

Gesundheits- bildungsmaßnahmen

INFORMATIONEN ZUR DURCHFÜHRUNG IM RAHMEN
DER DGPR-HERZGRUPPEN

Impressum

Herausgeber: Deutsche Gesellschaft für
Prävention und Rehabilitation
von Herz-Kreislauferkrankungen e.V. (DGPR)
Friedrich-Ebert-Ring 38
56068 Koblenz
Tel.: 0261 – 30 92 31
Fax: 0261 – 30 92 32
E-Mail: info@dgpr.de
Internet: www.dgpr.de

Bearbeitung 1. Fassung von Oktober 2014:

M. Mohnke, P. Pfaffel, H. Berke, K. Schröder, O. Haberecht, A. Bärsch-Michelmann

Bearbeitung 2. Fassung von Jan. 2018, aktualisiert im Okt. 2018: Irina Brüggemann

Bearbeitung 3. Fassung von März 2025: Stefanie Kneisle, Gunnar Thome

Konsentiert innerhalb der DGPR durch Präsidiumsbeschluss am 07.04.2025

Inhalt

Vorbemerkung	2
1. Ziele der Gesundheitsbildungsmaßnahmen	3
2. Zielgruppe	4
3. Angebotsprofil	4
4. Qualifikation der Referenten	4
5. Anerkennung	5
6. Qualitätsmanagement	5
7. Vergütung	6
8. Durchführungsbestimmungen	6
9. Leistungsbeschreibung von Gesundheitsbildungsmaßnahmen	7
Thema A: Krankheitsbewältigung bei arterieller Hypertonie	7
Thema B: Risikofaktor Psyche bei KHK-Patienten, Stressformen	8
Thema C: Kardiovaskuläre Risikofaktoren	8
Thema D: Ernährung	8
Thema E: Körperliche Aktivität und Training in der Sekundärprävention und Therapie kardiovaskulärer Erkrankungen	9
Thema F: Koronare Krankheitsbilder	9
Thema G: Primär- und Sekundärprävention kardiovaskulärer Erkrankungen	9
Thema H: Risikofaktor Rauchen	10
10. Literatur	10
11. Anhang	10

Vorbemerkung

Gesundheitsbildung stellt einen zentralen Bestandteil der medizinischen Rehabilitation von Patienten mit chronischen Herz-Kreislauf-Erkrankungen dar. Inhalt dieser Maßnahmen sind unterschiedliche Themen, die v.a. das Ziel verfolgen, Informationen über die Erkrankung und deren Behandlung zu vermitteln.

„Medizinische Rehabilitation umfasst einen ganzheitlichen Ansatz im Sinne des bio-psycho-sozialen Modells der Weltgesundheitsorganisation (WHO), um den im Einzelfall bestmöglichen Rehabilitationserfolg im Sinne der Teilhabe am Leben in der Gesellschaft, insbesondere in Familie, Arbeit und Beruf zu erreichen. Dieser Ansatz berücksichtigt neben dem Erkennen, Behandeln und Heilen einer Krankheit bei einem Menschen mit einem Gesundheitsproblem nicht nur die Auswirkungen dieses Gesundheitsproblems, sondern auch die möglichen Wechselwirkungen zwischen der Krankheit, Körperstrukturen und -funktionen, Aktivitäten und Teilhabe und den dabei individuell relevanten Kontextfaktoren (umwelt- und personenbezogene Faktoren als Förderfaktoren und Barrieren).“

Quelle: Gemeinsamer Bundesausschuss, Richtlinien des Gemeinsamen Bundesausschusses über Leistung zur medizinischen Rehabilitation nach §92 Abs. 1, Satz 2, Nr.8, SGBV, 09.06.2017.

Die Herzgruppen der Deutschen Gesellschaft für Prävention und Rehabilitation von Herz-Kreislauf-Erkrankungen e.V. (DGPR) haben mit dem Konzept der „Gesundheitsbildungsmaßnahmen“ die Möglichkeit, einen ganzheitlichen Ansatz in der kardiologischen Rehabilitation umzusetzen, der über den Aspekt von Bewegung und Sport hinausgeht.

