

Allgemeine und geschlechtsspezifische Effekte auf das Wissen über Herz-Kreislauf-erkrankungen und auf den Lebensstil von Schülern 7. Klassen nach einem eintägigen Projekttag in einem kardiologischen Rehabilitationszentrum mit dem Ziel der nachhaltigen Primärprävention

T. Wendt, M. Kerger, E. G. Hoeltz
Rehabilitationszentrum Bad Nauheim der DRV Bund,
Zanderstraße 30–32, 61231 Bad Nauheim,
Tel.: 06032/302-161, Fax: 06032/302-500,
E-Mail: Prof.Dr.Thomas.Wendt@DRV-Bund.de

Einleitung: Das Auftreten einer koronaren Herzkrankheit (KHK) hängt wesentlich vom Lebensstil, das heißt von andauernder Vermeidung von Risikofaktoren und nachhaltiger Betonung der Schutzfaktoren ab. Primärprävention sollte so früh wie möglich, optimalerweise bereits vor der Pubertät in der Schule ansetzen.

Ziel der Studie: Welche Effekte bezüglich des kardiologischen Wissens und persönlichen Lebensstils lassen sich durch eine eintägige Hospitation bei Schülern, deren Eltern und Lehrern erzielen und können dabei geschlechtsspezifische Unterschiede beobachtet werden?

Methodik: Die Intervention fand im Oktober 2005 statt. Alle 185 Schüler im Alter von $12,5 \pm 1,0$ Jahren der 7. Klassen einer Gesamtschule und deren sieben Lehrer nahmen an einem Projekttag im Rehabilitationszentrum teil. Dabei wurde ihnen von Ärzten, Schwestern, Physiotherapeuten, Diätassistenten, Sportlehrern und KHK-Patienten der Klinik Wissenswertes über die Herz-Kreislauf-erkrankungen in Theorie und Praxis vorgestellt. Vor (T1), im Anschluss (T2) und ein Jahr nach der Intervention (T3) wurden das Wissen und der Lebensstil mittels Fragebögen bei den Schülern, Lehrern und Eltern erhoben. Die Auswertung analysiert den intraindividuellen Vergleich von T2 und T3 zu T1 in den drei Gruppen und untersucht mögliche geschlechtsspezifische Unterschiede bei den Schülern.

Schülerergebnisse: Die Rücklaufquote bei den 185 Schülern betrug zu T2 86 %, zu T3 72 %. Das kardiologische Wissen und das Problembewusstsein bei den Schülern konnte von T1 zu T2 durch die eintägige Intervention von 63 % richtiger Antworten bei T1 auf 76 % bei T2 deutlich verbessert werden. Mädchen wurden von anderen Inhalten angesprochen als Jungen. Bei der Befragung nach einem Jahr gaben 24 Jungen und 16 Mädchen an, dass sie nach dem Projekttag ihren Lebensstil bis heute zum Positiven hin geändert hatten.

Schlussfolgerungen: Der Ansatz einer Intervention bei 13-jährigen Schülern außerhalb der Schule ist praktikabel. Bei rund einem Drittel der Schüler können dauerhafte Lebensstiländerungen erreicht werden. Kardiologische Präventionsansätze sollten bei dieser Zielgruppe geschlechtsspezifisches Ansprechen und neue Trends (Shisha, Ritzen) berücksichtigen sowie positive Botschaften transportieren.

In Kooperation mit power break, finanziell unterstützt von der Deutschen Herzstiftung und der DAK.