

Wie belastbar bin ich?

Eine Studie des Kompetenznetzes Angeborene Herzfehler hat Daten ermittelt, die es erstmals erlauben, objektiv zu bestimmen, wie belastbar Menschen mit angeborenem Herzfehler sind.

Wenn Jugendliche mit angeborenen Herzfehlern vor der Berufswahl stehen, stellt sich für sie auch die Frage: Wie ist meine körperliche Belastbarkeit und Leistungsfähigkeit verglichen mit einem gesunden Jugendlichen? Denn auch wenn ein Herzfehler erfolgreich behandelt wurde, kann die körperliche Leistungsfähigkeit eingeschränkt sein. Inzwischen lässt sich dank einer Studie des Kompe-

tenznetzes Angeborene Herzfehler eine wissenschaftlich fundierte Antwort auf diese Frage geben.

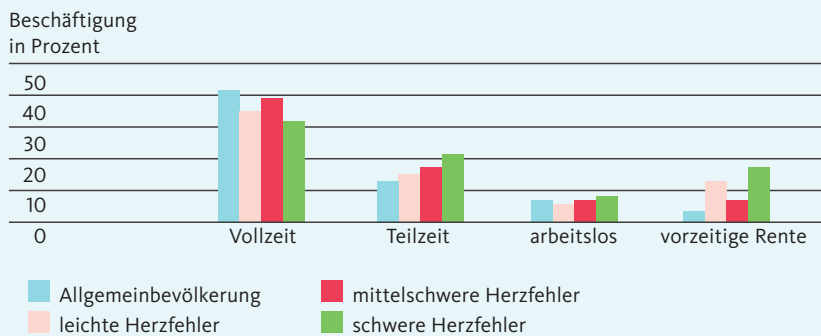
„Wir haben hierfür in Bad Oeynhausen bei mehr als 3000 gesunden Teilnehmern über fünf Jahre hinweg Normwerte der körperlichen Leistungsfähigkeit erhoben“, erklärt Dr. Karl-Otto Dubowy, Herzspezialist für Erwachsene mit angeborenem Herzfehler in der Universitätsklinik Bochum.

„Wichtig war es, mitwachsende Referenzwerte zu erheben“, betont Dubowy. In die Studie wurden deshalb Personen aller Altersklassen von drei bis 75 Jahren einbezogen. Das Ergebnis der Datenerhebung sind Tabellen mit den Werten Gesunder aus verschiedenen Altersklassen. Diese wichtigen Referenzwerte fehlten bislang: Vergleicht man die Werte der gesunden Studienteilnehmer mit den Werten, die bei Patienten mit



Die „Spiroergometrie“ erlaubt es den Wissenschaftlern, die Atemgase während körperlicher Belastung zu messen und die Reaktionen von Herz, Kreislauf, Atmung und Stoffwechsel zu untersuchen.

Die berufliche Situation von Menschen mit angeborenem Herzfehler



angeborenem Herzfehler erhoben wurden, lässt sich objektiv beurteilen, wie belastbar ein Patient ist.

Um die Referenzwerte zu ermitteln, erfolgten nach einem festgelegten Studienprotokoll Untersuchungen, die Aussagen über die Leistungskraft von Gesunden erlauben. Als Standardmethode wurde die „Spiroergometrie“ gewählt, die Untersuchung der körperlichen Belastung auf dem Fahrrad. In einer weiteren Studie wurden nach dem gleichen standardisierten Protokoll bundesweit in mehr als zwanzig Herzzentren rund 1000 Patienten mit angeborenen Herzfehlern untersucht und deren Belastbarkeit ermittelt.

„Mitwachsende“ Referenzwerte sind wichtig. Denn die körperliche Leistungsfähigkeit ist auch bei gesunden Menschen abhängig vom Alter und vom Geschlecht; auch in der Pubertät ändert sich die Belastbarkeit. „Man muss deshalb die Frage stellen, mit welchem funktionellen Status Jugendliche mit Herzfehlern in das Berufsleben starten“, betont Dubowy. Mit den jetzt vorliegenden Referenzwerten kann der behandelnde Kardiologe einordnen, ob die körperliche Belastbarkeit seines Patienten im Bereich des Gesunden liegt – oder ob im Alltag mit funktionellen Einschränkungen zu rechnen ist.

Welcher Beruf passt?

Wie belastbar muss man für einen bestimmten Beruf überhaupt sein? Für viele Berufsbilder sind die Voraussetzungen in den arbeitsmedizinischen Richtlinien genau definiert. Informationen darüber erhält man beispielsweise von den Mitarbeitern der Bundesagentur für Arbeit oder bei den Integrationsämtern. Die körperliche Belastbarkeit ist aber nur ein Faktor unter vielen Faktoren, die für die Berufswahl ausschlaggebend sind. „Es kommt ebenso auf die persön-

„
Viele Patienten
arbeiten in Teilzeitjobs.
“

liche Neigung und Eignung sowie auf die psychomenteale Leistung an“, unterstreicht Dubowy. Er empfiehlt, sich ein Jahr vor der Bewerbung über eine bestimmte Ausbildung oder ein Studium zu informieren, seine Neigung zu prüfen und medizinische Untersuchungen vornehmen zu lassen, die zeigen, ob die körperlichen Voraussetzungen dafür gegeben sind. Bevor man seine Arbeitsstelle antritt oder ein Studium beginnt, rät Dubowy, sollten Operationen, Rehamaßnahmen oder Medikamenteneinstellung gleichsam abgearbeitet sein. So ließe sich vermeiden, den Beruf oder das Studium in einer akuten Situation zu beginnen oder schon kurz nach Beginn sechs Wochen lang für eine Rehamaßnahme unterbrechen zu müssen. Seine Empfehlung: „Im letzten Jahr vor Ausbildungs- oder Studienbeginn klar Schiff machen!“

Das Kompetenznetz Angeborene Herzfehler

Im „Kompetenznetz Angeborene Herzfehler“, einer Initiative des Bundesministeriums für Bildung und Forschung, arbeiten Ärzte und Wissenschaftler daran, Defizite in Forschung und Versorgung zu beheben. Dazu kooperieren bundesweit Kliniken, Herz- und Rehazentren sowie niedergelassene Ärzte. Das Kompetenznetz verfügt damit über eine fachübergreifende Forschungsstruktur, die erstmals Studien zu angeborenen Herzfehlern an mehreren Zentren erlaubt. Auf diese Weise sollen hochwertige Forschungsergebnisse gewonnen werden, die die Versorgung der Patienten nachhaltig verbessern. Eine dieser Studien gilt der Belastbarkeit von Patienten mit angeborenem Herzfehler. Ausführliche Informationen zur Arbeit des Kompetenznetzes finden Interessierte im Internet unter:

<http://www.kompetenznetz-ahf.de>

Die Ergebnisse der Studien zur körperlichen Belastbarkeit und zur Lebensqualität sind nachzulesen unter:

www.kompetenznetz-ahf.de/forschung/klinische-studien/belastbarkeit/

www.kompetenznetz-ahf.de/congenital-heart-defects/quality-of-life/