



HERZSPORTGRUPPE IM TSV 1862 HÖCHSTADT/AISCH E.V.

Die Herzsportgruppe stellt sich vor



HISTORIE

- Die Herzsportgruppe des TSV Höchststadt wurde im März 2003, in Kooperation mit den Ärzten des Kreiskrankenhauses Höchststadt, Dr. Laugwitz und dem TSV 1862 Höchststadt / Aisch gegründet.
- Aufgrund der grossen Nachfrage wurde bereits im Oktober 2003 mit einer zweiten Gruppe begonnen. Die Mitgliederzahl (Teilnehmerzahl) stieg seitdem stetig.

HISTORIE

Mit der Gründung einer speziellen Sportgruppe geht ein lang gehegter Wunsch des Chefarztes Laugwitz in Erfüllung

Den Medizinern eine echte Herzensangelegenheit

Kraft, Ausdauer und Kondition sollen gestärkt werden — Neun Monate waren nötig, um alle Formalitäten zu klären

HÖCHSTADT (n) – Schon lange wollte Hans-Joachim Laugwitz, Chefarzt der medizinischen Abteilung des Kreiskrankenhauses St. Anna, eine Herzsportgruppe gründen. Dank der Unterstützung durch die Innungskrankenkasse (IKK) Bayern mit ihrem Vertreter Erwin Schumm, des TSV Höchststadt mit seinem Zweiten Vorsitzenden Rene Limacher und der Übungsleiterin Beatrix Riegler konnte sie nun ins Leben gerufen werden.

Für die einzelnen Übungseinheiten müssen ein Notfallkoffer und ein Defibrillator bereit stehen. Ihre Finanzierung ist bereits gesichert, da Karl Leisegang von der Raiffeisenbank, Klaus Schumann von der Kreissparkasse sowie Ulrich Berger vom Neustadter Rotary-Club kräftige „Geldspritzen“ versprochen.

Mit der Krankheit leben

760 Herzsportgruppen mit rund 17000 Patienten gibt es derzeit in Bayern. In ihnen lernen chronisch herzkrankte Patienten unter anderem mit ihrer Krankheit zu leben und sich wieder in die Gemeinschaft zu integrieren. Durch Bewegungsübungen und therapeutisches Training in der Gruppe werden Ausdauer, Kondition und Kraft verbessert bzw. gestärkt. Die Übungen erfolgen stets unter Anleitung eines Übungsleiters und in Anwesenheit eines Arztes.

Im Höchststadter Raum sowie in den angrenzenden Landkreisen Neustadt und Bamberg existierten bisher keine Herzsportgruppen. Dank des Engagements der IKK Bayern sowie des TSV Höchststadt wurde diese Lücke nun geschlossen. Der Stadtrat und ehemalige TSV-Vorsitzende Lorenz Niklas war von der Idee geradezu begeistert und mit Beatrix Riegler hat man eine kompetente Übungsleiterin gefunden, denn sie hat im März letzten Jahres die entsprechende Prüfung erfolgreich abgelegt. Betreut wird die Gruppe zudem von Hans-Joachim Laugwitz,

dem Internisten und Sportmediziner Michael Kuly sowie weiteren Ärzten des Krankenhauses. Kuly war sich sicher, dass die Nachfrage groß sein werde.

Jeweils donnerstags

Einziges Wermutstropfen war für IKK-Vertreter Schumm die Tatsache, dass es fast neun Monate dauerte bis alle Formalitäten erledigt waren und

die Herzsportgruppe offiziell anerkannt war. Ab 30. März geht es nun offiziell los. Dann trifft sich die Übungs- und Trainingsgruppe jeweils Donnerstag von 17 bis 18 Uhr in der Turnhalle des Gymnasiums. Wegen der Gemeinnützigkeit und des Versicherungsschutzes erhält die Gruppe einen Vereinsstatus. Wie Limacher und Schumm erklärten, wird der monatliche Mitgliedsbeitrag vermut-

lich fünf Euro betragen. Mit diesem Geld soll auch die Übungsleiterin bezahlt werden.

Anmeldungen für die Höchststadter Herzsportgruppe sind ab sofort bei der medizinischen Abteilung des Kreiskrankenhauses St. Anna unter der Telefonnummer (09193) 620232 oder bei IKK-Vertreter Erwin Schumm, Tel. (09193) 63320 möglich.

PAUL NEUDÖRFER



Sponsoren und Ärzte des Kreiskrankenhauses bei der Demonstration des Defibrillators.

