

Inhaltsverzeichnis

1	Hinweise zum Gebrauch des Manuals Roberto D'Amelio, Bernd Behrendt und Volker Köllner . . .	1	2.2.6	Das Veränderungsprozess-Modell nach Prochaska und DiClemente . . .	32
1.1	Übersicht über das Manual.	1	2.2.7	Motivierende Gesprächsführung. . . .	33
1.2	Einführung in den Begriff „Patientenschulung“	1	2.2.8	Adherence bezüglich einer oft lebenslangen Medikation.	35
1.3	Ziele dieser Patientenschulung	3	2.2.9	Konzepte zur Verhaltensmodifikation	36
1.4	Didaktische Prinzipien.	3	2.2.10	Indikationen und Kontraindikationen aus psychosomatischer Sicht.	38
2	Arterielle Hypertonie: Klinischer und wissenschaftlicher Hintergrund Matthias Girndt, Urban Sester und Volker Köllner . . .	5	3	Durchführung der Patientenschulung Hypertonie (Hypertonie-Alliance-Programm) Roberto D'Amelio, Volker Köllner und Urban Sester . . .	41
2.1	Internistische Grundlagen Matthias Girndt und Urban Sester . .	5	3.1	Indikation	41
2.1.1	Definition des Bluthochdrucks	5	3.2	Ziele	42
2.1.2	Blutdruckmessung	7	3.3	Setting	43
2.1.3	Symptomatik	8	3.3.1	Ambulantes Setting	44
2.1.4	Epidemiologie	9	3.3.2	Stationäre Rehabilitation	44
2.1.5	Formen der Hypertonie.	11	3.4	Gruppengröße, Häufigkeit und Anzahl der Sitzungen	45
2.1.6	Pathogenese	12	3.5	Vorbereitungen.	45
2.1.7	Diagnostik.	15	3.6	Leitung der Gruppen.	46
2.1.8	Therapeutische Ziele.	16	3.7	Struktur der Gruppensitzungen. . . .	47
2.1.9	Behandlungsprinzipien.	17	3.8	Finanzierung	48
2.1.10	Therapietreue.	19	3.9	Evaluation und Qualitätssicherung	48
2.1.11	Eingangsvoraussetzungen für die psychoedukative Behandlung der arteriellen Hypertonie.	20	3.10	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 Hypertonie-Alliance-Programm (HAP)	53
2.2.4	Verhaltensmedizinische Strategien bei der Behandlung der arteriellen Hypertonie.	29	4.1	Sitzung 1: Kennenlernen und Organisatorisches Roberto D'Amelio und Volker Köllner	54
2.2.5	Einbeziehender Gesprächsstil	30			

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		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	4.10	Sitzung 10: Ausklang und Verabschiedung	
4.3.3	Anleitung zur Durchführung	68		Roberto D'Amelio und	
4.4	Sitzung 4: Behandlung der Hypertonie			Volker Köllner	130
	Matthias Girndt und Urban Sester ..	77	4.10.1	Lernziele der Sitzung 10	130
4.4.1	Lernziel der Sitzung 4	77	4.10.2	Überblick	130
4.4.2	Überblick	78	4.10.3	Anleitung zur Durchführung	131
4.4.3	Anleitung zur Durchführung	79	5	Booster-Sitzungen	
4.5	Sitzung 5: Stress und Blutdruck (1. Teil)			Roberto D'Amelio und	
	Roberto D'Amelio	86		Volker Köllner	137
4.5.1	Lernziel der 5. Sitzung	86	5.1	Lernziel der Booster-Sitzungen	137
4.5.2	Überblick	86	5.2	Überblick	137
4.5.3	Anleitung zur Durchführung	87	5.3	Anleitung zur Durchführung	138
4.6	Sitzung 6: Bewegung und Blutdruck (1. Teil)		6	Literatur	143
	Sigrid Martin-Köllner	95	7	Anhang: Arbeitsmaterialien	147
4.6.1	Lernziele der Sitzung 6	95	7.1	Folien	147
4.6.2	Überblick	95	7.2	Handouts	186
4.6.3	Anleitung zur Durchführung	96	7.3	Vordrucke	☒
4.7	Sitzung 7: Stress und Blutdruck (2. Teil)			Index	227
	Roberto D'Amelio	104			
4.7.1	Lernziel der Sitzung 7	104			