



Health on Top 14.10.2004

Die PräFord-Studie

D.B.Gysan



Die PräFord-Study Group

Studienleitung

Dr. med. C. Albus, Klinik und Poliklinik für Psychosomatik und Psychotherapie, Universität zu Köln

PD Dr. Sportwiss. B. Bjarnason-Wehrens (Institut für Kreislaufforschung und Sportmedizin der DSHS Köln)

Dr. D. B. Gysan (Ambulantes Kardiologisches Rehasentrum Köln)

Prof. Dr. H-G. Predel (Institut für Kreislaufforschung und Sportmedizin der DSHS Köln)

PD Dr. med. CA. Schneider, Klinik II und Poliklinik für Innere Medizin (Kardiologie) der Universität zu Köln

Studiensekretariat

S. Hähnchen (Ambulantes Kardiologisches Rehasentrum Köln)

J. Latsch (Institut für Kreislaufforschung und Sportmedizin der DSHS Köln)

Wissenschaftlicher / Organisatorischer Kooperationspartner

Dr. med. G. Herold (Gesundheitsdienst der Ford Werke AG)

Prof. Dr. W. Lehmacher (Institut für med. Statistik, Informatik und Epidemiologie der Universität zu Köln)



Cologne Prevention Program (CoPP)

Die PräFord Studie

I

Epidemiologische Langzeit- (Kohorten-) studie

II

Multizentrische, randomisierte,
kontrollierte, prospektive Interventionsstudie



Die PräFord Studie

Epidemiologische Langzeit- (Kohorten-) studie:

Den ca. 40.000 Mitarbeitern der FORD-Werke AG,

von VISTEON Deutschland und der Deutz AG in Köln, Berlin

und Saarlouis wird ein kostenloses Herz-Kreislaufscreening

angeboten.