Foto: Neudörfer

11/21 23.01.2003

HISTORIE

Sport baut Herzpatienten wieder auf

TSV Höchststadt eröffnet eine Herzsportgruppe – Krankenhausärzte übernehmen Betreuung

HÖCHSTADT. „Man kann durch sportliche Übungen medikamentöse Wirkungen sogar noch übertreffen“, freut sich der Chefarzt der Inneren-Abteilung des Höchststadter Krankenhauses über die Gründung einer ambulanten Herzsportgruppe in Höchststadt.

von Andreas Dorsch

Schon seit längerer Zeit bemühen sich Chefarzt Dr. Hans-Joachim Laugwitz und sein Ärzteteam, Herzinfarkt-Patienten und chronisch herzkranken Personen in Höchststadt eine Möglichkeit zu bieten, durch sportliche Betätigung unter ärztlicher Aufsicht ihre Krankheit zu bewältigen und wieder zurück ins Berufsleben zu finden. In Zusammenarbeit mit dem TSV Höchststadt und der Innungskrankenkasse Bayern (IKK) wurden diese Bemühungen jetzt erfolgreich.

Auf Initiative von Erwin Schumm von der IKK, der gleichzeitig auch Funktionär beim TSV ist, konnte der Verein dafür gewonnen werden, eine solche Herzsportgruppe aufzumachen.

Bedarf dafür besteht in Höchststadt genügend. „Wir hatten schon viele Anfragen, mussten die Leute aber immer abweisen und nach Erlangen schicken“, berichtete Laugwitz bei der Vorstellung der neuen Herzsportgruppe im Höchststadter Kreis Krankenhaus St. Anna.

Er übernimmt auch die medizinische Leitung der Gruppe. Als durchführender Arzt wird Dr. Michael Kuly aus der Abteilung Inneres des Krankenhauses die Patienten bei ihrem Training betreuen. Für den Notfall ist er dabei bestens ausgerüstet. Die Kreissparkasse Höchststadt, die Raiffeisen-Verbank Höchst-



Mit dem gespendeten Defibrillator und Notfallkoffer ausgestattet, wird Dr. Michael Kuly (3. v. l.) die Übungsstunden von Beatrix Riegler (rechts daneben) überwachen. Im Bild von links: Karl Leisgang (Raiffeisenbank), Erwin Schumm (IKK), stellvertretender TSV-Vorsitzender René Limacher, Ulrich Berger (Rotary Club), Klaus Schumann (Kreissparkasse) und Inneren-Chefarzt Dr. Hans-Joachim Laugwitz, der die medizinische Leitung der Herzsportgruppe übernimmt. FT-Foto: Andreas Dorsch

gen-Höchststadt und der Rotary Club Neustadt finanzierten die Anschaffung eines Notfallkoffers und eines Defibrillators.

Da nicht jeder Übungsleiter berechtigt ist, eine Herzsportgruppe zu leiten, absolvierte Beatrix Riegler vom TSV Höchststadt eine spezielle Ausbildung zur Herzsport-Übungsleiterin. Unter ihrer Regie werden die Patienten Sport treiben.

Michael Kuly, Internist und Sportmediziner, der bei den Trainingsstunden anwesend sein wird, hat mit Herzsportgruppen an der Uni-Klinik in

Jahre Erfahrungen gesammelt. Er will Ende Februar alle in Höchststadt niedergelassenen Ärzte zu einer Fortbildungsveranstaltung einladen.

An dem Training der Herzsportgruppe teilnehmen können Patienten nach Herzinfarkt, mit Rhythmusstörungen, Herzklappenfehlern und anderen Herzerkrankungen. Von ärztlicher Seite müssen sie grünes Licht bekommen.

Aus haftungsrechtlichen Gründen sollten sie auch dem TSV beitreten, der für die Herzsportabteilung einen reduzier-

Monat verlangt. Diese Mitgliedschaft kann auch von einem Monat auf den anderen wieder gekündigt werden. Weitere Kosten entstehen den Patienten nicht.

Die Gruppe trifft sich jeweils donnerstags von 17 bis 18 Uhr in der Turnhalle des Gymnasiums. Das erste Training ist am 30. März angesetzt. Anmeldungen nehmen ab sofort Erwin Schumm, Tel. 09193/63320, von Montag bis Mittwoch 8 bis 12 Uhr, und das Sekretariat von Dr. Hans-Joachim Laugwitz, Tel. 09193/620232, entgegen.

tete, habe es fast neun Monate gedauert, bis alle Formalitäten erledigt waren und die Anerkennung als Herzsportgruppe vorlag.

