

Inhaltsverzeichnis

1	Hinweise zum Gebrauch des Manuals Roberto D'Amelio, Bernd Behrendt und Volker Köllner	2.2.6	Das Veränderungsprozess-Modell nach Prochaska und DiClemente	32
1.1	Übersicht über das Manual	1	Motivierende Gesprächsführung	33
1.2	Einführung in den Begriff „Patientenschulung“	1	Adherence bezüglich einer oft lebenslangen Medikation	35
1.3	Ziele dieser Patientenschulung	3	Konzepte zur Verhaltensmodifikation	36
1.4	Didaktische Prinzipien	3	Indikationen und Kontraindikationen aus psychosomatischer Sicht	38
2	Arterielle Hypertonie: Klinischer und wissenschaftlicher Hintergrund Matthias Girndt, Urban Sester und Volker Köllner	3	Durchführung der Patientenschulung Hypertorie (Hypertorie-Alliance-Programm) Roberto D'Amelio, Volker Köllner und Urban Sester	
2.1	Internistische Grundlagen Matthias Girndt und Urban Sester	5	Indikation	41
2.1.1	Definition des Bluthochdrucks	5	Ziele	42
2.1.2	Blutdruckmessung	7	Setting	43
2.1.3	Symptomatik	8	Ambulantes Setting	44
2.1.4	Epidemiologie	9	Stationäre Rehabilitation	44
2.1.5	Formen der Hypertonie	11	Gruppengröße, Häufigkeit und Anzahl der Sitzungen	45
2.1.6	Pathogenese	12	Vorbereitungen	45
2.1.7	Diagnostik	15	Leitung der Gruppen	46
2.1.8	Therapeutische Ziele	16	Struktur der Gruppensitzungen	47
2.1.9	Behandlungsprinzipien	17	Finanzierung	48
2.1.10	Therapietreue	19	Evaluation und Qualitätssicherung	48
2.1.11	Eingangsvoraussetzungen für die psychoedukative Behandlung der arteriellen Hypertonie	20	Schwierigkeiten bei der Durchführung der Gruppe	49
2.2	Psychosomatische Grundlagen Volker Köllner	21	3.10.1 Mangelnde Fortschritte bei einzelnen Teilnehmern	49
2.2.1	Situationsabhängigkeit des Blutdrucks	21	3.10.2 Psychische Krisensituationen und Störungen	51
2.2.2	Psychische Faktoren bei der Entstehung und Aufrechterhaltung der arteriellen Hypertonie	23	3.10.3 Blutdruckkrisen/Medizinische Probleme	52
2.2.3	Psychosomatische Behandlungsansätze	27	4 Manual für die Gruppenleiter: Übersicht über das Hypertorie-Alliance-Programm (HAP)	53
2.2.4	Verhaltensmedizinische Strategien bei der Behandlung der arteriellen Hypertonie	29	4.1 Sitzung 1: Kennenlernen und Organisatorisches	
2.2.5	Einbeziehender Gesprächsstil	30	Roberto D'Amelio und Volker Köllner	54

X Inhaltsverzeichnis

4.1.1	Lernziele	54	4.7.2	Überblick	104
4.1.2	Überblick	55	4.7.3	Anleitung zur Durchführung	105
4.1.3	Anleitung zur Durchführung	55	4.8	Sitzung 8: Bewegung und Blutdruck (2. Teil)	
4.2	Sitzung 2: Arterielle Hypertonie – Ursachen, Symptome und Folgen			Sigrid Martin-Köllner	114
	Matthias Girndt und Urban Sester		4.8.1	Lernziele der Sitzung 8	114
	Urban Sester	59	4.8.2	Überblick	115
4.2.1	Lernziel der Sitzung 2	59	4.8.3	Anleitung zur Durchführung	116
4.2.2	Überblick	60	4.9	Sitzung 9: Ernährung und Blutdruck	
4.2.3	Anleitung zur Durchführung	61		Simone Höchst	120
4.3	Sitzung 3: Mein entspanntes ICH & Die 5 Säulen der Hypertoniebehandlung		4.9.1	Lernziele der Sitzung 9	120
	Roberto D'Amelio	67	4.9.2	Überblick	120
4.3.1	Lernziel der Sitzung 3	67	4.9.3	Anleitung zur Durchführung	122
4.3.2	Überblick	67		Sitzung 10: Ausklang und Verabschiedung	
4.3.3	Anleitung zur Durchführung	68		Roberto D'Amelio und Volker Köllner	130
4.4	Sitzung 4: Behandlung der Hypertonie		4.10.1	Lernziele der Sitzung 10	130
	Matthias Girndt und Urban Sester ..	77	4.10.2	Überblick	130
4.4.1	Lernziel der Sitzung 4	77	4.10.3	Anleitung zur Durchführung	131
4.4.2	Überblick	78		Booster-Sitzungen	
4.4.3	Anleitung zur Durchführung	79	5	Roberto D'Amelio und Volker Köllner	137
4.5	Sitzung 5: Stress und Blutdruck (1. Teil)			Lernziel der Booster-Sitzungen	137
	Roberto D'Amelio	86		Überblick	137
4.5.1	Lernziel der 5. Sitzung	86	5.1	Anleitung zur Durchführung	138
4.5.2	Überblick	86	5.2		
4.5.3	Anleitung zur Durchführung	87	5.3		
4.6	Sitzung 6: Bewegung und Blutdruck (1. Teil)		6	Literatur	143
	Sigrid Martin-Köllner	95			
4.6.1	Lernziele der Sitzung 6	95	7	Anhang: Arbeitsmaterialien	147
4.6.2	Überblick	95	7.1	Folien	147
4.6.3	Anleitung zur Durchführung	96	7.2	Handouts	186
4.7	Sitzung 7: Stress und Blutdruck (2. Teil)		7.3	Vordrucke	☒
	Roberto D'Amelio	104			
4.7.1	Lernziel der Sitzung 7	104		Index	227