

Gruber K

**Persönlich betrachtet: Univ.-Prof. Dr. Otmar Pachinger -  
Zwischen Herzstation und Herzfonds**

*Journal für Ernährungsmedizin 2012; 14 (2), 20-21*

**Homepage:**

**[www.aerzteverlagshaus.at](http://www.aerzteverlagshaus.at)**

**Online-Datenbank mit  
Autoren- und Stichwortsuche**

MIT NACHRICHTEN DER



# Erschaffen Sie sich Ihre ertragreiche grüne Oase in Ihrem Zuhause oder in Ihrer Praxis

## Mehr als nur eine Dekoration:

- Sie wollen das Besondere?
- Sie möchten Ihre eigenen Salate, Kräuter und auch Ihr Gemüse ernten?
- Frisch, reif, ungespritzt und voller Geschmack?
- Ohne Vorkenntnisse und ganz ohne grünen Daumen?

**Dann sind Sie hier richtig**





Der Kardiologe und Leiter des Departments für Innere Medizin an der Meduni Innsbruck, Univ.-Prof. Dr. Otmar Pachinger, ist auch Präsident des Österreichischen Herzfonds, der derzeit ein Präventionsprojekt mit starker ernährungsmedizinischer Ausrichtung plant. Dabei geht es darum, effektive Maßnahmen gegen das bei Kindern und Jugendlichen immer weiter um sich greifende Übergewicht zu entwickeln, das als wichtiger Risikofaktor für Herz-Kreislauf-Erkrankungen auch für die Kardiologie große Bedeutung hat.

**Was hat Sie als Kliniker zur Prävention gebracht?**

Für mich als Kardiologe ist die Prävention ein enorm wichtiges Thema. Der Zuwachs an Wissen über die Entstehung von Herzkrankheiten in den vergangenen Jahren und Jahrzehnten hat nicht nur die Therapie wesentlich verändert, sondern vor allem auch die Vorbeugung. Das halte ich für sehr wesentlich. Wir kennen heute viele modifizierbare Faktoren, die die Entstehung und möglicherweise den Verlauf von Herzkrankheiten entscheidend beeinflussen. Als Kardiologe muss man sich daher auch mit der Prävention auseinandersetzen.

**Welche Rolle spielt dabei das Übergewicht im Jugendalter?**

Übergewicht bei Kindern und Jugendlichen wird weltweit ein riesiges Problem werden. In den USA ist es das schon lange, in Europa ist es deutlich im Zunehmen. In der Folge kommt es zu vielfältigen und vielschichtigen gesundheitlichen Problemen, unter anderem im Stoffwechsel – wir haben einen Anstieg von Diabetes zu verzeichnen –, bei Herz und Kreislauf, aber auch im orthopädischen und psychologischen Bereich.

Wenn wir die Adipositas im Jugendalter ignorieren, werden wir die Rechnung in Form einer kranken Gesellschaft präsentiert bekommen.

**Abgesehen von individuellem Leid lässt das einen Anstieg der Gesundheitskosten erwarten.**  
Derzeit sind die Folgen der Adipositas

auf die Beine zu stellen. In Zusammenarbeit mit Ernährungsmedizinern – hier steht uns auch Prof. Widhalm beratend zur Seite – und zahlreichen anderen Kooperationspartnern bereiten wir derzeit ein Pilotprojekt an mehreren Schulen der Stadt Wien vor. Wenn die Evaluierung positive Ergebnisse liefert, sollen die Maßnahmen flächendeckend in ganz Österreich eingesetzt werden.

**Gibt es schon konkrete Pläne?**

Nach ausführlichen Diskussionen haben wir ein Konzept entworfen, das bei 10-jährigen Kindern ansetzt. Wir werden mit der Umsetzung in Wiener Schulen

beginnen, wobei möglichst viele Personen aus dem Umfeld der Schüler einbezogen und als Partner gewonnen werden müssen – das heißt Eltern, Lehrer, Schulärzte. Hier ist die Zusammenarbeit enorm wichtig. Wir werden die Interventionsgruppe mit einer Kontrollgruppe von gesunden Kindern vergleichen und hoffen, auf Basis dieser Daten erfolgreiche Strategien entwerfen zu können.

**Wie groß werden die Studiengruppen sein?**

Wir denken an 60 bis 100 Schüler in der Kontroll- bzw. Interventionsgruppe.

# ZWISCHEN HERZSTATION & HERZFONDS

tas bereits für rund sechs Prozent der Gesundheitskosten verantwortlich, bei anhaltendem Trend ist eine Zunahme weit in den zweistelligen Bereich hinein wahrscheinlich. Die Vermeidung und Verringerung der Adipositas ist daher ein Anliegen, das nicht nur medizinisch absolut berechtigt ist, sondern sich à la longue für die Gesellschaft auch lohnt.

**Was will der Herzfonds dazu beitragen?**

Der Österreichische Herzfonds hat sich zum Ziel gesetzt, ein Präventionsprogramm bei Kindern und Jugendlichen

**Bio-Box**

- Geboren 1944 in Wels (OÖ), Medizinstudium in Wien mit Abschluss „summa cum laude“
- Studienaufenthalte in Deutschland und den USA, Facharzt für Innere Medizin
- Lehrtätigkeit an der Meduni Wien, Aufbau einer kardiologischen Abteilung am Krankenhaus Wels
- 1997 Ordinarius für Kardiologie an der Uniklinik Innsbruck, 2008 Geschäftsführer des Departments für Innere Medizin
- Rund 500 wissenschaftliche Publikationen und Buchbeiträge, Mitherausgeber zahlreicher wissenschaftlicher Zeitschriften, Träger zahlreicher Auszeichnungen und Preise

