihrer Gesundheit mitzuwirken. Sie planen gemeinsam mit Ihrem Arzt die Behandlungsschritte und müssen die Wirkung der Behandlung in regelmäßigen Abständen überprüfen lassen. Neben den kontinuierlichen Arztgesprächen und medizinischen Kontrollterminen gehört für den Patienten auch die verpflichtende Teilnahme an

**Was heißt evidenzbasierte Medizin?**

Die Behandlung der Patienten wird mit Hilfe von medizinischen Leitlinien durchgeführt. Diese Leitlinien enthalten Vorschläge und Handlungsanweisungen zur Prävention, Diagnostik, Therapie und Nachsorge chronischer Erkrankungen. Sie wurden aus klinischen Erfahrungen und Forschung entwickelt und spiegeln den Stand der aktuellen medizinischen Wissenschaft wieder. Da jeder eine individuelle Behandlung benötigt, sind die Leitlinien nur als Anleitung gedacht. Sie lassen dem Arzt in vielen Punkten seine Behandlungs- und dem Patienten seine Entscheidungsfreiheit.

Informations- und Schulungsveranstaltungen. Ihre Medikamente müssen Sie, wie mit ihrem Arzt besprochen, einnehmen. Ihr Arzt muss den Erkrankungsverlauf dokumentieren und auswerten. Diese Daten werden den Krankenkassen zur Qualitätskontrolle zur Verfügung gestellt. Die Krankenkassen prüfen insbesondere, ob sich die Behandlung an den Kriterien evidenzbasierter Medizin orientiert. ●

**Verfasserin:** Verena Nittka

**Quellen:**

AWMF online: Nationale VersorgungsLeitlinie Chronische KHK. Download unter <https://hausarzt.link/fQBXE> Stand 1.4.2019.  
IQWiG: Was sind Disease-Management Programme? Download unter: <https://hausarzt.link/4pGXy>

**Sprechen Sie uns gerne an, wenn Sie noch Fragen haben!**

Praxisstempel

Weitergabe an Patienten ist ausdrücklich erwünscht!

