

Sie als Herzgruppen-Arzt?

In Bayern gibt es über 700 Herzgruppen. Dies ist eine stattliche Zahl, der Bedarf an Gruppenplätzen ist jedoch noch lange nicht gedeckt.

Und eine Gruppe kann nur bestehen oder eröffnet werden, wenn ein Mediziner die Funktion des Gruppenarztes übernimmt.

Diese ärztliche Mitarbeit muss nicht ehrenamtlich sein: Die Vergütungen regeln die Anbieter der Herzgruppen.

Werden Sie Herzgruppen-Arzt und unterstützen Sie so Ihre Patienten auf dem Weg zu einem herzgesunden Lebensstil.

- **Hier gibt es Informationen:**

- Im Internet: www.herz-lag.de
Hier finden Sie u.a. ein Verzeichnis aller in Bayern bestehenden Herzgruppen.
- Der direkte Kontakt zu uns:
Herz-LAG Bayern
Höhenried 2
82347 Bernried
Tel.: 08158 – 90 33 73
eMail: mail@herz-lag.de



***Die ambulante
Herzgruppe –
Information für
Ärzte***



Herz-LAG
Bayern

www.herz-lag.de

Herzgruppe – Was ist das?

- **Speziell für Herzpatienten:**

Patienten mit einer chronischer Herz-Kreislaufkrankung können in einer Herzgruppe auf ärztliche Verordnung mindestens einmal pro Woche teilnehmen. Die Herzgruppe ist unter dem Begriff „Rehabilitationssport in Herzgruppen“ eine Leistung der gesetzlichen Krankenversicherung. Eine damit verbundene Mitgliedschaft beim Herzgruppen-Anbieter (sehr oft Sportvereine) wird ausdrücklich begrüßt und befürwortet, um ein Dabeibleiben zu fördern.

- **Bewegungs-/Sporttherapie und mehr:**

Krankheitsangepasste Bewegung steht im Mittelpunkt. Besonders dafür ausgebildete Übungsleiter und ein ständig anwesender Gruppen-Arzt betreuen die Gruppe. Die Teilnehmer werden von diesem Spezialisten-Team zu Bewegung und Sport (Gymnastik, Ausdauer, Spiel) angeleitet. Jeder so, wie er kann. Auch – und gerade! – Nicht-Sportler sind willkommen.

Das Bewegungsprogramm wird oft ergänzt durch Übungen zur Entspannung, zur Körperwahrnehmung und zum Stressabbau. So gelingt auch im Alltag ein besserer Umgang mit Stress.

Auch Gruppen- und Einzelgespräche oder Vorträge zu einer optimalen herzgesunden Lebensführung haben in der Herzgruppe oft ihren Platz

- **Ziele der Herzgruppe:**

Durch die Herzgruppen-Teilnahme sollen Herzpatienten im Rahmen des Möglichen eine stabile körperliche Leistungsfähigkeit erlangen. Zudem werden Kompetenz im Umgang mit der Erkrankung, Selbstsicherheit und Selbstvertrauen der Herzpatienten aufgebaut – für eine eigenverantwortliche, herzgesunde Lebensgestaltung trotz Herzkrankung.

Herzgruppe – Auch für Ihre Patienten?

- **Bei folgenden Indikationen ist eine ärztliche Verordnung möglich:**

- **Koronare Herzerkrankung:** mit stabiler Angina pectoris, nach Myokardinfarkt/Reinfarkt, nach PCI mit/ohne Stent-Implantation, nach Bypass-OP, nach Herzwand-Aneurysma-Resektion
- **Herzvitien** jeder Art mit u. ohne operative Korrektur
- **Kardiomyopathie**
- **Herzinsuffizienz**
- **Funktionelle Herz-Kreislaufstörungen:** besonders arterielle Hypertonie mit kardiovaskulären Schäden oder hyperkinetisches Herzsyndrom
- Zustand nach **Schrittmacherimplantation**
- Zustand nach **Endo-, Myo-, Perikarditis**
- Zustand nach **Implantation eines Defibrillators**
- Zustand nach **Herztransplantation**

- **Voraussetzungen der Teilnahme:**

- Kardiovaskuläre Belastbarkeit nach standardisierter Fahrradergometrie unter Medikation mindestens 0,4 Watt/kg Körpergewicht
- Stabile kardiovaskuläre Symptomatik unter Medikation
- Keine wesentlich einschränkende orthopädische Erkrankung/Behinderung
- Möglichst jährliche Kontrolle der kardiovaskulären Belastbarkeit (auch bei fehlender Symptomatik)

- **Verordnung der Teilnahme:**

- Vom behandelnden Arzt über „Antrag auf Kostenübernahme für Rehabilitationssport“ (Muster 56); danach Bewilligung durch den Kostenträger
- Erstverordnung: 90 Übungseinheiten in einem Zeitraum von 24 Monaten
- Weitere Verordnungen (bei maximaler Belastungsgrenze von 1,4 Watt/kg Körpergewicht): jeweils 45 Übungseinheiten in einem Zeitraum von 12 Monaten

- **Eine wohnortnahe Gruppe finden:**

Am besten über die Suchfunktion auf der Homepage der Herz-LAG Bayern unter www.herz-lag.de, Rubrik „Herzgruppen“.