

## Inhalt

<b>Prävention von Herz-Kreislauf-Erkrankungen – eine Definition</b>	7
<b>Kernziele</b>	8
<b>Die neuen Kernaussagen seit der Präventionsleitlinie von 2012</b>	9
<b>Relevanz der CVD-Prävention in der klinischen Praxis.</b>	10
<b>Wirtschaftlichkeit der CVD-Prävention.</b>	10
<b>Wem nützt die Prävention? Risikobewertung wann und wie, Priorisierung</b>	11
Wann sollte das kardiovaskuläre Gesamtrisiko beurteilt werden?	11
Wie sollte das kardiovaskuläre Gesamtrisiko abgeschätzt werden?	12
Verwendung der Risiko-Charts	13
Risikokategorien: Prioritäten	20
Modifikatoren des berechneten kardiovaskulären Gesamtrisikos.	21
Familienanamnese/(Epi)genetik	22
Psychosoziale Risikofaktoren	22
Biomarker in Blut und Urin	23
Bestimmung präklinischer Gefäßschädigung	23
Krankheitsbilder mit Auswirkungen auf das Risiko von Herz-Kreislauf-Erkrankungen	24
<b>Relevante Gruppen</b>	26
Lebensalter <50 Jahre	26
Ältere Menschen	26
Gynäkologische Erkrankungen	27
Ethnische Minderheiten.	28
<b>Risikofaktorintervention auf individueller Ebene</b>	28
Verhaltensänderung	28
Psychosoziale Faktoren	29
Sitzende Lebensweise und körperliche Aktivität/Sport	30
Rauchen	31
Ernährung und Körpergewicht	32
Körperfette	33
<b>Diabetes mellitus</b>	36
Typ-2-Diabetes	36
Typ-1-Diabetes	37
Hypertonie	39
Thrombozytenaggregationshemmer	43
Medikamentöse Adhärenz	45

<b>Krankheitsspezifische Maßnahmen auf individueller Ebene</b>	<b>44</b>
Vorhofflimmern . . . . .	44
Koronare Herzkrankheit . . . . .	45
Chronische Herzinsuffizienz . . . . .	48
Hirngefäßerkrankungen . . . . .	50
Periphere arterielle Verschlusskrankheit . . . . .	50
<b>Maßnahmen auf Bevölkerungsebene.</b>	<b>51</b>
Bevölkerungsweite Ansätze bei der Ernährung . . . . .	51
Bevölkerungsweite Ansätze zur Förderung von körperlicher Aktivität/Sport . . . . .	53
Bevölkerungsweite Ansätze zur Bekämpfung des Tabakkonsums in allen Formen . . . . .	56
Schutz vor Alkoholmissbrauch . . . . .	59
Gesunde Umwelt . . . . .	61
<b>Wo auf individueller Ebene eingegriffen werden sollte</b>	<b>62</b>
Prävention von Herz-Kreislauf-Krankheiten in der Erstversorgung . . . . .	62
Bei akuter Krankenhauseinweisung . . . . .	62
Spezielle Präventionsprogramme . . . . .	63
Überwachung von Präventionsmaßnahmen . . . . .	63