



# DGK.

Deutsche Gesellschaft für Kardiologie  
– Herz- und Kreislaufforschung e.V.

Grafenberger Allee 100  
40237 Düsseldorf  
Telefon: +49 (0) 211 / 600 692-150  
Fax: +49 (0) 211 / 600 692-10  
E-Mail: [presse@dgk.org](mailto:presse@dgk.org)  
Web: [www.dgk.org](http://www.dgk.org)

## Bildungsabhängige Unterschiede bei der Motivation und Hindernissen für Sport bei kardiologischen Patient:innen

**Nicole Brandl und Dr. Michael Wester, Regensburg**

### Hintergrund

Da Sport vielfältige positive Effekte auf kardiovaskuläre Risikofaktoren und Erkrankungen hat, wird er in der Allgemeinbevölkerung und insbesondere bei kardiologischen Patient:innen empfohlen und stellt eine wichtige Säule der Prävention dar. Das Sportverhalten von kardiologischen Patient:innen und der Einfluss der Bildung ist jedoch größtenteils unbekannt. Eine bessere Kenntnis der Motivationsfaktoren wäre jedoch für die Planung gezielter Interventionen zur Steigerung der Adhärenz an die Sportziele essenziell.

### Ziel

Das Ziel unserer Untersuchung war es, herauszufinden, ob der Bildungsgrad einen Einfluss auf das Sportverhalten und insbesondere Motivatoren und Barrieren für das Sportverhalten hat.

### Methoden

Es wurden 88 stabile kardiologische Patient:innen mittels standardisierter Fragebögen zum Sportverhalten, Sportmotiven sowie Einstellung zu Sport und Sportbarrieren befragt. Zudem wurde der höchste Bildungsabschluss erhoben. Einschlusskriterien waren eine kardiologische Erkrankung sowie Alter  $\geq 50$  Jahre. Ausschlusskriterien waren kardiologische Erkrankungen, mit denen man sich nicht stark körperlich belasten darf (z.B. schwere Klappenerkrankungen), sowie Erkrankungen, die regelmäßigen Sport verhindern (z.B. je schwere Lungen- oder muskuloskelettale Erkrankungen). Die Analyse erfolgte stratifiziert nach Bildung (höchster Schulabschluss: „Hauptschule“ n=43; „Realschule“ n=23; „Gymnasium“ n=22; ANOVA).

### Ergebnisse

Das befragte Kollektiv war durchschnittlich  $68 \pm 10$  Jahre (Mittelwert  $\pm$  SD) alt und zu 30 % weiblich. Die häufigsten kardiovaskulären Erkrankungen waren arterielle Hypertonie (81 %) und koronare Herzerkrankung (71 %). Nur 33 % der Patient:innen betrieben regelmäßig Sport. Patient:innen mit einem Realschul- oder gymnasialen Abschluss machten deutlich häufiger regelmäßig Sport (min. 1x/Woche in den letzten vier Wochen) als Patient:innen mit einem Hauptschulabschluss (Hauptschule: 19%, Realschule 48%, Gymnasium 46%,  $p=0,020$ ; Abb. A). Bei den Sportmotiven gab es keine Unterschiede, wobei Gesundheit in allen Gruppen die Hauptmotivation darstellte (Abb. B). Bei Patient:innen mit Realschul- oder gymnasialem Abschluss bestand eine höhere Kompetenz und Fähigkeiten zur Planung und Durchführung von Sport sowie der Bewältigung von praktischen und emotionalen Hindernissen (Abb. D). Beim Wissen über die Nützlichkeit und der empfohlenen Häufigkeit von Sport sowie beim Willen zur regelmäßigen sportlichen Betätigung bestand kein bildungsabhängiger Unterschied (Abb. D). Jedoch gaben Patient:innen mit Hauptschulabschluss häufiger ein Gefühl von Peinlichkeit sowie Angst vor dem Vergleich mit anderen Sportler:innen an; zudem bestand eine höhere Unsicherheit hinsichtlich des Sportverhaltens im Rahmen der kardialen Erkrankung (Abb. D). Dazu passend ergab sich kein bildungsabhängiger Unterschied bezüglich der



# DGK.

Deutsche Gesellschaft für Kardiologie  
– Herz- und Kreislaufforschung e.V.