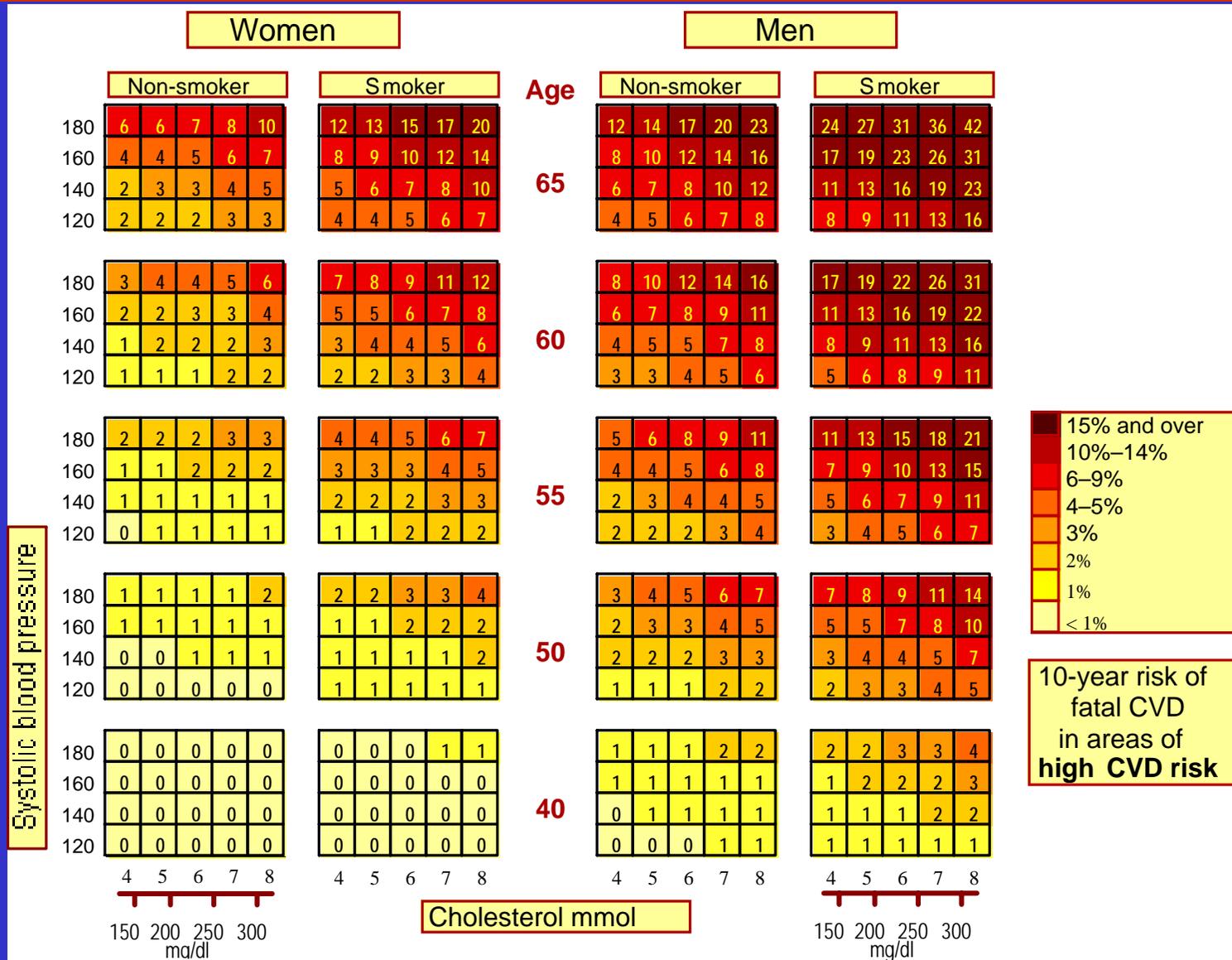


Epidemiologische Langzeit- (Kohorten-) studie

- Venöse Blutprobe: Cholesterinspiegel (gesamt, HDL, LDL), Triglyceride, CRP, Blutzucker und Hba1C.
- Standardisierte Messung des Blutdruckes an beiden Oberarmen
- Bestimmung von Körpergröße, Gewicht und Bauch-Brustumfang
- Fragebögen zur Erfassung von familiärer Vorbelastung, Rauchgewohnheiten, psychosozialen Risikofaktoren und Bewegungsverhalten.



Risikostratifizierung nach ESC 2003





Die PräFord Studie

- Nach Auswertung der Untersuchungsergebnisse erfolgt die Einteilung in 3 Risikogruppen für fatale Akutereignisse in 10 Jahren (SCORE der ESC 2003)
- Gruppe 1: geringes Risiko $\leq 1\%$
- Gruppe 2: mittleres Risiko 2-4 %
- Gruppe 3: hohes Risiko $\geq 5\%$



Epidemiologische Langzeit- (Kohorten-) studie

Gruppe 1

- Wiederholung des Screenings nach 5 u.10 Jahren
- Untersuchungsergebnisse werden mit dem Teilnehmer besprochen

Gruppe 2

- Wiederholung des Screenings alle 2 Jahre
- Individuelle Beratung zum Risikofaktorenprofil und deren Beeinflussungsmöglichkeiten
- Mitteilung der Untersuchungsergebnisse an den Hausarzt



Multizentrische, randomisierte, kontrollierte, prospektive Interventionsstudie

Gruppe 3

- Randomisierung in eine Interventionsgruppe (PräFord) u. Interventionsgruppe (klassisch)
- Interventionsgruppe (PräFord)
- kardiologische REHA, berufsbegleitend über 15 Wochen, 2x wöchentlich 2,5 Stunden Inhalt wie amb. Reha Phase 2 BAR
- anschließend Herzsportgruppe, jährliche Nachuntersuchungen
- Interventionsgruppe (klassisch)
- Aufklärung zum Risikofaktorenprofil und deren Beeinflussungsmöglichkeiten, Aufklärung zur Rehabilitationsmöglichkeiten die beantragt werden können , Befundbericht an den Hausarzt, jährliche Nachuntersuchungen



Studienvorbereitung: Flyer in der Gehaltsabrechnung Juli 2003



Gesundheit checken ...
... und attraktive **Preise** gewinnen!



