

Worin liegt der eigentliche Gewinn der Teilnahme an einer Herzgruppe?

Der Sport in einer Herzgruppe zeichnet sich neben dem Bewegungsanteil besonders durch zwei Merkmale der Kommunikation aus: es ist immer ein Arzt anwesend, den man individuell ansprechen kann, der aber auch Informationen frontal vor der Gruppe insgesamt von sich gibt. Ähnlich wie bei Krebskranken möchten die chronisch Herzkranken besser aufgeklärt werden über ihr Krankheitsbild, damit sie in neuerlichen Krankheits-Phasen sich nicht alleine durchwurschteln müssen. Zugleich gibt es in der Gruppe Informationen als Zufallsprodukt bei einer Unterhaltung am Rande: dies kommt durch den Austausch mit Mitpatienten häufiger vor, als man denkt.

Im Hinterkopf hat man als Patient oft die Sorge, möglicherweise eine entscheidende Stellschraube aus Nichtwissen zu übersehen. Die Augenhöhe im Informationsaustausch zwischen Patienten und Arzt einerseits und den Herzkranken untereinander ist hier ein ganz wesentliches Merkmal der Herzgruppen-Arbeit. Chronisch Herzranke müssen über ihr meist schicksalhaft fortschreitendes Krankheitsbild sehr viel wissen: wir sprechen davon, dass sie sogar „Spezialisten ihrer Erkrankung“ werden sollten, um etwa mit neuerlichen Symptomen genauso umsichtig umgehen zu können, wie mit Nebenwirkungen von Medikamenten.

H. E.