



# STIFTUNGSBRIEF

INFORMATIONEN FÜR UNSERE FREUNDE | NOVEMBER 2016



Bei den BREMER HERZTAGEN stand wieder die Herzgesundheit im Fokus.



## EDITORIAL

Liebe Leserin, lieber Leser,

die klinische Versorgung von Herz-Kreislauf-Patienten in Bremen hat ein sehr hohes Niveau und eine ausgezeichnete Qualität. Besorgniserregend ist dagegen die hohe Häufigkeit von Herz-Kreislauf-Erkrankungen. Daher arbeitet die STIFTUNG BREMER HERZEN intensiv an Präventionskonzepten und der Optimierung der kardiologischen Versorgungsstruktur.

Auf den BREMER HERZTAGEN informieren wir seit Jahren mittels Aktionen und Vorträgen über Herzerkrankungen und individuelle Risikofaktoren. Dabei beraten wir die zahlreichen Besucherinnen und Besucher eingehend, was sie persönlich für ihre Herzgesundheit tun können.

Aber auch die Forschung liegt uns am Herzen. Mit einer neu geschaffenen medizinisch-wissenschaftlichen Professur werden wir künftig die Versorgungs- und Präventionsforschung in Bremen intensivieren.

Herzlichst  
Ihr

Prof. Dr. Rainer Hambrecht  
Vorsitzender der STIFTUNG BREMER HERZEN

## BREMER HERZTAGE

Großes Interesse an gesundheitlicher Aufklärung und Vorsorge

Auch in diesem Jahr waren die BREMER HERZTAGE ein voller Erfolg. Die STIFTUNG BREMER HERZEN rückte Mitte Juni mit der zweitägigen Veranstaltung wieder das Thema Herzgesundheit in den Fokus der Hansestadt.

Den sportlichen Auftakt bildete traditionsgemäß die HERZOLYMPIADE. Die hohe Teilnehmerzahl und das Engagement zeigen, dass die Gesundheit und das Wohlbefinden der Beschäftigten zunehmend Themen in den Chefetagen der Bremer Firmen sind. Über 30 Teams traten bei dem großen Betriebssportturnier gegeneinander an, um im Kampf um den Bremer Herzpokal ihre firmeninterne Fitness und ihren Teamgeist unter Beweis zu stellen.

Auch der zweite Aktionstag lockte wieder sehr viele Interessierte ins Haus Schütting, wo man sich an zahlreichen Informations- und Aktionsständen über das Thema Herzgesundheit beraten und sein individuelles Gesundheitsrisiko berechnen lassen konnte.

Lesen Sie mehr auf den folgenden Seiten.

---

## STIFTUNG BREMER HERZEN RICHTET ERSTE MEDIZINISCH-WISSENSCHAFTLICHE PROFESSUR IN BREMEN EIN

---

Die Stiftung Bremer Herzen hat in diesem Jahr zusammen mit der Universität zu Lübeck die erste medizinisch-wissenschaftliche Professur im Land Bremen eingerichtet. Bei der neu geschaffenen Stiftungsprofessur für kardiovaskuläre Versorgungs- und Präventionsforschung handelt es sich um eine Kooperation der Universität zu Lübeck und dem Bremer Institut für Herz- und Kreislaufforschung (BIHKF) der Stiftung Bremer Herzen. Im Oktober dieses Jahres folgte Dr. Harm Wienbergen dem Ruf auf die Stiftungsprofessur an die Universität zu Lübeck.

Dr. Wienbergen kam vor kurzem vom Herzzentrum Heidelberg-Ludwigshafen in die Hansestadt, an dem er bereits zahlreiche wissenschaftliche Projekte auf dem Gebiet der kardiovaskulären Versorgungsforschung durchgeführt hat. Ziel der Professur ist der Aufbau eines wissenschaftlichen Zentrums zur Erforschung von Herzerkrankungen in Bremen. In einem Interview sprachen wir mit Dr. Wienbergen über die Professur, seine Forschungsschwerpunkte und die Kooperation mit der Universität zu Lübeck.