Zur besseren Lesbarkeit wird das generische Maskulinum verwendet. Die verwendeten Personenbezeichnungen beziehen sich – sofern nicht anders kenntlich gemacht – auf alle Geschlechter.

1. Ziele der Gesundheitsbildungsmaßnahmen

In Anlehnung an den in der Vorbemerkung aufgeführten ganzheitlichen Ansatz der medizinischen Rehabilitation gelten folgende Ziele für die Durchführung der Gesundheitsbildungsmaßnahmen:

- Besserung der Lebenserwartung und Lebensqualität der Teilnehmer/innen
- Zunehmende Einbindung des Patienten in die medizinische Behandlung (Adherence)
- Aufbau der Fähigkeit zum selbstverantwortlichen Umgang mit Erkrankungen (Empowerment)
- Reduktion krankheitsbedingter Kosten

Aufgabe der Leistungserbringer für den Rehabilitationssport in Herzgruppen als einen integralen Bestandteil einer am langfristigen Erfolg orientierten, umfassenden Versorgung von Herzpatienten ist es, mit ihren Möglichkeiten zur Erreichung der allgemeinen Rehabilitationsziele beizutragen.

Daraus ergeben sich für die kardiologische Rehabilitation folgende Ziele der Gesundheitsbildung:

- Abwendung, Beseitigung, Minderung, Verhütung einer Verschlimmerung oder Minderung der Folgen von Behinderung
- Beitrag zur Wiederherstellung und zum Erhalt der Erwerbsfähigkeit oder zur Vermeidung von Pflegebedürftigkeit
- Förderung der Selbstbestimmung/ der Selbstverantwortung (Hilfe zur Selbsthilfe)
- Steigerung der Lebensqualität
- Förderung der Teilhabe in Familie, Beruf, Alltag und Gesellschaft
- Erhalt oder Verbesserung des Aktivitätsniveaus unter Berücksichtigung der umwelt- und personenbezogenen Kontextfaktoren
- Reduktion der Morbidität und der Mortalität

Mit Hilfe der im Folgenden aufgeführten Maßnahmen sollen diese Ziele erreicht werden.

1. Information zur Erkrankung, zu den Erkrankungsursachen und deren leitliniengerechte Therapie,
2. nachhaltige Lebensstiländerung bei gleichzeitiger Reduzierung der Risikofaktoren und Aufbau von Schutzfaktoren,
3. Unterstützung bei der Krankheitsverarbeitung,
4. psychische Mitbetreuung unter dem Gesichtspunkt Depressivität und Angst,
5. Übertragung des gesunden Lebensstils in den Alltag.

2. Zielgruppe

Die Gesundheitsbildungsmaßnahmen richten sich in erster Linie an die Teilnehmer am Rehabilitationssport in einer Herzgruppe, deren Angehörige, ehemalige Teilnehmer sowie alle Menschen mit einem Interesse an Herz-Kreislaufkrankungen und deren Risikofaktoren.

3. Angebotsprofil

Laut der zwischen dem Verband der Ersatzkassen (vdek) und der DGPR abgeschlossenen Vereinbarung zur Durchführung und Finanzierung des Rehabilitationssports in Herzgruppen wurden die im Folgenden aufgeführten Themen vertraglich vereinbart.

- A Krankheitsbewältigung bei arterieller Hypertonie
- B Risikofaktor Psyche bei KHK-Patienten, Stressformen
- C Kardiovaskuläre Risikofaktoren
- D Ernährung
- E Körperliche Aktivität und Training in der Sekundärprävention und Therapie kardiovaskulärer Erkrankungen
- F Koronare Krankheitsbilder
- G Primär- und Sekundärprävention kardiovaskulärer Erkrankungen
- H Risikofaktor Rauchen

Eine ausführliche Beschreibung der Inhalte zu den einzelnen Themen ist in Kap. 9 „Leistungsbeschreibung“ zu finden.

