

## Expertenforum Kindersportkardiologie berät Mediziner zu Sport bei herzkranken Kindern

**Wann dürfen herzkranke Kinder und Jugendliche Sport treiben - und wann ist Zurückhaltung geboten? Diese Frage beschäftigt Kardiologinnen und Kardiologen in Praxen und Kliniken regelmäßig. Denn die gesundheitlichen Risiken müssen sorgfältig gegen die positiven Effekte von Bewegung auf Kondition, Körpergefühl und soziale Teilhabe abgewogen werden. Mehr Mut zur Bewegung - dafür plädiert das Expertenforum Kindersportkardiologie unterstützt von der Deutschen Gesellschaft für Pädiatrische Kardiologie und Angeborene Herzfehler e. V. (MedWissK) und der Deutschen Herzstiftung.**

Gegründet wurde das Forum von Kolleginnen und Kollegen um den Leipziger Kinderkardiologen und Kinderrhythmologen Prof. Dr. med. habil. Christian Paech, Leitender Oberarzt am Herzzentrum Leipzig. Das Angebot des interdisziplinären Gremiums: Eine unabhängige Beratung von Kardiologinnen und Kardiologen deutschlandweit mit dem Ziel, Kindern und Jugendlichen mit angeborenen oder erworbenen Herzerkrankungen eine möglichst risikoarme, aber zugleich aktive Teilnahme am Sport zu ermöglichen - ganz gleich ob im Alltag oder im Leistungsbereich.

### **Beratung mit sechs Augen - unabhängig und anonym**

„Sport hat für Kinder und Jugendliche weit mehr als nur eine körperliche Bedeutung. Er stärkt das Selbstbewusstsein, das soziale Miteinander und wirkt langfristig positiv auf die Herzgesundheit“, betont Prof. Paech. Dennoch sei es für viele niedergelassene Ärztinnen und Ärzte teils schwer, eine Sporterlaubnis auszustellen - aus Sorge vor gesundheitlichen Risiken oder rechtlichen Konsequenzen. Vor allem im Leistungssport wird eine ärztliche Sportfreigabe aber häufig eingefordert.

Hier setzt das Expertenforum an: In einem anonymisierten Verfahren beraten stets mindestens drei auf Sportmedizin spezialisierte Fachärztinnen und -ärzte über jeden Fall. Innerhalb einer Woche erhalten die anfragenden Ärztinnen und Ärzte eine Empfehlung - ob für eine Teilnahme, mit Einschränkungen oder eine begründete Ablehnung. Der Vorteil: Eine fundierte Entscheidung im Sinne des Patienten und der behandelnde Arzt bleibt verantwortlich. Die Patient:innen werden nicht umgelenkt. Die letztendliche Behandlungsentscheidung trifft weiterhin die betreuende Praxis oder Klinik.

### **Interdisziplinäres Netzwerk - für Kinder in ganz Deutschland**

Das Forum vereint aktuell fünf feste und drei rotierende Mitglieder, um eine möglichst breite Expertise abzudecken. Alle sind sportmedizinisch erfahrene Kinderkardiologinnen und -kardiologen aus Klinik und Praxis, teils mit zusätzlichen Funktionen in der Gesellschaft für Pädiatrische Sportmedizin, der AG Niedergelassene Kinderkardiologen oder dem Olympischen Sportbund. Perspektivisch sollen die rotierenden Mitglieder ebenfalls auf fünf ausgeweitet werden.

Eine rechtliche Bindung der Empfehlungen besteht nicht, sie dienen ausschließlich der medizinischen Orientierung. Besonders wichtig ist den Initiatoren die ärztliche Unabhängigkeit: Persönliche oder institutionelle Interessen - wie beispielsweise eines Sportverbandes - sind nicht

Teil der Bewertung. Im Fokus steht allein das Wohl der Kinder und Jugendlichen.

### **Kinder sollen angstfrei Sport treiben können**

„Viele Erwachsene, die in ihrer Kindheit wegen einer Herzerkrankung jahrelang vom Sport ausgeschlossen wurden, haben heute keinen Zugang zu sportlicher Betätigung mehr. Sie haben Angst vor Bewegung oder ein schlechtes Körpergefühl. Die langfristigen Auswirkungen auf ihren Gesundheitszustand sind gravierend“, sagt Prof. Paech. „Unser Ziel ist, das zu verhindern – durch frühzeitige, verantwortungsvolle Sportfreigaben.“

Das Expertenforum Kindersportkardiologie, unterstützt durch die Deutsche Gesellschaft für Pädiatrische Kardiologie und Angeborene Herzfehler e. V. (MedWissK) sowie die Deutsche Herzstiftung, steht bundesweit allen Kinderkardiologinnen und -kardiologen kostenfrei zur Verfügung – unabhängig davon, ob sie in einer Klinik oder in einer Praxis tätig sind. Das Beratungsangebot wird von der Deutschen Herzstiftung gefördert; auch das Anfrageformular für Ärztinnen und Ärzte ist auf der Website der Herzstiftung eingebettet.

### **Weitere Informationen:**

[https://Anfrage-Formular Expertenforum Kindersportkardiologie:](https://Anfrage-Formular-Expertenforum-Kindersportkardiologie)

<https://herzstiftung.de/leben-mit-angeborenem-herzfehler/angebote-und-service/expertenforum-kindersportkardiologie>

Weitere Informationen zum Thema Herzfehler und Sport stellt die Deutsche Herzstiftung unter folgendem Link zur Verfügung:

<https://herzstiftung.de/leben-mit-angeborenem-herzfehler/herzkrankes-kind/herzfehler-und-sport>