

Herz-Kreislauf-Prävention: Engagement der Schweizerischen Herzstiftung

Abstract von **Georg Noll**

«Aktiv gegen Herzkrankheiten und Hirnschlag». Diesem Motto lebt die Schweizerische Herzstiftung nach, indem sie sich dafür einsetzt, dass

- *weniger Menschen an einem Herz- und Gefässleiden erkranken oder einen Hirnschlag erleiden,*
- *Menschen nicht durch eine Herz-Kreislauf-Krankheit behindert bleiben oder vorzeitig daran sterben,*
- *für Betroffene das Leben lebenswert bleibt.*

Bedeutung der Herz-Kreislauf-Krankheiten

Herz-Kreislauf-Krankheiten stellen nach wie vor die häufigste Todesursache der Bevölkerung in der Schweiz mit einem Anteil von 35,1 Prozent dar und sie gehören zu den wichtigsten Gründen für chronische Krankheiten und Behinderungen. Bei den Hospitalisierungen nehmen sie gar den zweiten Platz in der Statistik ein (nach Verletzungen und Erkrankungen des Bewegungsapparats) und bei den Diagnosen in der Arztpraxis und den Medikamentenverordnungen belegen sie den ersten und zweiten Rang. Ein Grossteil dieser Krankheiten wird durch das Verhalten bestimmt und wäre durch einen gesunden Lebensstil vermeidbar oder auf ein höheres Lebensalter hinausschiebbar.

Präventionsmassnahmen der Stiftung

Die Schweizerische Herzstiftung engagiert sich deshalb seit mehr als 30 Jahren in der Früherkennung und Prävention der Herz-Kreislauf-Krankheiten und deren Risikofaktoren. Neben bevölkerungsorientierten Aufklärungsaktivitäten zu Themen wie Bewegung, gesunde Ernährung, Stress-Management betreibt die Herzstiftung auch auf eine nachhaltige Wirkung angelegte Programme. Diese sind der Hirnschlagvorbeugung (Blutdruck-Offensive und Salzstrategie), der Raucherentwöhnung, der Sensibilisierung von Frauen hinsichtlich kardiovaskulärer Risiken (Frau&Herz) und dem Erkennen von Symptomen und dem richtigen Verhalten im Notfall (HELP-Lebensrettungsprogramm) gewidmet. Ausserdem hat die Schweizerische Herzstiftung mit Heart@Work® ein modulares Angebot für die betriebliche Gesundheitsförderung und mit dem HerzCheck® ein niederschwelliges Früherkennungs- und Präventionsangebot für Apotheken entwickelt.

In gross angelegten Screening-Aktionen hat die Stiftung in den letzten Jahren schweizweit mehr als 100'000 Personen auf ihr Herz- und Hirnschlagrisiko getestet und beraten.

Die Schweizerische Herzstiftung verfügt über ein umfassendes Sortiment (101 Titel) von Aufklärungsinformationmitteln zur Herz-Kreislauf-Primär- und Sekundärprävention ebenso wie Broschüren und Merkblätter zu Behandlungs-, Untersuchungs- und Rehabilitationsmassnahmen, die sie medizinischen Fachkreisen, Patienten und weiteren Interessierten kostenlos bereitstellt.

Schliesslich fördert die Herzstiftung den Aufbau von Herzgruppen, in denen Betroffene sich ein- oder mehrmals pro Woche zu einem Bewegungstraining zusammenfinden und in Lebensstil- anpassungen (Rauchstopp, Ernährung, Stress-Management) unterrichtet werden.

Schweizweit existieren inzwischen 135 Herzgruppen. Ein Beratungstelefon und eine Internet- Sprechstunde sowie Vorträge und Seminare und die in Zusammenarbeit mit dem Institut Dialog Ethik herausgegebene Patientenverfügung mit Reanimationspassus runden das breite Spektrum der Aufklärungsmassnahmen ab.

Mit ihrem Engagement hat die Schweizerische Herzstiftung in der Herz-Kreislauf-Prävention in der Schweizer Bevölkerung Einzigartiges geleistet und entscheidend zum besseren Verständnis und Wissen der kardiovaskulären Risikofaktoren sowie zu Verhaltensänderungen beigetragen.

Weitere Informationen zur Schweizerischen Herzstiftung: siehe www.swissheart.ch

Schweizerische Herzstiftung
Prof. Dr.med. Georg Noll
Mitglied des Stiftungsrates
Schwarztorstr. 18
3000 Bern 14
E-mail: georg.noll@uzh.ch