4. Qualifikation der Referenten

Die Leistungserbringer für den Rehabilitationssport in Herzgruppen sind dafür verantwortlich, sowohl fachlich als auch didaktisch-methodisch ausreichend qualifizierte Referenten für die Durchführung der Gesundheitsbildungsmaßnahmen einzusetzen.

Übungsleiter/innen der DGPR-Herzgruppen können neben Ärzten (mit entsprechender Qualifikation für das entsprechende Thema) und Fachkräften der einzelnen Themenbereiche ebenfalls als qualifizierte Referenten eingesetzt werden, sobald diese einen entsprechenden Fortbildungsnachweis der DGPR vorweisen können.

DGPR-Herzgruppen-Übungsleiter mit dem Fortbildungsnachweis:

„Gesundheitsbildungsmaßnahmen in DGPR-Herzgruppen“

Die anerkennenden Stellen unterstützen dabei bei Bedarf die Leistungserbringer bei der Auswahl der Referenten.

5. Anerkennung

Grundsätzlich können die Gesundheitsbildungsmaßnahmen nur durchgeführt und vergütet werden, wenn die anerkennenden Stellen Mitglied der DGPR sind. Anerkennende Stellen sind die nach Ziffer 8.2 und 8.3 der aktuell gültigen Rahmenvereinbarung für den Rehabilitationssport und das Funktionstraining aufgeführten Rehabilitationssportträgerverbände oder Arbeitsgemeinschaften im Bereich Herz-Kreislaufkrankungen.

Die Anerkennung von Gesundheitsbildungsmaßnahmen erfolgt somit ausschließlich durch die Landesorganisationen der DGPR oder andere, nach Ziffer 8.2 und 8.3 definierte Landesverbände/-arbeitsgemeinschaften im Rehabilitationssport spezialisiert auf Herz-Kreislaufkrankungen, die Mitglieder der DGPR sind (nachfolgend als Mitgliedsorganisationen der DGPR bezeichnet).

Für das Genehmigungsverfahren ist die Verpflichtungserklärung (siehe Anhang) zu nutzen. Das vollständig ausgefüllte Dokument wird bei den zuständigen Mitgliedsorganisationen der DGPR eingereicht. Unvollständig ausgefüllte Formulare werden zurückgewiesen.

Eine durch die Mitgliedsorganisationen festgelegte Bearbeitungspauschale ist ggf. zu entrichten.

6. Qualitätsmanagement

Durch die Zertifizierung und Anerkennung durch die DGPR-Landesverbände ist eine überprüfbare Qualitätssicherung sichergestellt, sodass

- die Vorgaben und Richtlinien der DGPR eingehalten werden.
- eine Vergleichbarkeit im gesamten Bundesgebiet gewährleistet ist.
- eine weit reichende Vereinheitlichung von Bildungsangeboten in der Gesundheitsbildung erreicht wird.

Die Träger der Gesundheitsbildungsmaßnahmen sind die Leistungserbringer für den Rehabilitationssport in Herzgruppen. Sie sind verantwortlich für die Einhaltung der Richtlinien sowie die Qualitätssicherung.

7. Vergütung

Die Finanzierung der Gesundheitsbildungsmaßnahmen erfolgt für die Teilnehmer/innen in den Herzgruppen mit gültiger Verordnung entsprechend der vereinbarten Vergütungssätze. Derzeit können Gesundheitsbildungsmaßnahmen bundesweit für Versicherte der Ersatzkassen, der Deutschen Rentenversicherung (DRV) und einem Großteil der Primärkassen abgerechnet werden. Auskünfte zur Abrechnungsmöglichkeit von Gesundheitsbildungsmaßnahmen für Versicherte der Primärkassen liegen den jeweiligen Landesorganisationen der DGPR vor.