### **Mit der neu eingerichteten Stiftungsprofessur will die Stiftung Bremer Herzen die Forschung auf dem Gebiet der Herz-Kreislauf-Erkrankungen intensivieren. Welchen Fragestellungen wollen Sie sich widmen?**

Es gibt eine Vielzahl von Fragestellungen, die ich als Stiftungsprofessur mit meinem Team weiter erforschen möchte. Das sind allesamt patientennahe Studien. Die Studienergebnisse sollen Patienten mit Herzerkrankungen möglichst direkt zugutekommen oder verhindern, dass Herzerkrankungen überhaupt entstehen. Dabei widmen wir uns der Frage, welche Risikofaktoren zu Herzinfarkten führen und wie man diese Faktoren verringern kann. Auch werden wir erforschen, wie man Patienten nach Herzinfarkten langfristig gut einstellt, so dass erneute Herzinfarkte möglichst vermieden werden. Es wird darum gehen, wie die Behandlung von Herzpatienten im klinischen Alltag durch Erforschung sogenannter „real-world“-Daten verbessert werden kann. „Real-world“-Daten sind Untersuchungen, bei denen wirklich alle Patienten (z.B. auch sehr alte oder sehr kranke Patienten) in Studien eingehen, und nicht bestimmte Patientengruppen vorweg ausgeschlossen werden, wie es in vielen randomisierten Behandlungsstudien geschieht.

### **Die Stiftungsprofessur ist die erste medizinisch-wissenschaftliche Professur im Land Bremen. Was bedeutet die Professur für den Standort Bremen?**

Es ist eine Chance, die kardiologische Forschung in Bremen zu etablieren und deutlich voranzutreiben. Damit ergibt sich die Möglichkeit, weitere und größere Studien nach Bremen zu holen und diese auf nationalen und internationalen Kongressen vorzustellen und zu publizieren. Das steigert sicherlich die Bekanntheit und das Ansehen des Forschungsstandorts Bremen.

Ein namhafter und aktiver medizinischer Wissenschaftsstandort Bremen kommt vielen Beteiligten zugute. Die Patienten profitieren davon, dass die aktuellsten und besten Behandlungsmethoden angewandt werden. Die ärztlichen und nicht-ärztlichen Kollegen haben die Möglichkeit, erstklassig wissenschaftlich zu arbeiten. Das schließt die Durchführung



**Neuer Stiftungsprofessur für kardiovaskuläre Versorgungs- und Präventionsforschung: Dr. med. Harm Wienbergen**

von Doktorarbeiten und Habilitationsarbeiten ein, sowie die Möglichkeit, sich auf wissenschaftlichem Gebiet einen Namen zu machen. Das Klinikum Links der Weser und die Stiftung Bremer Herzen profitieren, da sie einen eindeutigen Wettbewerbsvorteil haben, wenn es darum geht, qualifizierte Mitarbeiter anzuwerben und dadurch ein hohes Niveau der Patientenversorgung zu halten.

### **Das BIHKF soll zukünftig An-Institut der Universität zu Lübeck werden. Welche Vorteile bieten sich durch die universitäre Anbindung und wie sieht die Kooperation mit der Universität aus?**

Die Verbindung zur Universität zu Lübeck ist aus verschiedenen Gesichtspunkten sehr wichtig. Forschungsarbeiten können durch die universitäre Anbindung qualifizierter durchgeführt werden. Eine Universität verfügt über Institute, Kontakte und Know-how, um wissenschaftliche Studien voranzutreiben. Große multizentrische Studien können somit besser geplant und durchgeführt werden. An der Universität zu Lübeck können über die Stiftungsprofessur Doktor- und Habilitationsarbeiten aus Bremen eingereicht werden, um akademische Titel zu erwerben. Auch besteht die Möglichkeit, dass Ärzte als Dozenten studentische Lehrveranstaltungen in Bremen und Lübeck durchführen.

Wir sind somit sehr froh, über die Kooperation und die akademische Anbindung des BIHKF an die Universität zu Lübeck.

# 5. BREMER HERZTAGE

## 17. UND 18. JUNI 2016



## BREMER HERZOLYMPIADE 2016 – SPORTLICHER AUFTAKT DER 5. BREMER HERZTAGE

Bereits zum dritten Mal lud die STIFTUNG BREMER HERZEN wieder Firmen aus Bremen und dem Umland zur großen Herzolympiade in die Überseestadt zu WederSports ein. Im sportlichen Wettkampf um den Bremer Herzpokal standen sich in diesem Jahr über 30 Mannschaften gegenüber.



