

# Das Schulungsmaterial

## Handbuch für Schulungsleiter

Das Handbuch für Schulungsleiter umfasst 260 Seiten. Darüber wird auf einer CD für jedes Modul eine präsentationsfähige PDF- und Powerpoint-Datei mit jeweils 30 bis 50 Präsentationsfolien bereitgestellt. Bei Bedarf können die Folien auch als Overhead-Folie ausgedruckt werden.

## Die Begleithefte für Patienten

wiederholen die Schulungsinhalte in einer für Patienten verständlichen Sprache. Pro Modul wird ein Begleitheft zur Verfügung gestellt. Es ist zur Weitergabe an den Patienten bestimmt und beinhaltet sowohl Arbeitsaufträge als auch Lernkontrollfragen für den Patienten. Der Patient kann damit die Schulungsinhalte in Ruhe noch einmal zu Hause nachlesen. Die Begleithefte orientieren sich in ihrer Aufmachung und dem Inhalt an den Vortragsfolien.

## Teilnahmevoraussetzungen

Es sind keine speziellen Kenntnisse vom Arzt oder seinen medizinischen Fachangestellten erforderlich. Vertiefende Kenntnisse in der Hypertensiologie sind wünschenswert. Wir empfehlen die Teilnahme an einer Fortbildungsveranstaltung zum Hypertensiologen DHL®/Hypertensiologin DHL® bzw. Hypertonieassistenten DHL®/Hypertonieassistentin DHL® der Deutschen Hypertonie Akademie ([www.hypertonie-akademie.org](http://www.hypertonie-akademie.org)).

# Das Schulungsprogramm

## MODUL 1

### Blutdruck-Regulation

Ursachen für erhöhte Blutdruckwerte, Zielblutdruckwerte, Diagnostik

## MODUL 2

### Nichtmedikamentöse Behandlung I

Gewichtskontrolle, reduzierte Kochsalzaufnahme, körperliche Aktivität, Rauchverzicht, begrenzter Alkoholkonsum

## MODUL 3

### Nichtmedikamentöse Behandlung II

Entspannung, Selbstmessung des Blutdrucks, Hypertensive(r) Krise/Notfall

## MODUL 4

### Medikamentöse Behandlung

Behandlungsbeginn, Wirkungen und Nebenwirkungen, Selbstbehandlung, Interventionelle Verfahren

## MODUL 5

### Compliance

Behandlungstreue, Telemedizin, Selbsthilfegruppen

Hochdruckliga



# MEIN BLUTDRUCK OK!



## Hypertonie-Schulung

der Deutschen Hochdruckliga e.V. DHL®  
Deutsche Gesellschaft für Hypertonie und Prävention

[www.hypertonie-schulung.de](http://www.hypertonie-schulung.de)

# Mit der Hypertonie-Schulung die Therapietreue erhöhen

Sehr geehrte Kollegin, sehr geehrter Kollege,  
liebes Praxisteam,

in der Hypertoniebehandlung steht der Patient und sein Verhalten im Alltag im Mittelpunkt. Unsere nichtmedikamentösen und medikamentösen Therapieempfehlungen werden häufig nicht in wünschenswerter Weise umgesetzt. Eine Schulung der Betroffenen und ihrer Angehörigen kann helfen, dies zu verbessern. Informierte Patienten, die sich mit ihren Verhaltensdefiziten wertgeschätzt fühlen, setzen die Empfehlungen nachhaltiger um und zeigen eine höhere Therapietreue. Dies verbessert langfristig die Blutdruckkontrolle und kann so zur Reduktion der kardiovaskulären Morbidität und Mortalität beitragen.

Mit der interaktiven Hypertonie-Schulung der Deutschen Hochdruckliga steht Ihnen ein Schulungsprogramm für Ihre Patienten mit arterieller Hypertonie zur Verfügung, das Ihnen dabei hilft, die Blutdruckkontrolle und die Compliance zu erhöhen. In der Schulung bieten Sie Ihren Patienten das Wissen, damit sie ihren Bluthochdruck als eine ernste Erkrankung wahrnehmen können und Sie begleiten sie so, dass sie selbst Wege finden können, um mit dem Bluthochdruck besser umzugehen.

Eine Voraussetzung für den Einsatz unseres Schulungsprogramms ist die Teilnahme an einem Train-the-trainer-Seminar. Wir verfolgen und zeigen in unseren Train-the-trainer-Seminaren das Konzept der personenzentrierten und motivierenden Gesprächsführung. Es ist wichtig, dass Sie gemeinsam den Patienten in der Hypertonie-Schulung unterstützt. Deswegen erwarten wir, dass neben Ärzten auch medizinische Fachangestellte an unserem Train-the-trainer-Seminar teilnehmen.