Wo und wann finden die Untersuchungen statt?

Köln-Niehl:

Ostwerk:
Ehemalige Kantine FK
ab 04.08. 2003
(Shuttle-Service unter 27 700)

Bereich Imbert:
Konferenzraum BKK
ab 19.09. 2003, immer freitags

Köln-Merkenich:

FCSD: Konferenzraum M 21
ab 15.09. 2003

PD: Trainingszentrum MF
ab 20.08. 2003, immer mi und do
(Shuttle-Service unter 17 450)

Bitte achten Sie darauf, dass betriebliche Abläufe durch die Teilnahme an der Untersuchung nicht behindert werden.



Unter allen Mitarbeitern, die am kostenlosen Gesundheits-Check-Up des PräFord-Teams teilnehmen, **verlosen** wir im nächsten Jahr einen **Ford Fusion** und **attraktive Eintrittskarten für den Kölner Spitzensport**.

Gestaltung: extermirnk und weber, Köln, www.exweb.de



PräFord-INTERNET

www.praeford.de

*Wunschtermine ohne Wartezeit
nur über die **HOTLINE***

PräFord-HOTLINE für Termine

0800 - 99 88 999 (kostenlos)

für Werkstelefone ohne Amtsleitung:
180 91 (kostenlos)



Herzcheck in 20 Minuten

**Gesundheit
gewinnen
mit
PräFord**

Ab Montag, 04.08. 2003
Anlässlich der 100-Jahr-Feier
der Ford-Werke



Studienvorbereitung: Flyer in der Gehaltsabrechnung Juli 2003



Lassen Sie Ihre **Gesundheit** checken ...
... und bekämpfen Sie mit uns die Killerkrankheit Nr. 1, den **Herzinfarkt!**

Gehen Sie kein Risiko ein und nutzen Sie die Möglichkeit, mit PräFord gesund zu bleiben!

kostenlos in 20 Minuten

Kennen Sie Ihr persönliches Risiko für einen Herzinfarkt oder einen Schlaganfall?

Nein? Dann geht es Ihnen wie den meisten Menschen in unserer Bevölkerung. PräFord will dies ändern und informiert Sie über Ihr persönliches Herzinfarkt- und Schlaganfall-Risiko.

Das PräFord-Team bietet Ihnen ab August 2003 eine **kostenlose** Erstellung Ihres persönlichen Herz-Kreislauf-Risikoprofils. Sie müssen lediglich **20 Minuten** investieren!

Schritt 1

Die PräFord-Untersuchung

Der **Gesundheits-Check-Up** findet auf unserem Firmengelände statt und beinhaltet:

- Blutprobenanalysen (Cholesterin, Zucker)
- Blutdruck- und Gewichtsmessung
- Befragung zum derzeitigen Lebensstil (Rauchen, Sport, Befinden etc.)

Schritt 2

Ihr persönliches Risikoprofil

Direkt im Anschluss an die Untersuchung informiert Sie das PräFord-Team über Ihr persönliches Herzinfarktrisiko. Die Untersuchungsergebnisse unterliegen selbstverständlich der ärztlichen Schweigepflicht und dienen ausschließlich Ihrem eigenen Wohlergehen!

Schritt 3

Was geschieht bei erhöhtem Risiko?

Sollte bei Ihnen tatsächlich ein erhöhtes Herzinfarktrisiko festgestellt werden, wird Sie das Expertenteam individuell beraten und bei der Risikobekämpfung unterstützen.

Neugierig geworden?

