

Digitale Herzinfarkt-Nachsorge über Grenzen hinweg

Menschen, die im Großraum Tirol einen Herzinfarkt erleiden, haben Glück im Unglück: Im grenzüberschreitenden Herzinfarktnetzwerk, das auch Patient:innen aus dem Außerfern über das Herzzentrum Füssen (Deutschland) versorgt, funktioniert die Akutversorgung hervorragend. Im Jahr nach dem Herzinfarkt gelingt es jedoch vielen Betroffenen nicht, die wichtigsten Risikofaktoren dauerhaft und optimal einzustellen. Genau hier setzt ein gemeinsames Interreg-Forschungsprojekt der Univ.-Klinik für Kardiologie an der Med Uni Innsbruck, der Klinik Füssen und dem Universitätsklinikum Augsburg an: Es nutzt digitale Begleitung, um die langfristige Nachsorge spürbar zu verbessern.

Innsbruck: In Tirol wurde vor rund 20 Jahren ein grenzüberschreitendes Herzinfarkt-Netzwerk mit der Klinik Füssen aufgebaut. Es ermöglicht bis heute eine rasche, moderne und flächendeckende Akutversorgung entsprechend der Leitlinien und hat die Heilungschancen nach einem Herzinfarkt deutlich verbessert. Diese erfreuliche Bilanz lässt sich bislang jedoch nicht auf die langfristige Nachsorge übertragen. „Mehr als die Hälfte der Herzinfarktpatientinnen und -patienten erreicht ein Jahr nach dem überstandenen Infarkt die empfohlenen Zielwerte für Blutdruck, Cholesterin oder Blutzucker nicht“, weiß Kardiologe Sebastian Reinstadler von der Innsbrucker Univ.-Klinik für Innere Medizin III (Direktor: Axel Bauer). Die Gründe dafür sind vielfältig und auch international zu beobachten: Die regelmäßige Einnahme von Medikamenten fällt im Alltag oft schwer, die Therapie wird nicht immer rechtzeitig angepasst und der Kontakt zur medizinischen Betreuung geht mit der Zeit verloren. Besonders in Grenzregionen ergeben sich zusätzliche Herausforderungen durch das nicht immer reibungslose Zusammenspiel der verschiedenen Gesundheitssysteme. Hinzu kommt die geringere Fachärzt:innendichte im ländlichen Raum. Das verbleibende Risiko durch eine suboptimale Nachsorge erhöht die Gefahr für neuerliche Herzinfarkte und Komplikationen. Dass sich der Optimierungsaufwand lohnt, zeigt eine zentrale Botschaft des Projektes: „Wer nach einem Herzinfarkt alle wesentlichen Risikofaktoren optimal einstellt, kann eine normale Lebenserwartung erreichen – vergleichbar mit der von Menschen, die nie einen Herzinfarkt hatten“, betont der Kardiologe.

Personalisierte App soll Herzinfarkt-Nachsorge optimieren

Im Rahmen des vom Herzzentrum Füssen koordinierten EU-Interreg-Projekts Tele Alpine steht nun die Entwicklung einer personalisierten Gesundheits-App im Fokus, die von Sebastian Reinstadler und seinem Innsbrucker Team verantwortet und umgesetzt wird. An der Medizinischen Universität Innsbruck liegt ein besonderer Schwerpunkt im Bereich der digitalen Kardiologie, wodurch auch die Etablierung der digitalen Infrastruktur und der dazugehörigen Serverstrukturen abgedeckt ist. „Die App erfasst bis zu zehn Risikofaktoren – darunter Cholesterin, Blutdruck, Lebensstil, Impfstatus, Lebensstilfaktoren – und ermöglicht auf diesem Weg eine individuelle Nachsorge. Schon während des stationären Aufenthalts nach dem Herzinfarkt wird die App individuell konfiguriert. Das heißt, für jede Patientin und jeden Patienten werden die jeweils relevanten Risikofaktoren erhoben. Das Ergebnis ist ein schlankes, auf die persönliche Situation zugeschnittenes digitales Werkzeug“, berichtet Reinstadler. Damit können Patient:innen Werte eintragen, Laborbefunde hochladen und ihren Fortschritt verfolgen. Auch Lebensstilfaktoren wie sportliche Aktivität, Rehabilitationsmaßnahmen und Impfungen – die nachweislich wichtige Influenza-Impfung reduziert das Sterblichkeitsrisiko nach Herzinfarkt um etwa 30 Prozent – werden erfasst.

Im Rahmen einer klinischen Studie, die spätestens 2027 starten soll, wird das Projekt wissenschaftlich evaluiert. Die Rekrutierung erfolgt an allen drei Standorten. „Als Universitätsklinik ist es unser Ziel, die Wirksamkeit der App systematisch zu untersuchen“, erklärt Reinstadler. Dazu werden Teilnehmende in drei Gruppen aufgeteilt: Die erste erhält die Standardversorgung ohne digitale Unterstützung, die zweite nutzt allein die App, und die dritte kombiniert die App mit telemedizinischer Betreuung – also Selbstdokumentationen plus Arztgespräche und Beratung zu drei Zeitpunkten.

Die Forschenden nehmen an, dass eine ausschließliche App-Lösung noch zu wenig Effekt auf die Optimierung der Nachsorge hätte und erst die Kombination mit einer menschlichen, medizinisch fundierten Interaktion zu konkreten Verhaltensänderungen führt. Umgekehrt hilft der personalisierte Ansatz auch, Ressourcen einzusparen: Wer alle zehn Punkte erreicht, muss nicht quartalsweise zur Kontrolle. Weil die permanente digitale Selbstüberwachung Betroffene aber auch belasten kann, steht das Wohlbefinden der Studienteilnehmenden ebenso im Fokus. Mit zwei etablierten Fragebögen zur Lebensqualität soll der Mental-Health-Aspekt in der Studie systematisch erfasst werden.

„Unser Ziel ist es außerdem“, so Reinstadler, „das Projekt an die ELGA (Elektronische Gesundheitsakte Österreich) bzw. das entsprechende deutsche System anzubinden – im Sinne einer echten Integration in die bestehende öffentliche Gesundheitsinfrastruktur beider Länder.“

Weiterführende Links:

[Experte Sebastian Reinstadler](#)

[Interreg Programm](#)