



# DGK.

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

Grafenberger Allee 100  
40237 Düsseldorf  
Telefon: +49 (0) 211 / 600 692-43  
Fax: +49 (0) 211 / 600 692-10  
E-Mail: [presse@dgk.org](mailto:presse@dgk.org)  
Web: [www.dgk.org](http://www.dgk.org)

**Pressemitteilung: Abdruck frei nur mit Quellenhinweis „Presstext DGK 10/2018“**

## **Prävention in der Herzmedizin: Optimierungs-Bedarf bei ärztlichen Lebensstil-Empfehlungen**

*Ärztliche Lebensstil-Empfehlungen zur Prävention von Herz-Kreislauf-Erkrankungen werden viel zu häufig erst dann gegeben, wenn bereits Risikofaktoren vorliegen oder eine Krankheit besteht. Auch bei älteren Patienten lässt die Häufigkeit der Aufklärung zu wünschen übrig.*

**Berlin, Samstag 13. Oktober 2018** – Optimierungs-Bedarf bei den ärztlichen Lebensstil-Empfehlungen in der Prävention von Herz-Kreislauf-Erkrankungen sieht eine neue Studie aus Würzburg. In der Primärprävention, bei der es um das bestmögliche Verhindern der Entstehung von Herz-Kreislauf-Krankheiten geht, werden ärztliche Empfehlung zu einem gesunden Lebensstil häufiger bei Menschen ausgesprochen, die bereits bekannte kardiovaskuläre Risikofaktoren haben – also relativ spät. In der Sekundärprävention, deren Ziel das Verhindern des Fortschreitens einer bestehenden Krankheit ist, ist eine ärztliche Empfehlung zu einem gesunden Lebensstil wahrscheinlicher, wird allerdings mit zunehmendem Alter der Patienten immer seltener. „Da jedoch auch ältere KHK- Patienten stark von Lebensstilinterventionen profitieren, sollten die Ursache der Abnahme adäquater ärztlicher Lebensstilempfehlungen identifiziert und ihnen entgegengewirkt werden“, sagt Studienleiterin Prof. Dr. Theresa Tiffe (Würzburg), auf den DGK Herztagen in Berlin.

Mit Ausnahme der Empfehlung zum Rauchverzicht, erhielten Personen in der Sekundärprävention häufiger Empfehlungen zu einem gesunden Lebensstil als in der Primärprävention: zur Gewichtsreduktion 69,2 gegenüber 43,8 Prozent, zu körperlicher Aktivität 71,4 gegenüber 52,1 Prozent, zu gesunder Ernährung 73,1 gegenüber 43,9 Prozent.

Die von Prof. Tiffe untersuchte Primärpräventions-Patientengruppe bestand aus 665 Teilnehmern ohne Herz-Kreislauf-Erkrankung, die an einer Studie (STAAB) über frühe, noch symptomlose Stadien der Herzschwäche teilnahmen. Die Sekundärpräventions-Gruppe umfasste 536 Patienten mit bekannter koronarer Herzerkrankung, die in die EUROASPIRE-Studie eingeschlossen waren.

Körperliche Aktivität, Nikotinabstinenz, Gewichtsnormalisierung und gesunde Ernährung sind bei Personen mit hohem kardiovaskulärem Risiko bzw. bereits bestehender Herz-Kreislauf-Erkrankung (HKE) mit einer Reduktion von Krankheitshäufigkeit und Sterblichkeit assoziiert. Entsprechend der aktuellen europäischen Leitlinie zur Prävention von HKE umfasst die ärztliche Empfehlung zu einem gesunden Lebensstil, wenn angebracht, das Rauchen einzustellen, das Gewicht zu reduzieren (ab einem BMI >25kg/m<sup>2</sup>), die körperliche Aktivität zu steigern und sich gesünder zu ernähren.

Deutsche Gesellschaft für Kardiologie

Pressesprecher: Prof. Dr. Eckart Fleck (Berlin)

Pressestelle: Kerstin Kacmaz, Tel.: 0211 600 692 43

[presse@dgk.org](mailto:presse@dgk.org)

Pressebüro während der DGK Herztage: 030 2065192

B&K – Bettschart&Kofler Kommunikationsberatung

Dr. Birgit Kofler, Tel.: 00436766368930, [kofler@bkkommunikation.com](mailto:kofler@bkkommunikation.com); Roland Bettschart, Tel.:

00436766356775, [bettschart@bkkommunikation.com](mailto:bettschart@bkkommunikation.com)



**DGK.**

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

Grafenberger Allee 100  
40237 Düsseldorf  
Telefon: +49 (0) 211 / 600 692-43  
Fax: +49 (0) 211 / 600 692-10  
E-Mail: [presse@dgk.org](mailto:presse@dgk.org)  
Web: [www.dgk.org](http://www.dgk.org)

**Pressemitteilung: Abdruck frei nur mit Quellenhinweis „Presstext DGK 10/2018“**

*Die Deutsche Gesellschaft für Kardiologie – Herz und Kreislaufforschung e.V. (DGK) mit Sitz in Düsseldorf ist eine gemeinnützige wissenschaftlich medizinische Fachgesellschaft mit mehr als 10.500 Mitgliedern. Sie ist die älteste und größte kardiologische Gesellschaft in Europa. Ihr Ziel ist die Förderung der Wissenschaft auf dem Gebiet der kardiovaskulären Erkrankungen, die Ausrichtung von Tagungen die Aus-, Weiter- und Fortbildung ihrer Mitglieder und die Erstellung von Leitlinien. Weitere Informationen unter [www.dgk.org](http://www.dgk.org)*