Wir freuen uns über Ihre Anmeldung und wünschen Ihnen und Ihren Patienten viel Erfolg.

Ihre  
Deutsche Hochdruckliga e.V. DHL®  
Gesellschaft für Hypertonie und Prävention

## Das Train-the-trainer-Seminar

Die Teilnahme am Train-the-trainer-Seminar berechtigt zur Durchführung der Hypertonie-Schulung der Deutschen Hochdruckliga **MEIN BLUTDRUCK – OK!**

### TEIL 1 9:30 – 12:35 UHR

#### Das Schulungskonzept

- Bedeutung der Hypertonie-Schulung
- Aufbau der Schulung (5 Module)
- Vorstellung der Materialien: Handbuch für Schulungsleiter, Schulungsfolien, Begleithefte für Patienten, geschützter Internetauftritt, Formulare, weitere Handouts für die Schulung
- Voraussetzungen für die Abrechnung
- Weitere Evaluation des Programms

#### Methodik

- Vortrag, Gruppenarbeit, Rollenspiele, Selbstevaluation

### PAUSE 12:35 – 13:30 UHR

### TEIL 2 13:30 – 16:30 UHR

#### Das Kommunikationstraining

- Patientenzentrierte Gesprächsführung
- Motivierende Gesprächsführung zur Lebensstiländerung
- Bedeutung von Wertschätzung und Empathie, aktives Zuhören, Fragetechniken, Fragetypen
- Mit Widerstand beim Patienten umgehen
- Gruppen und Rollenspiele erfolgreich anleiten
- Praktische Übungen z.B. Umgang mit schwierigen Patienten, Zielvereinbarungen mit Patienten erarbeiten
- Erfolgreiches Zusammenspiel von Arzt und medizinischen Fachangestellten in der Hypertonie-Schulung

#### Methodik

- Vortrag, Gruppenarbeit, Rollenspiele

## Interaktiv und modular

Die Hypertonie-Schulung richtet sich an erwachsene Patienten mit Bluthochdruck. Das Schulungsprogramm gliedert sich in fünf voneinander unabhängige Module, die auch einzeln schulbar sind.

Die Teilnehmer werden aktiv in die Schulung einbezogen. Im Train-the-trainer-Seminar werden vielfältige Vorschläge unterbreitet, wie die zu Schulenden beispielsweise durch kurze Berichte über eigene Erfahrungen, Rollenspiele, Blutdruckselbstmessungen, Ernährungsberatung, Steigerung der körperlichen Aktivität und Gewichtskontrolle aktiv zu Lebensstiländerungen motiviert werden können.

Die Schulung sollte in Kleingruppen von 8 bis 10 Patienten durchgeführt werden. Pro Modul sollte eine Dauer von 2 Stunden inkl. Pausen nicht überschritten werden. Zu jedem Modul sind Fragen beigefügt, mit denen Sie Wissensdefizite erkennen und den Schulungserfolg überprüfen können.

Die Unterlagen zum Hypertonie-Schulungsprogramm der Deutschen Hochdruckliga sind nicht über den Handel erhältlich. Mitglieder der Deutschen Hochdruckliga bzw. Hypertensiologen DHL® erhalten einen Rabatt. Die Teilnahme am Train-the-trainer-Seminar berechtigt zur Durchführung der Hypertonie-Schulung der Deutschen Hochdruckliga

**MEIN BLUTDRUCK – OK!** Der Arzt darf die Begleithefte für Patienten sowie die weitergehenden Schulungsunterlagen nur an Patienten weitergeben, die an einer Patientenschulung teilgenommen haben.

Das Schulungsprogramm der Deutschen Hochdruckliga gibt den aktuellen Wissensstand der Bluthochdruckbehandlung in seinen unterschiedlichen Facetten wieder.

Derzeit befindet sich das Schulungsprogramm der Deutschen Hochdruckliga in Evaluation und kann nur als IGELEistung abgerechnet werden. Die Abrechenbarkeit im Rahmen von strukturierten Behandlungsprogrammen wird angestrebt. Eine Abrechenbarkeit als DMP Hypertonie-Schulungsprogramm wird die Teilnahme einer medizinischen Fachangestellten am Train-the-trainer-Seminar erfordern. Wir erwarten daher, dass sowohl der Arzt als auch die medizinische Fachangestellte am Train-the-trainer-Seminar teilnehmen.