

Neue Leitlinie „Hausärztliche Risikoberatung zur kardiovaskulären Prävention“ veröffentlicht

Beratung und gemeinsame Entscheidungsfindung sind zentrale Elemente, wenn es in der hausärztlichen Praxis um die Prävention von kardiovaskulären Erkrankungen geht. Die dafür nötige Wissensgrundlage wird in einem Update der Leitlinie zur Risikoberatung von der Deutschen Gesellschaft für Allgemeinmedizin und Familienmedizin (DEGAM) zusammengefasst.

Herz-Kreislauf-Erkrankungen gehören zu den klassischen Beratungsanlässen in der hausärztlichen Praxis. Herz-Kreislauf-Erkrankungen sind immer noch die häufigste Todesursache. Umso wichtiger, hier präventiv anzusetzen. Vor diesem Hintergrund hat die DEGAM vor fast zehn Jahren die erste S3-Leitlinie zur hausärztlichen Risikoberatung zur kardiovaskulären Prävention erstellt. Nun wurde die Leitlinie aktualisiert und mit neuen mehrsprachigen Patienteninformationen veröffentlicht. Im Mittelpunkt der Leitlinien-Empfehlungen zur Risikoberatung steht nach wie vor ein gesunder Lebensstil. Die Arbeit wurde vom Innovationsausschuss beim Gemeinsamen Bundesausschuss (G-BA) gefördert.

„Die gemeinsame Entscheidungsfindung ist eine der wichtigsten Grundlagen in der hausärztlichen Praxis. Dafür braucht es Wissen zur aktuell verfügbaren wissenschaftlichen Evidenz. Mit unseren Leitlinien ermöglichen wir es, auf Grundlage dieser Evidenz eine gut informierte Entscheidung zu fällen“, kommentiert Prof. Eva Hummers, Präsidentin der DEGAM. „Gleichzeitig nehmen wir mit der Leitlinienarbeit unsere gesellschaftliche Verantwortung wahr, indem wir abwägen, ob Interventionen zielführend und effizient sind.“

Die S3-Leitlinie richtet sich an Hausärztinnen und Hausärzte, die Patienten ohne manifeste kardiovaskuläre Vorerkrankung zu präventiven Optionen informieren. „Es war uns als Autorinnen und Autoren wichtig, den beratenden Aspekt ins Zentrum zu rücken. Das Ziel ist es, dass die Betroffenen selbstbestimmt entscheiden, welche Art der Prävention für sie am besten passt“, kommentiert Prof. Erika Baum, Past-Präsidentin der DEGAM und Autorin der Leitlinie.

Ihr Kollege, Dr. Jörg Haasenritter, Pflegewissenschaftler und Methodikexperte, ergänzt als koordinierender Autor der Leitlinie: „Eine Beratung zum individuellen kardiovaskulären Risiko ist dann erfolgreich, wenn die Patientinnen und Patienten die Optionen verstehen und einordnen können. Also zum Beispiel, dass Medikamente wie Statine eine wichtige Option sind – ebenso wie Lebensstilfaktoren“.

Die neue Leitlinie wurde von einer Autor:innengruppe der DEGAM erstellt und mit den Vertreter:innen 15 weiterer medizinischer Fachgesellschaften und einer Patient:innenorganisation konsentiert. Die Evidenzrecherche hatte ein Team der Universitäten Marburg und Bielefeld übernommen. Die aktualisierte Leitlinie beinhaltet 28 Empfehlungen und vier Statements.

Die Sichtung der Evidenz hat gezeigt, dass die wichtigsten Botschaften im Vergleich zur Vorgängerversion gleich geblieben sind. Neu aufgenommen wurden folgende Empfehlungen: viel Bewegung (und wenig Sitzen!), möglichst geringer Alkoholkonsum und eine ausgewogene, möglichst pflanzlich basierte Ernährung. Neu ist zudem eine Empfehlung zum Absetzen von Statinen.

Laut der Arbeitsgruppe berücksichtigt die neue Version jetzt auch die besonderen Belange von Menschen mit Diabetes, zwei oder mehr chronischen Erkrankungen, von Menschen mit einer Migrationsgeschichte sowie unterschiedliche Altersgruppen. Neu ist auch, dass die Arbeit an der Leitlinie von einem Patientenbeirat begleitet wurde.

Hier kommen Sie zur S3-Leitlinie Hausärztliche Risikoberatung zur kardiovaskulären Prävention: <https://www.degam.de/leitlinie-s3-053-024>

Über die DEGAM

Die Deutsche Gesellschaft für Allgemeinmedizin und Familienmedizin (DEGAM) ist eine wissenschaftliche Fachgesellschaft. Ihre zentrale Aufgabe ist es, die Allgemeinmedizin als anerkannte wissenschaftliche Disziplin zu fördern und sie als Rückgrat der Patientenversorgung weiterzuentwickeln. Die DEGAM ist Ansprechpartnerin bei allen Fragen zur wissenschaftlichen Entwicklung der Allgemeinmedizin an den Hochschulen, zur Fort- und Weiterbildung sowie zum Qualitätsmanagement. Sie erarbeitet eigene wissenschaftlich fundierte Leitlinien für die hausärztliche Praxis und beteiligt sich auch an interdisziplinären Leitlinien anderer Fachgesellschaften. Die Aktivitäten der Nachwuchsförderung werden überwiegend von der Deutschen Stiftung für Allgemeinmedizin und Familienmedizin (DESAM) realisiert.