Für Versicherte ist in dem Teilnahmebogen das Feld „Gesundheitsbildungsmaßnahmen“ mit dem entsprechenden Buchstaben der durchgeführten GBM-Maßnahme auszufüllen. Für alle Themen der Gesundheitsbildungsmaßnahmen gilt seit dem 01.01.2025 die einheitliche Positionsnummer 604711.

Für Versicherte der DRV ist auf Seite 3 des Formulars G0851 ein Eintrag unter „regional vereinbartes Angebot“ vorzunehmen.

8. Durchführungsbestimmungen

Mit der genehmigten Verordnung ist jedes Thema 1x abrechenbar. Im Rahmen der Gesundheitsbildung ist es möglich an einem Tag bis zu maximal 4 verschiedene Themen durchzuführen und abzurechnen. Hierbei ist darauf zu achten, dass ausreichend Pausen zwischen den GBM-Bausteinen vorhanden sind. Grundsätzlich ist nur ein Vortrag pro Tag empfehlenswert, um die Informationsvermittlung zu optimieren.

Die Reihenfolge der einzelnen Themen ist frei wählbar.

Eine ausführliche inhaltliche Beschreibung der Themen erfolgt in Kapitel 9.

Einheitliche Vortragsfolien und Handouts zu den verschiedenen Themen werden von der DGPR zur Verfügung gestellt. Die Inhalte werden bei Bedarf durch die DGPR aktualisiert und sind in der jeweilig gültigen Fassung zu nutzen.

Die Veranstaltung muss mindestens 60 Minuten und kann bis zu 90 Minuten dauern. Die Teilnehmerzahl darf maximal 30 Personen mit gültiger Rehasportverordnung für Herzgruppen oder Herzinsuffizienzgruppen betragen.

Der Träger der Veranstaltung ist verantwortlich für die Auswahl von qualifizierten Referenten. Die anerkennenden Stellen unterstützen bei Bedarf die Veranstalter bei der Auswahl.

9. Leistungsbeschreibung von Gesundheitsbildungsmaßnahmen

Die Inhalte zu den einzelnen Themenkomplexen entsprechen den Leistungsbeschreibungen der „Vereinbarung zur Durchführung und Finanzierung des Rehabilitationssports in Herzgruppen“ zwischen DGPR und dem Verband der Ersatzkassen (vdek).

Themen A - H:

Zielgruppe:	Personen mit kardiovaskulären Risikofaktoren und Interessierte
Methodik:	Vortrag/Gruppenberatung, Schulung
Gruppengröße:	maximal 30 Personen mit Rehasportverordnung für Herzgruppen oder Herzinsuffizienzgruppen
Dauer:	60 bis 90 Minuten
Häufigkeit:	pro Verordnung jedes Thema 1x
Raumausstattung:	Präsentationsmöglichkeit der Vortragsfolien (z. B. Laptop und Beamer)
Qualitätssicherung:	Referent mit entsprechender Qualifikation (siehe Punkt 4), sowie die Einhaltung der Punkte des Qualitätsmanagements (Punkt 6).

Thema A: Krankheitsbewältigung bei arterieller Hypertonie

Lernziele:	Teilnehmer/innen wissen was arterielle Hypertonie (Bluthochdruck) bedeutet und wie dieser Risikofaktor beeinflusst werden kann.
Inhalte:	Erläuterung der arteriellen Hypertonie. Vorstellen verschiedener Einflussfaktoren auf den Blutdruck. Praktische Relevanz einzelner Einflussfaktoren für die Gesundheitsförderung, wie Bewegung, Ernährung, Rauchstopp, Entspannungstraining... Blutdruck richtig messen; Einblick medikamentöse Behandlung
Benötigte Hilfsmittel:	Blutdruckmessgeräte

Thema B: Risikofaktor Psyche bei KHK-Patienten, Stressformen

- Lernziele:** Teilnehmer/innen kennen den Zusammenhang von Stress und dem Herz-Kreislaufsystem. Sie wissen, wie dieser Einfluss auf ein erhöhtes kardiovaskuläres Erkrankungsrisiko nimmt und wie sie diesen beeinflussen können.
- Inhalte:** Erklärungen zum Thema Stress und Stressreaktionen des Körpers und deren Auswirkungen und Beeinflussbarkeit.
- Stressbewältigung, Krankheitsbewältigung, Depressivität, Angst
- Wissen über Sexualität bei Herzerkrankungen.

