

# Es fehlen Ärzte für Herzsportgruppen

## Vereine mussten Angebote für Infarktpatienten kürzen

me. Nach einem Herzinfarkt stehen für die Patienten der Krankenhausaufenthalt und Reha auf dem Programm. Danach aber soll es wieder zurück in den Alltag gehen. Um einem erneuten Herzinfarkt vorzubeugen, ist es wichtig, regelmäßig sogenannte Herzsportgruppen aufzusuchen. „Es wird jedoch zunehmend schwieriger, einen Platz in einer solchen Gruppe zu bekommen“, erklärt Stefan Ratzel, Vorstand der Vereinsinitiative Gesundheitssport, der mehr als 30 Karlsruher Sportvereine angehören. „Die Nachfrage ist wesentlich größer als das Angebot“, so Ratzel.

Aktuell gibt es in Karlsruhe 29 Herzsportgruppen. Die Vereine, die diese anbieten, fürchten, dass sich die Zahl in den nächsten Jahren weiter reduzieren wird, denn „Herzsportgruppen dürfen nach jetziger Rechtslage nur in Zusammenarbeit mit einem Arzt stattfinden“, erklärt Ratzel. „Die Vereine haben jedoch Probleme, Ärzte zu finden, die zur Teilnahme bereit sind.“ Bei der TG Aue, die bis vor einiger Zeit noch zwei Herzsportgruppen mit je 20 Teilnehmern anbot, musste eine Gruppe aufgelöst werden, weil die Ärztin, die die Gruppe betreute, nach ihrer Elternzeit wieder voll in den Beruf einstieg. „Nur einige Teilnehmer konnten einen Platz in einer anderen Herzsportgruppe finden“, berichtet Ute Schneider von der TG Aue. Man habe über Anzeigen, Anfragen und Aushängen in den Kliniken versucht, Ersatz zu finden, leider ohne Erfolg, so Schneider.

---

### Schnelle Reanimation von zentraler Bedeutung

---

Michael Wix, ehemaliger Radiologe und seit 2014 im Ruhestand, betreut seit vier Jahren zwei Herzsportgruppen. „Als Arzt muss man anwesend sein, um im Notfall medizinische Erstmaßnahmen durchführen zu können“, erklärt er und fügt hinzu, wie wichtig bei einem Herzstillstand die schnelle Reanimation sei. „Man hat nur etwa vier Minuten

Zeit, das Herz wieder in Gang zu bringen.“

Der Mediziner weiß, wie wichtig der Herzsport für

die Betroffenen ist: „Sie sind in einem besseren Trainingszustand und haben daher seltener einen erneuten Infarkt“, sagt er.

Einer, der aus eigener Erfahrung weiß, wie hilfreich Herzsportgruppen sind, ist Wolfgang Bader. Der heute 73-Jährige hatte 1979 einen Herzinfarkt und begann gleich nach Klinikaufenthalt und Reha mit dem Herzsport. „Die Gruppe ist für mich bis heute ein fester Termin im Alltag“, versichert er. „Man trainiert Beweglichkeit, Koordination und Ausdauer – und das unter den Augen eines Arztes. Das gibt einem Sicherheit.“

„Wir sorgen dafür, dass jeder Betroffene in die seiner Belastungsgrenze entsprechende Herzsportgruppe kommt“, erklärt Gudrun Ganzhorn, Übungsleiterin Herzsport. Die Stunden beinhalten unter anderem ein Aufwärmprogramm, Ganzkörpergymnastik, ein Ausdauertraining und eine Entspannungsphase. „Wir bieten aber auch Kurzreferate über Ernährung und Freizeitverhalten an“, erklärt sie.