Beim Ruderergometer mussten sich die Teams kräftig ins Zeug legen.

Herzgesundheit ist auch in Hinblick auf betriebliches Gesundheitsmanagement ein sehr wichtiges Thema, denn gesunde und fitte Mitarbeiter sind leistungsstark und können ein Unternehmen erfolgreicher machen. Dass sie hier Handlungsbedarf erkennen, spiegelt sich in dem Engagement der Bremer Firmen wider, die zahlreich an der diesjährigen Herzolympiade teilgenommen haben. Auch einige Geschäftsführer waren in diesem Jahr persönlich mit am Start.



Sportlich hoch her ging es für die sechsköpfigen Firmenteams. Neben Stationen wie Fußball-Golf und Rudern am Ergometer standen auch ein Koordinationslauf oder die Wanderball-Staffel auf dem Plan. Die Disziplinen waren extra so konzipiert, dass auch Freizeitsportler nicht überfordert wurden und wirklich jeder mitmachen konnte.

Die Teilnehmer mussten Geschicklichkeit und Koordination beweisen.

Ob jüngere oder ältere Teilnehmer, Frauen oder Männer, alle Sportler kamen auf ihre Kosten. Bei den insgesamt 12 Olympia-Stationen standen vor allem Teamgeist und Spaß am gemeinsamen Sport im Vordergrund. Durch das Turnier führte Bremen Vier-Moderator Malte Janssen, der die Teams bei ihren Aufgaben kräftig anfeuerte.

Den ersten Platz machte in diesem Jahr das Team „Spiesianer“ von Robert C. Spies. Die Plätze zwei und drei belegten die Mannschaft „S-Heartbeat“ der Sparkasse Bremen sowie das Team der CEWE International. Die Ehrung der drei Bestplatzierten erfolgte beim zweiten Teil der BREMER HERZTAGE, dem großen Aktionstag im Haus Schütting, durch die Senatorin für Gesundheit, Frau Prof. Dr. Eva Quante-Brandt.

Die Idee hinter dem Betriebssportturnier für Firmenteams stützt sich auf wissenschaftlich belegte Erkenntnisse, dass Sport und Bewegung Schlüsselfaktoren für ein gesundes Leben darstellen. Dass sich die Firmen in der Gesundheitsförderung ihrer Mitarbeiter engagieren, zahlt sich also für jedes Unternehmen aus. Denn die Resultate sind mehr Motivation der Mitarbeiter, weniger Krankentage und eine höhere Produktivität.

Sieger waren an diesem Tag sowohl Arbeitnehmer als auch Arbeitgeber, denn die Teilnahme an der Herzolympiade fördert nicht nur die Gesundheit, sondern auch den Teamgeist. Dieser lässt sich zwar nicht in Zahlen messen, war bei der Herzolympiade aber überall spürbar.



Strahlende Sieger: Das Team „Spiesianer“ von Robert C. Spies.

## AKTIONSTAG IM HAUS SCHÜTTING – INFOSTÄNDE, KARDIO-CHECK-UPS UND VIELES MEHR

Wie hoch ist das eigene Herzinfarktisiko? Bedeuten Schmerzen in der Brust sofort einen Herzinfarkt? Sind Männer wirklich häufiger betroffen als Frauen? Antworten auf diese und viele weitere Fragen zur Herzgesundheit gab es beim großen Aktionstag der Bremer Herztage. Ein Fokus wurde auf die Besonderheiten der Herzgesundheit bei Männern und Frauen und die damit verbundene Herausforderung für die Prävention gerichtet.