Je nach Standort finden Sie die PräFord-Untersuchungszentren zu unterschiedlichen Zeiten auf Ihrem Werksgelände (siehe Rückseite). Oder nutzen Sie die kostenlose PräFord-Hotline zur Terminabsprache.

für Werkstelefone ohne Amtsleitung:
180 91 (kostenlos)

PräFord-INTERNET

www.praeford.de

PräFord-HOTLINE für Termine

0800 - 99 88 999 (kostenlos)



Albert Caspers,
Präsident des 1FC Köln
und Vorsitzender
des Aufsichtsrates
Fordwerke AG

„Beim Fußball wie im Berufsleben gilt: Die Gesundheit ist unser höchstes Gut und Voraussetzung für Erfolg. Deshalb empfehle ich Ihnen eine Teilnahme am PräFord-Programm.“



Bernhard Matthes,
Vorstandsvorsitzender
Fordwerke AG

„In unseren Fahrzeugen bietet Ihnen IPS, das Intelligent Protection System, den optimalen Schutz für Ihre Sicherheit. Mit der Herz-Kreislauf-Vorsorguntersuchung bietet Ihnen PräFord gewissermaßen ein IPS für Ihr Herz, das Sie nutzen sollten!“



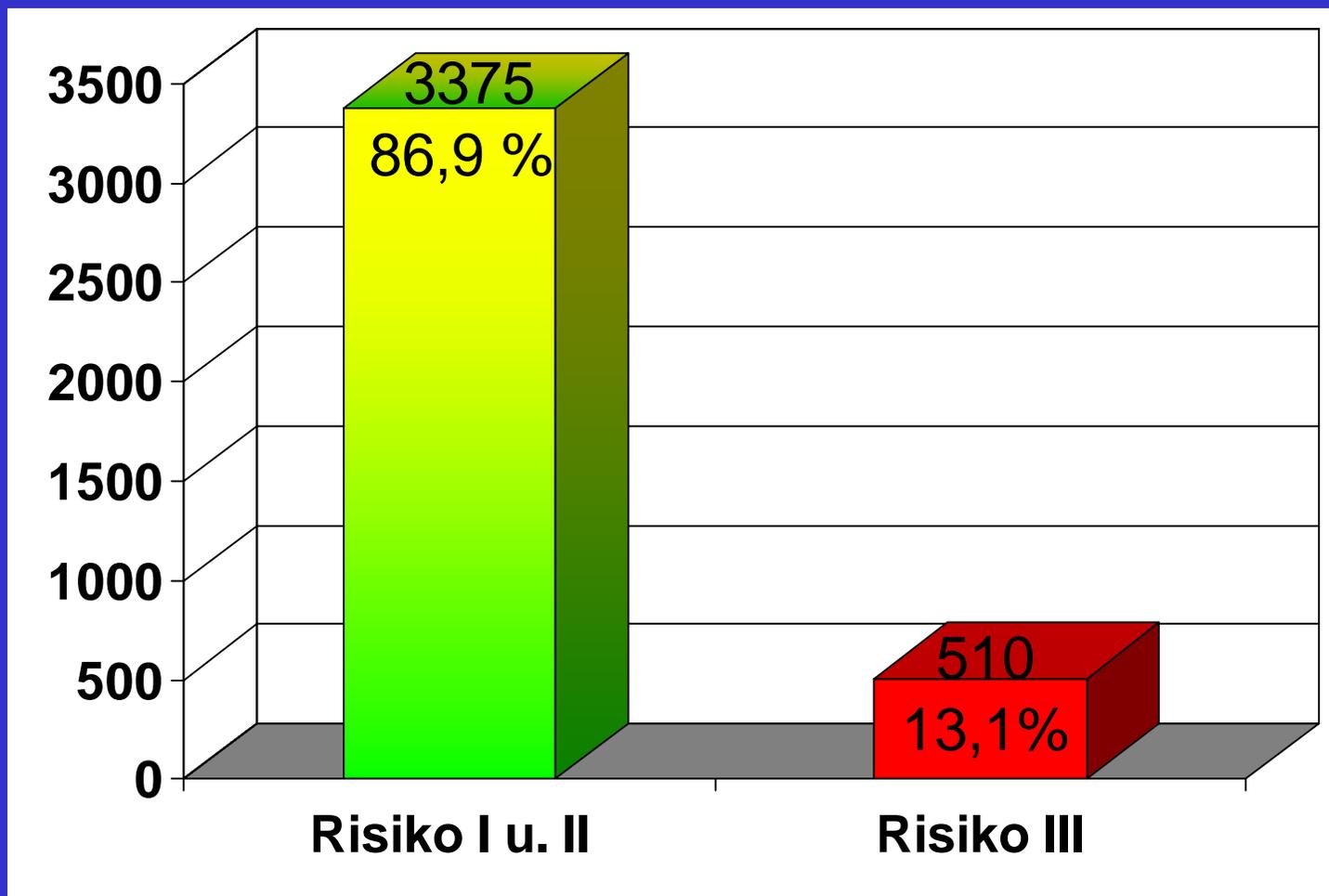
Dieter Hinkelmann,
Vorsitzender
Ford Gesamtbetriebsrat