Die neue Gruppe im TSV Höchststadt steht auch für Patienten aus den Landkreisen Neustadt und Bamberg offen, wo es laut Schumm noch keine derartige Einrichtungen gibt. Bayernweit existieren aber bereits 760 Herzsportgruppen, in denen rund 17 000 Patienten betreut werden. Sie stärken in der Gruppe ihre Ausdauer, Koordination, Flexibilität und

SINN UND ZWECK

- **Herzsport** (auch Coronarsport oder Koronarsport genannt) ist eine Rehabilitationsmaßnahme für Patienten mit kardialen Erkrankungen. Nach Abschluss der kardiologischen Behandlung wird zur Wiederherstellung bzw. Optimierung der durch die Erkrankung möglicherweise reduzierten körperlichen Fähigkeiten der Herzsport ärztlich verordnet.
- Der Patient soll seine individuellen Möglichkeiten im Rahmen der jeweiligen Erkrankung (und daraus resultierenden Einschränkungen) einschätzen und nutzen lernen. Die Situation nach kardialen Erkrankungen ist für den Patienten in zweierlei Hinsicht problematisch:
- Er muss die neue physiologische Situation annehmen und seine neuen Grenzen

SINN UND ZWECK

- kennenlernen und er muss die psychologische Problematik (Erkennen der eigenen Schwäche/Schwächung und daraus resultierender Belastungsangst) überwinden.
- Daher ist nicht eine Ausdauer-/Leistungssteigerung das Ziel einer Herzsportgruppe, sondern die Vermeidung falscher Schonung, die Anpassung der Koordination und das Erkennen der vorhandenen Leistungsfähigkeit und deren Grenzen. Damit sollen die Patienten in die Lage versetzt werden, die ihnen zur Verfügung stehenden Möglichkeiten angstfrei zu nutzen und eine Wiedereingliederung in das Berufsleben zu erreichen.

ANSPRECHPARTNER

- Vorstand Sport: Andreas Riedel
- Abteilungsleiter: Daniel Händel
- Übungsleiterin: Renate Heindel
- Übungsleiter: Daniel Händel
- Übungsleiterin: Ulrike Ponater

ORGANISATIONSABLAUF

- Die Herzsportgruppe ist eine Abteilung des TSV 1862 Höchstadt/Aisch e.V..
- Der TSV 1862 Höchstadt/Aisch e.V. stellt die Einrichtungen und übernimmt die komplette Organisation sowie die Abrechnungen mit den Kostenträgern, Ärzten und Übungsleitern.
- Voraussetzung zur Teilnahme an den Kursen, ist die Mitgliedschaft im TSV 1862 Höchstadt/Aisch e.V..
- Die Teilnehmer werden nach Abgabe der Verordnung und vor Beginn der ersten Übungseinheit vom Arzt in Leistungsstufen eingeteilt.

LEISTUNGSSTUFEN

- Die Entscheidung, in welche Gruppe ein Teilnehmer eingeteilt wird, trifft der Arzt.
- Dabei werden die Teilnehmer nach einer kardiologischen Untersuchung hinsichtlich ihrer aktuellen Leistungsfähigkeit und der Rehabilitationsziele in verschiedene Gruppen eingeteilt.
- Übungsgruppen bei einer Belastbarkeit von weniger als 100 W
- Trainingsgruppen bei einer Belastbarkeit von mehr als 100 W

VORTEILE EINER MITGLIEDSCHAFT

- Versicherungsschutz durch den BLSV (Bayerischer Landessportverband)
- Bei Verletzungen (Schäden) während der Übungseinheit
- Bei Verletzungen (Schäden) auf dem Hin- und Heimweg
- Bei eventuellen Nachfolgeschäden
- Nutzung aller TSV Höchststadt Einrichtungen/Angebote (gem. Belegungsplan)
- Vorteile/Mehrwert, sind u.a. Nachlässe beim Einkauf in Kooperations Firmen (Liste)

ANMELDUNG UND KOSTEN

- Antrag auf Kostenübernahme für Rehabilitationssport
- Arztbericht oder Verordnung
- Mitgliedsantrag TSV 1862 Höchstadt/Aisch e.V.

- Monatlicher Mitgliedsbeitrag ab 1. Januar 2019. € 5.-
- Mit Schwerbehindertenausweis € 4.50
- Monatliche Kündigung

WIR WÜNSCHEN ALLEN TEILNEHMERN VIEL SPASS UND ERFOLG!

Ihr Präsident

Werner Soßna



Ihr Vorstand Sport

Andreas Riedel