Der zweite Aktionstag lockte mit vielfältigen Informationen rund um das Thema „Herz“ zahlreiche Besucher ins Haus Schütting am Bremer Marktplatz. An 15 Informations- und Aktionsständen konnten sie sich umfassend über Herzgesundheit und ihre persönlichen Risikofaktoren informieren. „Im Vergleich zum Bundesdurchschnitt ist in Bremen die Herzinfarkttrate sehr hoch. Hier muss noch viel mehr Präventionsarbeit geleistet werden“, erklärt Prof. Dr. Rainer Hambrecht, Vorstandsvorsitzender der STIFTUNG BREMER HERZEN. „Daher freuen wir uns sehr über das große Interesse an den Bremer Herztagen.“



**Gesundheitssenatorin Prof. Dr. Quante-Brandt eröffnete die 5. Bremer Herztage**

Eröffnet wurde der Aktionstag durch die Bremer Gesundheits-senatorin und Schirmherrin der Veranstaltung, Frau Prof. Dr. Eva Quante-Brandt, die sich begeistert von dem vielfältigen Angebot der Bremer Herztage zeigte. Nach der Ehrung der Sieger der Bremer Herzolympiade durch die Senatorin folgten lehrreiche Erfahrungsberichte von Herzpatienten. Besonders eingegangen wurde dabei auf die unterschiedlichen Herzinfarkt-Symptome bei Männern und Frauen – mehr dazu erfahren Sie auf der nächsten Seite!



**Beim kostenlosen Kardio-Check-up konnten die Besucher ihre Risikofaktoren bestimmen lassen.**

An den zahlreichen Ständen erwartete die Besucher ein großes Beratungsangebot und Mitmachaktionen zu gesunder Ernährung und Herzgesundheit. Beim Kardio-Check-up wurden unter anderem Blutdruck, Cholesterin und Blutzucker gemessen und eine Ultraschallmessung an der Halsschlagader durchgeführt, bei der eventuelle Ablagerungen an den Gefäßwänden frühzeitig zu erkennen sind. Anhand der Werte konnten sich die Besucher ihr individuelles Herzinfarktisiko ermitteln lassen. Danach standen ihnen Ärzte des Klinikums Links der Weser für ein persönliches Beratungsgespräch zur Verfügung.



**Die Besucher erwartete ein großes Informations- und Mitmachangebot zur Herzgesundheit.**

Auch das Thema Erste Hilfe mittels Herzdruckmassage und Defibrillator stand im Fokus der Veranstaltung. Was im Ernstfall zu tun ist, führten Experten der Feuerwehr Bremen vor. An einem Aktionsstand sowie auf der Bühne konnten die Besucher beim Reanimationstraining die wichtigen Schritte der Ersten Hilfe an einer Puppe üben. Mit dieser Aktion sollte den Besuchern die Angst genommen werden, im Notfall etwas falsch zu machen. Denn vor allem bei einem Herzstillstand geht es um Minuten, die über Leben und Tod entscheiden.

Zum Abschluss der Bremer Herztage stand mit der Preisverleihung beim Schülerwettbewerb KÜNSTLERHERZ durch Marco Bode vom SV Werder Bremen ein weiteres Highlight auf dem Programm. Hierbei hatten sich Schülerinnen und Schüler aus Bremen kreativ mit dem Thema Herzgesundheit auseinandergesetzt .

## KREATIV MIT HERZ – KÜNSTLERHERZ 2016

Auch in diesem Jahr waren Schülerinnen und Schüler sämtlicher Jahrgangsstufen aus Bremen aufgerufen, sich kreativ und künstlerisch mit der eigenen Herzgesundheit auseinanderzusetzen. Bereits zum vierten Mal veranstaltete die STIFTUNG BREMER HERZEN den Mal- und Gestaltungswettbewerb KÜNSTLERHERZ. Erstmals wurde dabei nach Altersklassen thematisch unterschieden: Während die teilnehmenden Grundschulen das Thema frei wählen konnten, ging es für die älteren Schülerinnen und Schüler ab Jahrgangsstufe 5 um E-Zigaretten und E-Shishas.

Der Wettbewerb hat einen hohen Stellenwert im Rahmen der Präventions- und Aufklärungsarbeit der STIFTUNG BREMER HERZEN. Durch die Kopplung von kreativem Gestalten und gesundheitlicher Aufklärung sollen die Schülerinnen und Schüler sich bereits in jungen Jahren mit dem Thema Herzgesundheit auseinandersetzen.

Dass man damit auf dem richtigen Weg ist, zeigt sich am großen Interesse der Bremer Schulen an dem Wettbewerb und der wachsenden Zahl der Einreichungen. Gingen im letzten Jahr rund 70 Beiträge ein, hatte die fachkundige Jury aus der Bremer Kunst- und Kulturszene beim diesjährigen KÜNSTLERHERZ 122 Kunstwerke zu bewerten. Dabei reichten die Einsendungen von Figuren aus Ton, beleuchteten Bildern auf Leinwand-Installationen und Plexiglas-Malerei bis hin zu einem Filmprojekt.



