

Präambel	1
Entwicklung der Leitlinie	2
Einleitung	3
Begriffsdefinitionen	4
Ziele von Trainingsinterventionen in der Sekundärprävention und Therapie kardiovaskulärer Erkrankungen	5
Allgemeine Effekte von körperlicher Aktivität und Training in der Sekundärprävention und Therapie kardiovaskulärer Erkrankungen	6
Effekte eines körperlichen Trainings auf kardiovaskuläre Risikofaktoren	6
Effekte der Trainingsintervention bei kardiovaskulären Erkrankungen	7
Evaluation und Risikostratifizierung bei körperlichem Training	8
Risiko körperlicher Aktivität und Risiko-Assessment	8
Risiko kardiovaskulärer Ereignisse bei körperlicher Aktivität und beim Training in der kardiovaskulären Sekundärprävention	8
Determinanten für ein erhöhtes Risiko belastungsinduzierter kardiovaskulärer Ereignisse	9
Risiko-Assessment und Verlaufskontrollen	9
Kardiologische Risikoevaluation vor körperlicher Aktivität und Training	9
Monitoring während körperlichen Trainings	11
Personelle und apparative Sicherheitsvorkehrungen	12
Durchführung des körperlichen Trainings	12
Trainingsart: Aerobes Ausdauertraining	13
Trainingsziel	13
Trainingsform	13
Trainingsmethode	14
Trainingsintensität	14
Trainingsdauer und -häufigkeit	16
Trainingsart: Kraftausdauer- und Muskelaufbautraining	16
Wirkung	16
Trainingsziel	16
Trainingsform und Trainingsmethode	17
Trainingsintensität	17
Trainingsdauer und -häufigkeit	17

Empfehlungen und Indikationen zum körperlichen Training bei ausgewählten Patientengruppen	18
Klinisch stabile koronare Herzerkrankung	18
Körperliches Training nach Katheterintervention (PCI)	19
Körperliches Training nach Bypass-Operation	19
Stabile chronische Herzinsuffizienz (CHI) und Kardiomyopathien	19
Training nach interventioneller elektrophysiologischer Therapie bzw. nach ICD-Implantation	21
Training nach Herztransplantation	21
Ausgewählte chronische Klappenerkrankungen	22
Körperliches Training bei konservativ therapierten Vitien	22
Körperliches Training bei Patienten nach Herzklappenoperation	22
Krankheitsspezifische Risiken und Empfehlungen	23
Frauen	26
Ältere Menschen	27
Wirkungsmechanismen körperlicher Aktivität in der Sekundärprävention	28
Perspektiven für die klinische Forschung in der Sekundärprävention	29
Literatur	30