Thema C: Kardiovaskuläre Risikofaktoren

- Lernziele:** Teilnehmer/innen kennen die kardiovaskulären Risikofaktoren und deren Auswirkungen auf das Herz-Kreislaufsystem.
- Inhalte:** Erläuterungen zu den kardiovaskulären Risikofaktoren (Bluthochdruck, Fettstoffwechselstörungen, Diabetes mellitus Typ 2; Übergewicht, Rauchen, Stress, Ernährung und Bewegungsmangel), deren Auswirkungen und möglicher Beeinflussbarkeit.

Thema D: Ernährung

- Lernziele:** Teilnehmer/innen wissen um den Zusammenhang von Ernährung und den beeinflussbaren Risikofaktoren (im Speziellen Cholesterin, Übergewicht, Blutzucker und Bluthochdruck) der Arteriosklerose.
- Inhalte:** Einfluss der Ernährung auf den Cholesterinwert, das Körpergewicht, den Blutzucker und den Blutdruck.
- DGE-Ernährungsempfehlungen

Thema E: Körperliche Aktivität und Training in der Sekundärprävention und Therapie kardiovaskulärer Erkrankungen

- Lernziele:** Teilnehmer/innen wissen über die Wichtigkeit und Effektivität von richtig dosiertem körperlichem Training im Rahmen der Sekundärprävention und der Therapie kardiovaskulärer Erkrankungen.
- Inhalte:** Erläuterung von Auswirkungen der Bewegung auf den menschlichen Körper und im Speziellen auf das Herz-Kreislaufsystem.
- Praktische Relevanz von richtig dosierter und der körperlichen Belastbarkeit angepasster Bewegungsaktivitäten. Belastungsdosierung mittels Trainingsherzfrequenz, Borg-Skala bei Ausdauer- und Kraftbelastungen.

Thema F: Koronare Krankheitsbilder

- Lernziele:** Teilnehmer/innen kennen das Krankheitsbild der Koronaren Herzkrankheit (KHK), kennen die Symptome, die Therapiemöglichkeiten und Wissen um die Wichtigkeit einer schnellen und regelmäßigen ärztlichen Behandlung.
- Inhalte:** Übersicht über das Krankheitsbild der Koronaren Herzkrankheit (KHK), bestehend aus der Definition, Entstehung, Verbreitung, Symptome, Diagnostik und Therapie.
- Erläuterung der Dringlichkeit einer schnellen Erste Hilfe (Wiederbelebensmaßnahmen, Notarzt rufen) im Notfall.

Thema G: Primär- und Sekundärprävention kardiovaskulärer Erkrankungen

- Lernziele:** Teilnehmer/innen kennen den Unterschied zwischen Primär- und Sekundärprävention und kennen die grundlegenden Einflussmöglichkeiten auf die Risikofaktoren von kardiovaskulären Erkrankungen.
- Inhalte:** Schilderung von Entstehung, Folgen und mögliche Warnsignale der Arteriosklerose.
- Erläuterung der Begriffe Primär- und Sekundärprävention und deren Unterschiede bei der Anwendung im Bereich der Herz-Kreislaufkrankungen.

Thema H: Risikofaktor Rauchen

- Lernziele:** Teilnehmer/innen kennen die Wirkungsweise und Krankheitsfolgen des Rauchens und Wissen um die positive Wirkung des Rauchstopps und kennen Maßnahmen zur Tabakentwöhnung.
- Inhalte:** Rauchen als Risikofaktor für Herz-Kreislaferkrankungen (auch für Passivraucher).
- Körperliche und psychische Abhängigkeit.
- Unterstützung zur Raucherentwöhnung, Rückfallprophylaxe, positive Auswirkungen des Rauchstopps.

