

Liebe Leserin, lieber Leser,

die Erforschung der Zusammenhänge zwischen Herz und Seele hat in den letzten Jahren viele spannende Ergebnisse gebracht, die dazu beitragen, die Behandlung von Patienten mit Herzerkrankungen zu verbessern.

In unserem Reha-Zentrum Seehof in Teltow führen wir seit 2017 eine Abteilung für Psychokardiologie. Um diese Spezialdisziplin bekannter zu machen und Ihnen, als Betroffenen, ans »Herz« zu legen, haben wir dieses Buch geschrieben. Ein Buch über die Wechselwirkung zwischen Herz und Psyche, mit Autoren aus zwei verschiedenen Fachbereichen – der Psychosomatik und der Kardiologie. Ergänzt wird dies durch das unendlich wichtige Thema »Bewegung«.

Die Klinik, in der wir arbeiten, hat eine Abteilung für psychosomatische Rehabilitation und eine Abteilung für kardiologische Rehabilitation, die früher getrennt voneinander gearbeitet haben. Der alltägliche Umgang mit betroffenen Menschen zeigte uns aber immer mehr, dass sich die Krankheitsbilder der Abteilungen »Schraube« und »Pumpe«, wie unsere Patienten das manchmal nennen, zunehmend überschneiden. Wir halten es für sehr sinnvoll, gemeinsam an die Probleme der uns anvertrauten Menschen heranzugehen. Daher haben wir eine psychokardiologische Behandlungseinheit eröffnet, die eine interdisziplinäre Behandlung – also eine psychokardiologische Rehabilitation – für diejenigen ermöglicht, die sowohl eine Herzerkrankung als auch eine vorher vorhandene oder durch die Herzerkrankung verursachte psychische Erkrankung haben.

Wenn wir im Alltag mit unseren Patienten reden, dann ist klar, dass wir im Zusammenhang mit einer Herzerkrankung über ein angstbe-

setztes Thema reden: »Was sollen und müssen die Betroffenen hören?« Aber auch: »Was wollen sie hören?« Die Informationen sollten weder übertrieben noch heruntergespielt oder verschwiegen werden. Im Zeitalter einer ökonomisierten Medizin berichten Patienten immer häufiger, dass ihnen rein gar nichts über ihre Erkrankung erzählt wurde, weil niemand die Zeit für ein ausführliches Gespräch hatte. Manches wurde aber vielleicht auch nicht gehört oder manchem wurde eine sehr bedrohliche und damit häufig negative Interpretation einer Erkrankung gegeben (»Sie sind dem Tod gerade noch mal von der Schippe gesprungen!«). Diese dramatisierenden Erklärungen werden häufig gegeben, um das eigene ärztliche Handeln unmittelbar zu rechtfertigen. Ja – in der Kardiologie muss oft effektiv und schnell gehandelt werden, aber der Lohn dafür ist, dass im Vergleich zu der Zeit vor 20–30 Jahren der Verlauf einer Herzerkrankung körperlich wesentlich weniger einschränkend sein kann. Jeder Betroffene kann auch versuchen, einen Umgang mit einer Erkrankung bzw. einer Diagnose zu finden, selbst wenn das – und das wissen wir – nicht immer einfach ist.

Ein Patient unserer Klinik sagte kürzlich bei einer Visite einen eindrucksvollen Satz: »Mein Ziel ist, dass nicht die Herzkrankheit Herr über mich wird, sondern ich selbst Herr über meine Herzkrankheit bleibe.«

Wenn wir Ihnen mit unserem Buch bei diesem wichtigen Ziel Unterstützung geben können, dann ist das genau das, was wir erreichen wollen. Dabei möchten wir eher Zusammenhänge aufzeigen und Denkanstöße geben, als Ratschläge erteilen. Wir hoffen daher sehr, dass das Lesen für Sie eine Hilfe darstellen wird.

Teltow, im April 2020

Prof. Dr. med. Volker Köllner (Psychosomatik), Dr. med. Eike Langheim (Kardiologie), Judit Kleinschmidt (Sporttherapie)