Den ersten Platz der Altersklasse II (5. bis 7. Klasse) sowie den Facebook-Preis erhielten Schülerinnen und Schüler der 6a des Cato Bontjes van Beeck-Gymnasiums für ihr Filmprojekt.

Im Rahmen der BREMER HERZTAGE wurden die Kunstwerke im Haus Schütting ausgestellt. Die Preisträger wurden von Laudator Marco Bode vom SV Werder Bremen ausgezeichnet. Neben einer Siegerurkunde gab es tolle Sponsorenpreise wie Kinogutscheine, Besuche im Serengeti Park oder einer Vorstellung der Bremer Shakespeare Company.

Die Kunstwerke können auch online bewundert werden: [www.bremer-herzen.de](http://www.bremer-herzen.de)

## HERZINFARKT – KEINE REINE MÄNNERSACHE

Frauen haben oft einen gesünderen Lebensstil, achten mehr auf ihre Gesundheit, haben eine ausgeprägte Körperwahrnehmung und machen von Vorsorgeangeboten regelmäßig Gebrauch. Männer hingegen führen oft ein risiko-behafteteres Leben mit hohem Stress-Level, Alkohol- und Tabakkonsum, zu wenig Bewegung und unausgeglichener Ernährung. Auch gehen sie seltener beim Auftreten erster Krankheitssymptome zum Arzt. Dennoch erleiden Frauen fast genauso häufig Herzinfarkte wie Männer, wenn auch erst im höheren Lebensalter. Diese sind aber oft schwerer und enden sogar doppelt so häufig tödlich. Dies liegt daran, dass Frauen unspezifische Symptome zeigen und der Infarkt dadurch leider oft erst spät erkannt und behandelt wird.

### Andere Anzeichen bei Frauen

Das Herzinfarkt-Paradoxon der Geschlechter stellt die Prävention vor eine Herausforderung. Es gilt dafür zu sensibilisieren, dass bei Frauen andere Alarmzeichen auf einen Infarkt deuten und mit dem Vorurteil aufzuräumen, dass Herzinfarkte eine typische Männererkrankung sind.

Während bei Männern häufig die charakteristischen Brustschmerzen verspüren, die in Arme oder Schultern



Bei einem Herzinfarkt zeigen sich bei Frauen meist andere Symptome als bei Männern.

ausstrahlen, kündigt sich der Infarkt bei vielen Frauen mit Kurzatmigkeit, Übelkeit, Erbrechen oder Beschwerden im Oberbauch an. Statt starker Schmerzen im Brustbereich ist bei Frauen häufiger ein Druck- oder Engegefühl ein Warnzeichen für den Infarkt.

Bei all diesen Symptomen heißt es: Schnell reagieren und sofort einen Arzt alarmieren!

## RAUCHEN IST EIN VERMEIDBARES GESUNDHEITSRISIKO – AUFHÖREN LOHNT SICH IMMER

Rauchen schädigt die Blutgefäße, fördert Gefäßverkalkung und ist bekanntlich einer der stärksten Risikofaktoren für eine Herz-Kreislauf-Erkrankung. Doch selbst nach jahrelangem Zigarettenkonsum lohnt sich das Aufhören. Bereits kurz nach der letzten Zigarette beginnt sich der Körper zu erholen und nach einem Jahr hat sich das Herzinfarkt- und Schlaganfallrisiko halbiert. Auch wenn es vielen schwerfällt, gibt es keinen besseren Grund, sofort mit dem Rauchen aufzuhören. Wir sprachen mit Herrn Harald Koppitz, einem Besucher der BREMER HERZTAGE, der uns berichtet, was ihn dazu gebracht hat, mit dem Rauchen aufzuhören.