10. Literatur

Bundesarbeitsgemeinschaft für Rehabilitation (Hrsg.) (2022) *Rahmenvereinbarung über den Rehabilitationssport und das Funktionstraining*. vom 1. Januar 2022. Frankfurt/Main: Eigenverlag

Deutsche Gesellschaft für Prävention und Rehabilitation von Herz-Kreislaferkrankungen (Hrsg.) (2013): *Positionspapier Herzgruppe*. Koblenz: Eigenverlag

Deutsche Gesellschaft für Prävention und Rehabilitation von Herz-Kreislaferkrankungen (Hrsg.) (2005): *Positionspapier Nachfolgegruppe*. Koblenz: Eigenverlag

Gemeinsamer Bundesausschuss (2017) *Richtlinien des Gemeinsamen Bundesausschusses über Leistungen zur medizinischen Rehabilitation* (Rehabilitations-Richtlinien). <http://www.g-ba.de/informationen/richtlinien/23/>

Verband der Ersatzkassen e.V. (vdek) / DGPR (2016). *Vereinbarung zur Durchführung und Finanzierung des Rehabilitationssports in Herzgruppen vom 01. September 2016*.

Deutsche Gesellschaft für Prävention und Rehabilitation von Herz-Kreislaferkrankungen (Hrsg.) (2018): *Curriculum Herzgruppenleiter DGPR – Innere Medizin*. Koblenz: Eigenverlag

11. Anhang

Anhang 1 Verpflichtungserklärung GBM-Vorträge

**Deutsche Gesellschaft für Prävention und
Rehabilitation von Herz-Kreislaufkrankungen e.V.**

**Verpflichtungserklärung
GBM-Vorträge**

Für die Gesundheitsbildungsmaßnahmen (GBM) in Herzgruppen hat die DGPR-Vorträge erarbeitet, die Ihnen von den Landesorganisationen der DGPR zur Verfügung gestellt werden. Die Vorträge sind urheberrechtlich geschützt. Sie dürfen ausschließlich zum Zwecke der Gesundheitsbildungsmaßnahmen in Herzgruppen der DGPR verwendet werden. Eine andere Verwendung oder die Weitergabe der Vorträge an andere ist ohne ausdrückliche Zustimmung der DGPR nicht gestattet.

Es handelt sich um folgende Vortragsthemen:

- Krankheitsbewältigung bei arterieller Hypertonie (Leistungsbeschreibung A)
- Risikofaktor Psyche bei KHK-Patienten, Stressformen (Leistungsbeschreibung B)
- Kardiovaskuläre Risikofaktoren (Leistungsbeschreibung C)
- Ernährung (Leistungsbeschreibung D)
- Körperliche Aktivität und Training in der Sekundärprävention und Therapie kardiovaskulärer Erkrankungen (Leistungsbeschreibung E)
- Koronare Krankheitsbilder (Leistungsbeschreibung F)
- Primär- und Sekundärprävention kardiovaskulärer Erkrankungen (Leistungsbeschreibung G)
- Risikofaktor Rauchen (Leistungsbeschreibung H)

Hiermit erkläre ich, _____ (Name des Vereinsvertreters), dass ich die von den Landesorganisationen zur Verfügung gestellten GBM-Vorträge ausschließlich für die Durchführung von Gesundheitsbildungsmaßnahmen in Herzgruppen der DGPR verwende. Zu diesem Zweck ist die Weiterleitung der Vorträge nur an die jeweiligen Referenten gestattet. Die notwendige Qualifikation der Referenten habe ich überprüft. Ich erkläre des Weiteren, dass ich die Referenten ebenfalls dazu verpflichte, die zweckgemäße Verwendung einzuhalten, den Urheberrechtsschutz zur Kenntnis zu nehmen und die Vorträge nicht an Unberechtigte weiterzugeben.

Datum

Stempel Verein

Unterschrift Vereinsvertreter