„Als Unternehmen 100 Jahre zu bestehen, ist nur zu erreichen mit einer gesunden Belegschaft. Die vorbeugenden Aktionen unseres Gesundheitsdienstes, insbesondere das PräFord-Projekt, sind ein wichtiger Bestandteil, dies zu ermöglichen. Nutzen Sie das PräFord-Angebot!“



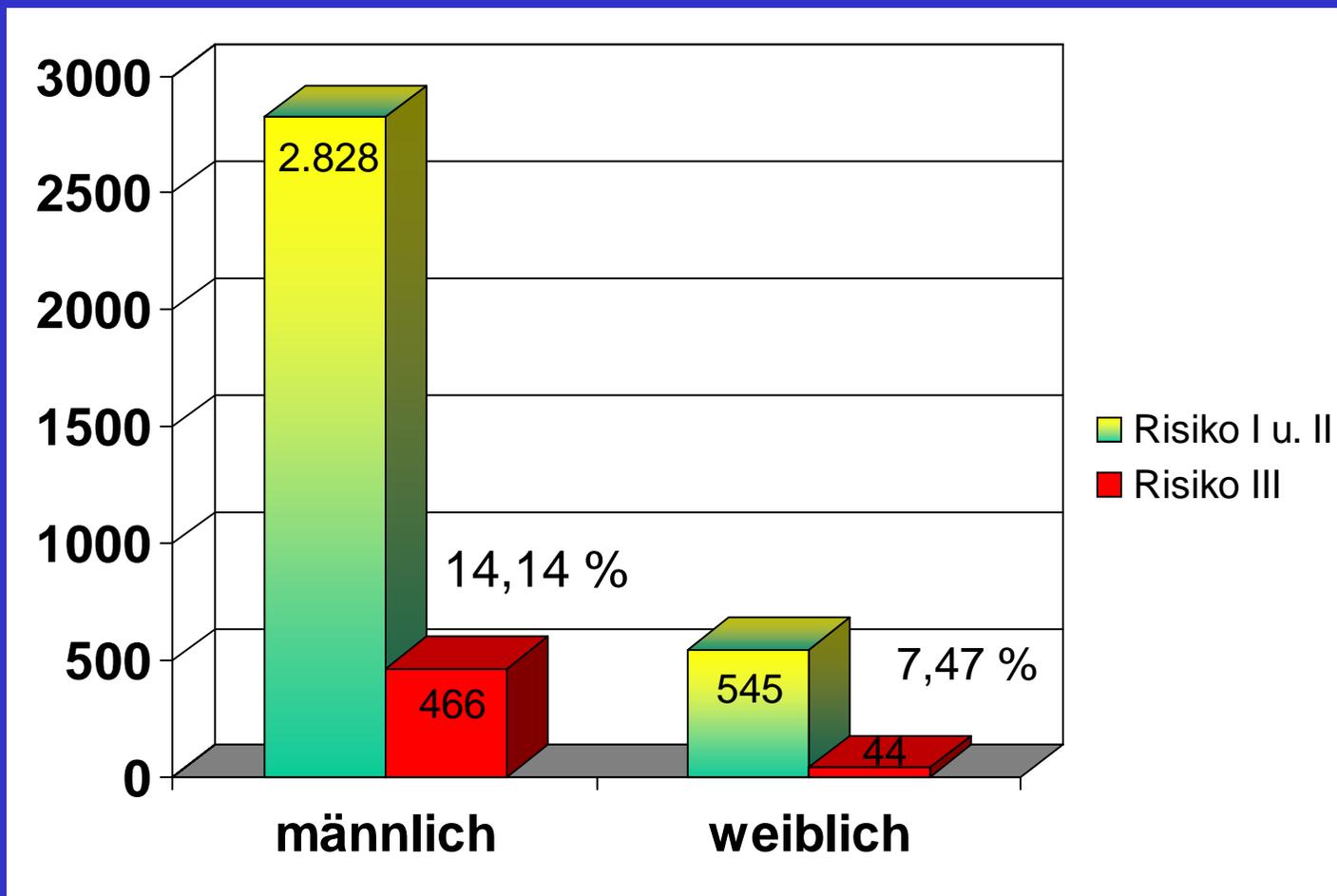
Risikoverteilung in der Kohortenstudie PräFord