### Herr Koppitz, Sie haben im letzten Jahr mit dem Rauchen aufgehört. Was hat Sie dazu bewogen?

Ich habe mit dem Rauchen aufgehört, nachdem ich im letzten Jahr die Bremer Herztage besucht habe. Aus der Zeitung hatte ich erfahren, dass man dort einen kostenlosen Kardio-Check-up samt Ultraschall der Halsschlagader machen konnte. Mit dem Rauchen aufzuhören hatte ich da noch gar nicht in Betracht gezogen. Die Auswertung meiner Ergebnisse ergab dann aber ein 48-prozentiges Risiko für einen Herzinfarkt oder Schlaganfall. Da war ich ganz überrascht. Mit so einem hohen Wert hätte ich überhaupt nicht gerechnet. Der Arzt erklärte mir, dass sich das Risiko auf 12 Prozent senken könnte, wenn ich mit dem Rauchen aufhören würde. Und das habe ich dann auch sofort gemacht.

### Waren Sie ein starker Raucher?

Ich war kein sehr starker Raucher, habe aber seit meinem 14. Lebensjahr geraucht. Mehrmals hatte ich versucht aufzuhören, aber griff dann irgendwann doch wieder zur Zigarette. Eine kann ich ja mal rauchen, habe ich mir dann gesagt und am Ende mehr geraucht als vorher. Aber jetzt hat das Aufhören gut geklappt und ich werde dranbleiben.

### Wird in Ihrem Familien- oder Bekanntenkreis noch viel geraucht? Was raten Sie anderen Rauchern?

In meinem Bekanntenkreis rauchen immer weniger Menschen. Da unterhält man sich aber über das Rauchen und wie schädlich es ist. In der Familie haben wir noch jemanden, der viel raucht. Den spreche ich dann auch mal darauf an, wenn er sich schon wieder eine Zigarette ansteckt.

Ich finde es überaus wichtig, dass man sich mit dem Gesundheitsrisiko von Rauchen auseinandersetzt. Vor allem in jungen Jahren macht man sich ja meist überhaupt keine Gedanken dazu. Ich fände es gut, wenn beispielsweise in jungen Familien, in denen vielleicht nur einer raucht, der Nichtraucher den Raucher auf Informationsveranstaltungen wie die Herztage aufmerksam macht. Dass man dort hinget, sich beraten und die Auswirkungen des Rauchens auf die eigene Gesundheit verdeutlichen lässt. Mir hat man es auf jeden Fall auf den Herztagen verdeutlicht und das hat mich dazu gebracht, mit dem Rauchen aufzuhören.

**Vielen Dank für das Gespräch.**



Die Ergebnisse seines Kardio-Check-ups bei den BREMER HERZTAGEN brachten Harald Koppitz dazu, mit dem Rauchen aufzuhören.

## BETRIEBLICHE RAUCHERENTWÖHNUNG

In modernen Unternehmen gewinnt die betriebliche Gesundheitsförderung immer mehr an Bedeutung. Viele Firmen beschäftigen sich dabei auch mit dem Thema der Raucherentwöhnung. Schließlich hängt die körperliche und geistige Leistungsfähigkeit der Mitarbeiter von deren Gesundheit ab.

Im Rahmen unseres Angebots zur betrieblichen Gesundheitsförderung bieten wir neben Modulen zu Ernährung, Bewegung, Erster Hilfe und Laienreanimation auch einen Kurs zur Raucherentwöhnung an. In dem sechswöchigen Modul behandeln wir die körperliche und psychische Abhängigkeit und helfen den Mitarbeitern im Unternehmen zu einem rauchfreien Leben. Wir sind zertifiziert durch den Wissenschaftlichen Aktionskreis Tabakentwöhnung (WAT) e.V.

Bei Fragen zu unseren Angeboten zum Betrieblichen Gesundheitsmanagement (BGM) helfen wir Ihnen gerne weiter. Sprechen Sie uns an:

Janina Stehmeier, Tel.: 0421 879 4688

Mail: [stehmeier@bremer-herzen.de](mailto:stehmeier@bremer-herzen.de)

---

## AKTUELLES AUS DEM BREMER INSTITUT FÜR HERZ- UND KREISLAUFFORSCHUNG (BIHKF)

---

Seit Oktober 2013 arbeitet das BIHKF erfolgreich an dem Forschungsprojekt „Intensives-Langzeit-Präventions-Programm nach Herzinfarkt in Nordwestdeutschland“ (IPP-Studie). Untersucht wird in dieser Studie, ob ein intensives Langzeit-Präventionsprogramm zu besser eingestellten Risikofaktoren und damit zu weniger unerwünschten klinischen Ereignissen (erneuter Infarkt, Bypässe, Tod) führt als die aktuelle Standardversorgung. Dabei wird eine Gruppe von Herzinfarktpatienten entsprechend den aktuellen medizinischen Standards versorgt, während eine zweite Gruppe intensive präventive Langzeitbetreuung erhält.