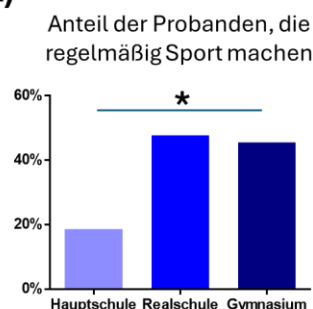
Grafenberger Allee 100  
40237 Düsseldorf  
Telefon: +49 (0) 211 / 600 692-150  
Fax: +49 (0) 211 / 600 692-10  
E-Mail: [presse@dgk.org](mailto:presse@dgk.org)  
Web: [www.dgk.org](http://www.dgk.org)

Wahrnehmung von Selbstwirksamkeit (SWE), jedoch ein höheres Maß an Pessimismus (LOT-R) und Stress (PSS10) bei Patient:innen mit Hauptschulabschluss (Abb. E).

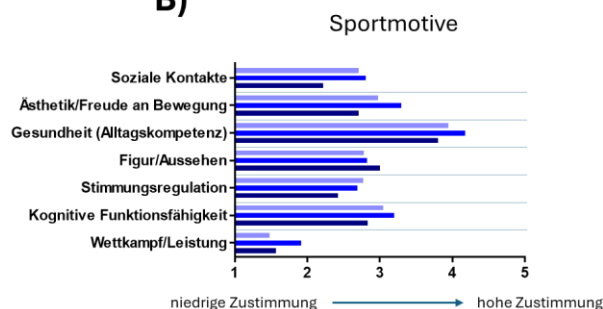
## Schlussfolgerung/Fazit

Es bestehen relevante Unterschiede im Sportverhalten zwischen Patient:innen mit Hauptschulabschluss einerseits und Patient:innen mit Realschul- oder gymnasialen Abschluss andererseits. Dies geht einher mit schlechteren individuellen Ressourcen in Bezug auf die Planung und Durchführung von regelmäßigem Sport bei Patient:innen mit Hauptschulabschluss. Bei gleichem Wissen zur Nützlichkeit von Sport bestehen größere Ängste in Bezug auf Sport. Diese Erkenntnisse können in der gezielten Ansprache des Sportverhaltens bei Patient:innen und bei der Konzeption von Sportprogrammen für kardiologische Patient:innen die erfolgreiche Umsetzung verbessern.

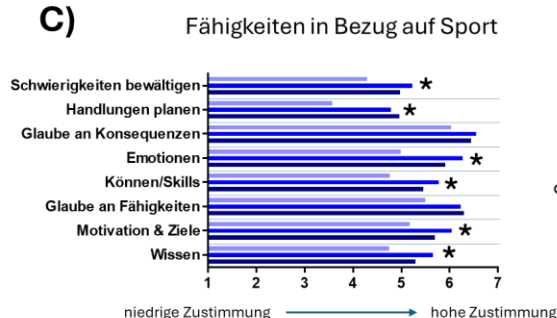
A)



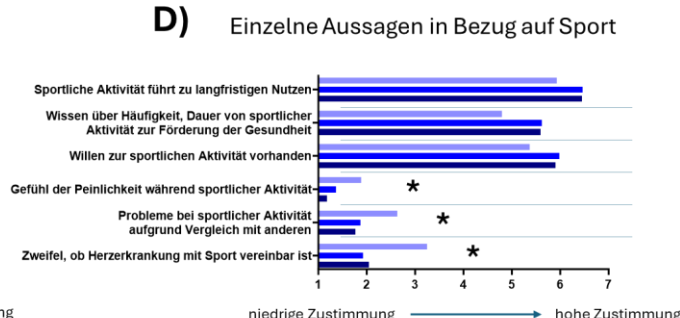
B)



C)



D)



E)

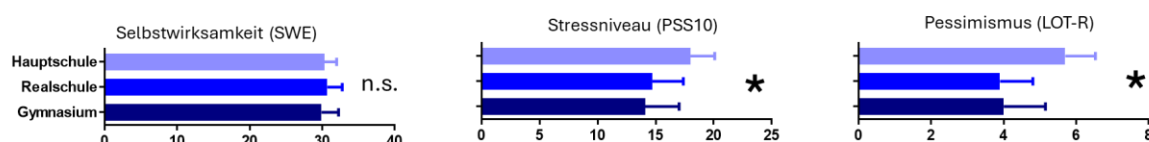


Abbildung: Ergebnisse der Befragung der Patient:innen zu Sportverhalten, Sportmotivatoren sowie Barrieren, gegliedert nach höchstem Schulabschluss.