Bisher wurden 4.895 Teilnehmer untersucht, es liegen auswertbare Ergebnisse von 3.885 TN vor.



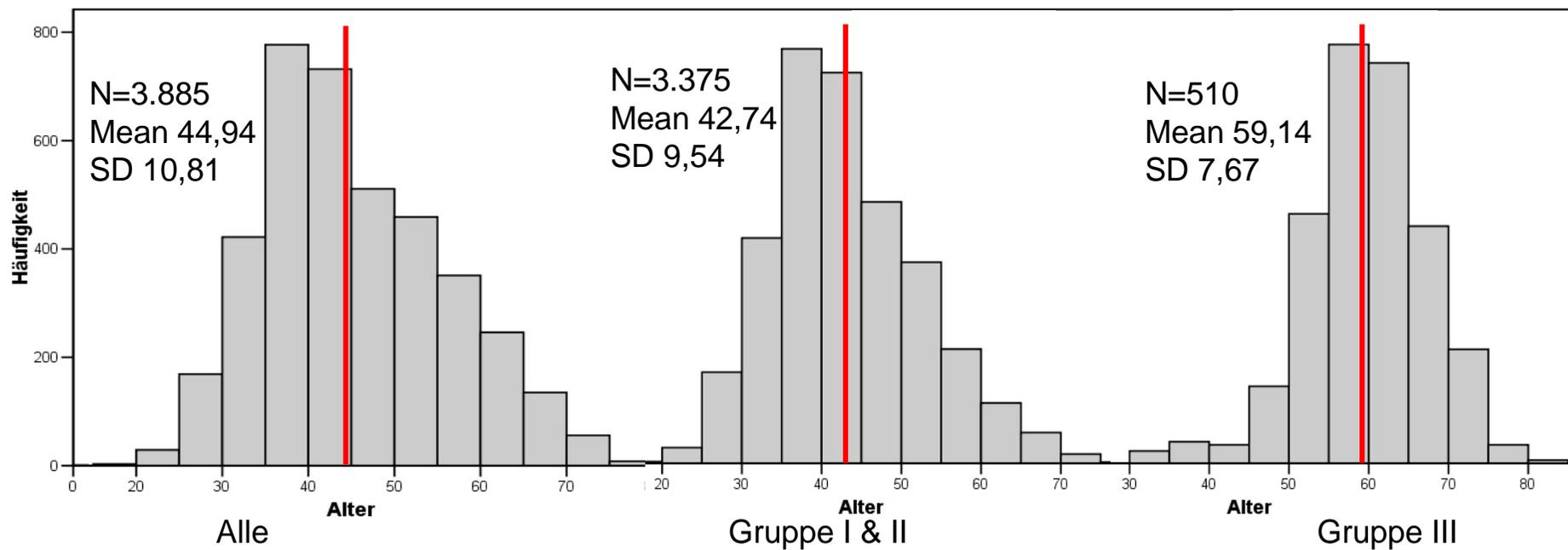