**Das Schulprojekt wendet sich an die allgemeine Bevölkerung. Was ist mit den Ärzten? Adipositas als Krankheit scheint nicht durchgehend wirklich ernst genommen zu werden.**

Das Problembewusstsein bei den Ärzten muss sicher noch gesteigert werden und das ist auch eines unserer Ziele. Adipositas als Risikofaktor wird tatsächlich häufig nicht ernst genug genommen, jedenfalls nicht so wie das Rauchen. Allerdings muss man da schon auch dazusagen, dass die Datenlage unterschiedlich ist. Wir haben einen ganz klaren Beweis, dass es einen Gewinn an Lebenszeit bedeutet, wenn man aufhört zu Rauchen. Ein solcher Beweis im strengen wissenschaftlichen Sinn steht bei der Adipositas noch aus. Interventionen können natürlich negative gesundheitliche Folgen der Adipositas verhindern – aber ob es dadurch auch wirklich zu einer Senkung der Mortalität kommt, muss noch bewiesen werden.

**Bis zum Jahr 2050 wird jedenfalls aufgrund der Adipositas mit einer kürzeren Lebenserwartung gerechnet.**

Allein durch den Diabetes werden viele positive Effekte, die man heute bei der Vorbeugung von Herz-Kreislauf-Erkrankungen erzielen könnte, wieder egalisiert. Die Problematik ist sehr komplex. So hat auch das Rauchverbot in den USA zur Mega-Adipositas beigetragen. Die Hauptursache der Überernährung liegt aber bei der Nahrungsmittelindustrie. Dabei spielen wiederum Faktoren wie Verfügbarkeit, Preis und natürlich Beschaffenheit der Nahrungsmittel eine zentrale Rolle.

**Suchen Sie Kooperationen mit der Industrie?**

Die Nahrungsmittelindustrie muss unbedingt als Partner in die Bemühungen zur Verringerung der Adipositas einbezogen werden, auch bei diesem Projekt. Die Nahrungsmittelhersteller sehen ja natürlich auch, wohin die Entwicklung geht. Es gibt zum Beispiel schon Projekte in den USA, wo Firmen wie McDonalds oder Coca Cola sich gemeinsam mit Gesundheitsverantwortlichen engagieren.

**Sind Sie optimistisch, was das Adipositas-Projekt des Herzfonds betrifft?**

Ich bin zumindest begeistert. Optimistisch, dass die Interventionsergebnisse sehr gut sein werden, bin ich noch nicht. Aber das Projekt begeistert mich.

**Herzlichen Dank für das Gespräch!**  
K. Gruber

auch von öffentlichen Partnern wie Landesschulrat und Ministerium Unterstützung zu erhalten, sodass wir es in die Bundesländer hinaus tragen können – vorausgesetzt natürlich, dass sich das Projekt bewährt.

**Was qualifiziert den Herzfonds für derartige Projekte?**

Der Herzfonds hat langjährige Erfahrung mit solchen Programmen. Die erste große Kampagne – „Schach dem Herztod“ – wurde 1971 gestartet und war ein großer Erfolg. Damit wurde es möglich, 96 Krankenhäuser in Österreich mit einer Herzüberwachungsstation auszustatten. Das hat sicher zur Senkung der Sterblichkeit beim akuten Herzinfarkt beigetragen. Dieses neue Projekt hat eine ähnliche Motivation, die freilich weniger leicht nachvollziehbar ist, wodurch das Projekt auch weniger „attraktiv“ wirkt.

**Was kann der Herzfonds, was die Gesundheitspolitik nicht kann?**

Prävention ist ein eher undankbares Gebiet für die Gesundheitspolitik. Die Erfolge zeigen sich im Allgemeinen nicht im Lauf einer Legislaturperiode und sind daher auch nicht unmittelbar politisch umsetzbar. Der Herzfonds hat hier viele Vorteile. Wir haben ein großes, unabhängiges Netzwerk aufgebaut und können auch solche Projekte in Angriff nehmen. Abgesehen davon glaube ich, dass wir die Gesundheitspolitik ins Boot holen können, sobald wir die ersten Daten vorweisen können.

**Warum 10-Jährige?**

Auch darüber haben wir lange diskutiert. Wir nehmen an, dass Aufklärungsarbeit in diesem Alter am besten wirkt, dass man in diesem Alter noch am meisten präventiv tun kann. In der Volksschule ist es etwas zu früh, mit der Pubertät erfahrungsgemäß schwierig. Daher werden wir gemeinsam mit dem Landesschulrat für Wien jeweils drei erste Klassen aus Mittel- und Hauptschulen aussuchen.

**Wie werden die Interventionen aussehen?**

Sie werden sich auf jeden Fall nicht nur auf die Ernährung beziehen, sondern auch auf die Bewegung. Schließlich ist Inaktivität neben der Fehlernährung der Hauptfaktor bei der Entstehung von Übergewicht. Der Turnunterricht kommt leider ja häufig zu kurz. Deshalb brauchen wir auch die Kooperation der Schulleitung. Es hat keinen Sinn, das Projekt zu starten, wenn der Schuldirektor nicht hinter dieser Aktion steht. Alles, was einigermaßen messbar ist, werden wir dann evaluieren und versuchen, die Unterschiede zwischen der Kontrollgruppe und der Interventionsgruppe herauszuarbeiten.

**Wie lange wird das Pilotprojekt laufen?**

In der letzten Kuratoriumssitzung haben wir einen Betrag lukrieren können, mit dem die Finanzierung für die kommenden beiden Jahre gesichert ist. Wir hoffen, dann

© Foto: beigestellt