

Inhalt

1. Einleitung.....	1
1.1 Herzkrankheiten und Lebensstil.....	1
1.2 Lebensstilfaktoren und Modelle	3
1.2.1 Risikofaktorenmodell	3
1.2.2 Schutz- und Lebensstilmodell	5
1.2.3 Psychosoziale Schutz- und Bewältigungsressourcen.....	7
1.3 Lebensstilveränderung – Modelle und Faktoren.....	14
1.3.1 Modelle der Verhaltensänderung	15
1.3.2 Faktoren der Nachhaltigkeit und des Gesundheitsverhaltens	18
1.3.3 Multimodale Lebensstilmodifikation in der Therapie von Koronarpatienten	21
1.4 Das Konzept der SAFE LIFE-Studie	22
1.4.1 Ernährungsumstellung.....	23
1.4.2 Bewegungsaktivität	24
1.4.3 Stressreduktion.....	25
1.5 Fragestellungen	25
2. Patientenauswahl, Material und Methoden.....	27
2.1 Studiendesign	27
2.2 Patientenauswahl	28
2.3 Zielgrößen	29
2.4 Statistische Methoden.....	29
2.5 Intervention.....	30
2.5.1 Verhaltensmodifikationskonzept und Schulungsprinzipien.....	31
2.5.2 Ernährungstherapie	34
2.5.3 Stressreduktion.....	35
2.5.4 Bewegungstherapie.....	36

2.6	Kontrollgruppe	37
2.7	Begleitbehandlung	37
2.8	Messmethoden.....	37
2.8.1	Interview.....	37
2.8.2	Medizinisch apparative Messungen.....	38
2.8.3	Fragebogenerhebung psychosoziale Parameter.....	40
2.8.4	Fragebogen zu den Faktoren des Gesundheitsverhaltens.....	44
2.8.5	Erfassung der Adhärenz.....	46
2.8.6	Fragebogenerhebung zu Schutz- und Bewältigungs- ressourcen.....	47
3.	Ergebnisse	53
3.1	Charakteristika der Probanden	53
3.2	Medikamentöse Behandlung	55
3.3	Kardiale Beschwerden, kardiovaskuläre Ereignisse	57
3.4	Auswirkungen des Schulungsprogramms auf kardiologische Parameter.....	58
3.4.1	Physiologische kardiologische Parameter im Zeitvergleich.....	58
3.4.2	Psychologische kardiologische Parameter im Zeitvergleich.....	65
3.5	Lebensstilmodifikation und die Faktoren des Gesundheitsverhaltens	69
3.5.1	Bewertung des Lebensstils (Risikowahrnehmung)	69
3.6	Korrelationsanalysen	82
3.6.1	Adhärenz und Gesundheitsverhaltensvariablen.....	82
3.6.2	Korrelationsstruktur der kardiologischen Parameter und Adhärenz	85
3.6.3	Ressourcenvariablen und ihre Auswirkungen.....	90
3.6.4	Analyse der kardiologischen Gewinner.....	99
3.7	Modell Treatmenteffekte	102

4. Diskussion	103
4.1 Erkenntnisinteresse	103
4.2 Faktoren des Gesundheitsverhaltens und der Lebensstilmodifikation	104
4.3 Auswirkung von Lebensstilmodifikation auf das Gesundheitsverhalten gemessen an der Adhärenz	107
4.4 Die Ausprägung der Adhärenz	111
4.5 Die Auswirkung des multimodalen Lebensstilprogramms auf kardiologische Parameter	113
4.5.1 Schulungseffekte in den physiologischen Parametern	113
4.5.2 Schulungseffekte in den psychosozialen Parametern	113
4.6 Der Zusammenhang von Lebensstilmodifikation und kardiologischen Parametern	117
4.6.1 Adhärenz und die Veränderung der kardiologischen Parameter	117
4.6.2 Korrelationsanalyse Adhärenz und Veränderung der kardiologischen Parameter	120
4.6.3 Zusammenfassung Adhärenz	122
4.7 Ressourcenvariablen und ihre Auswirkungen	122
4.8 Die Winneranalyse	126
4.9 Limitierende Faktoren	130
Schlussfolgerung	131
5. Zusammenfassung	133
6. Literatur	137
Danksagung	152

Anhang	153
1. Informationsbroschüre für Patienten	153
2. Aufnahmebogen.....	160
3. Fragebogen zur Lebensqualität, zum Gesundheitsverhalten und zur Befindlichkeit	169
4. Einjahres-Follow-up.....	189