Für letztere stehen unter anderem gemeinsame Fortbildungen, Bewegungstrainings, Telefonvisiten und der Einsatz von elektronischen Schrittzählern auf dem Programm. „Eine tolle Sache. Ich bin froh, bei der Studie mitzumachen“, berichtet ein Teilnehmer. „Ich habe viel über meine Herzgesundheit dazugelernt



**Beim Kochmodul steht die herzgesunde mediterrane Küche auf dem Speiseplan.**

und die Unterstützung motiviert mich, auch zukünftig am Ball zu bleiben.“

Durch den sehr guten Rekrutierungsverlauf konnte das Studienteam in drei Zentren (Bremen, Oldenburg und Bad Bevensen) das Ziel von über 300 teilnehmenden Patienten früher als geplant bereits Mitte Februar 2016 erreichen. Die Haupt-Studienergebnisse werden im Frühjahr 2017 ausgewertet werden können. Mithilfe der Studienergebnisse wollen wir dazu beitragen, die Sekundärprävention nach einem Herzinfarkt zu verbessern und das Risiko für Reinfarkte zu senken.

---

## GROSSE HERZEN CHARITY GALA

---

### Gala im Zeichen der Herzgesundheit

Große Ereignisse werfen bereits ihre Schatten voraus. Am 25. März 2017 ist die STIFTUNG BREMER HERZEN Veranstalterin einer großen Charity-Gala im BLG-Forum, Bremen. Gemeinsam mit namhaften Bremer Partnern aus Politik und Wirtschaft wird damit der Kampf gegen den Herzinfarkt weiter in den Fokus gerückt. Die Gäste erwartet ein spannender Abend in stilvoller Atmosphäre mit einem unterhaltsamen Showprogramm und herzgesundem Essen. Die Erlöse der Gala fließen in Projekte der STIFTUNG BREMER HERZEN in den Bereichen Forschung, Prävention und Aufklärung.

Sind Sie an einer Teilnahme interessiert? Sprechen Sie uns gerne an! Mehr zur Gala unter [www.bremer-herzen.de](http://www.bremer-herzen.de).



---

### DIE STIFTUNG

---

Die STIFTUNG BREMER HERZEN initiiert wissenschaftliche Projekte und Öffentlichkeitsarbeit rund um die Herzgesundheit. Dabei sind wir auf finanzielle Unterstützung angewiesen.

Mit einer Geldspende unterstützen Sie uns bei der Prävention von Herz-Kreislauf-Erkrankungen:

#### Spendenkonto

Sparkasse Bremen  
IBAN: DE25 2905 0101 0086 0052 20  
BIC: SBREDE22XXX

---

### DIE STIFTUNG

---

Die STIFTUNG BREMER HERZEN wurde 2010 mit dem Ziel gegründet, innovative kardiologische Versorgungskonzepte in Bremen und Umland zu etablieren.

Im Vordergrund steht dabei der Kampf gegen Herzinfarkte, die mittlerweile Todesursache Nummer Eins sind. Intensive Forschung und öffentliche Kampagnen zur Gesundheitsförderung und Vorsorge bilden dabei die Schwerpunktarbeit.

---

### IMPRESSUM

---

Herausgeber:  
STIFTUNG BREMER HERZEN  
Rechtsfähige & gemeinnützige Stiftung  
bürgerlichen Rechts

Senator-Weßling-Straße 1  
28277 Bremen  
Tel.: +49 421 879-1529  
Fax: +49 421 879-1528  
[info@bremer-herzen.de](mailto:info@bremer-herzen.de)  
[www.bremer-herzen.de](http://www.bremer-herzen.de)

Redaktion, Layout, Satz:  
Maurice Scharmer  
(STIFTUNG BREMER HERZEN)

Fotos:  
© Bettina Conradi, ondot GmbH  
© Adiano, Fotolia.com