Risikoverteilung in der Kohortenstudie nach Geschlecht

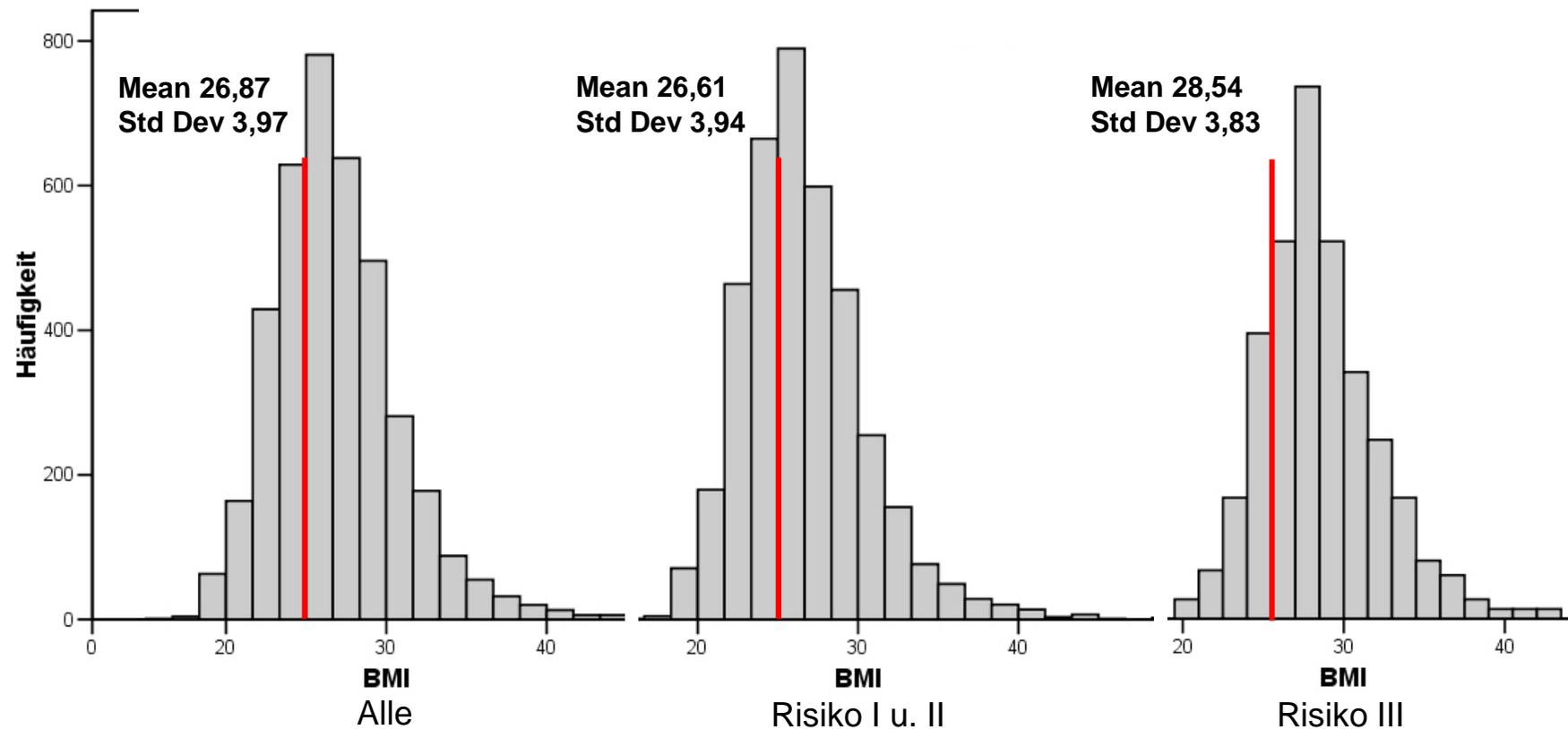




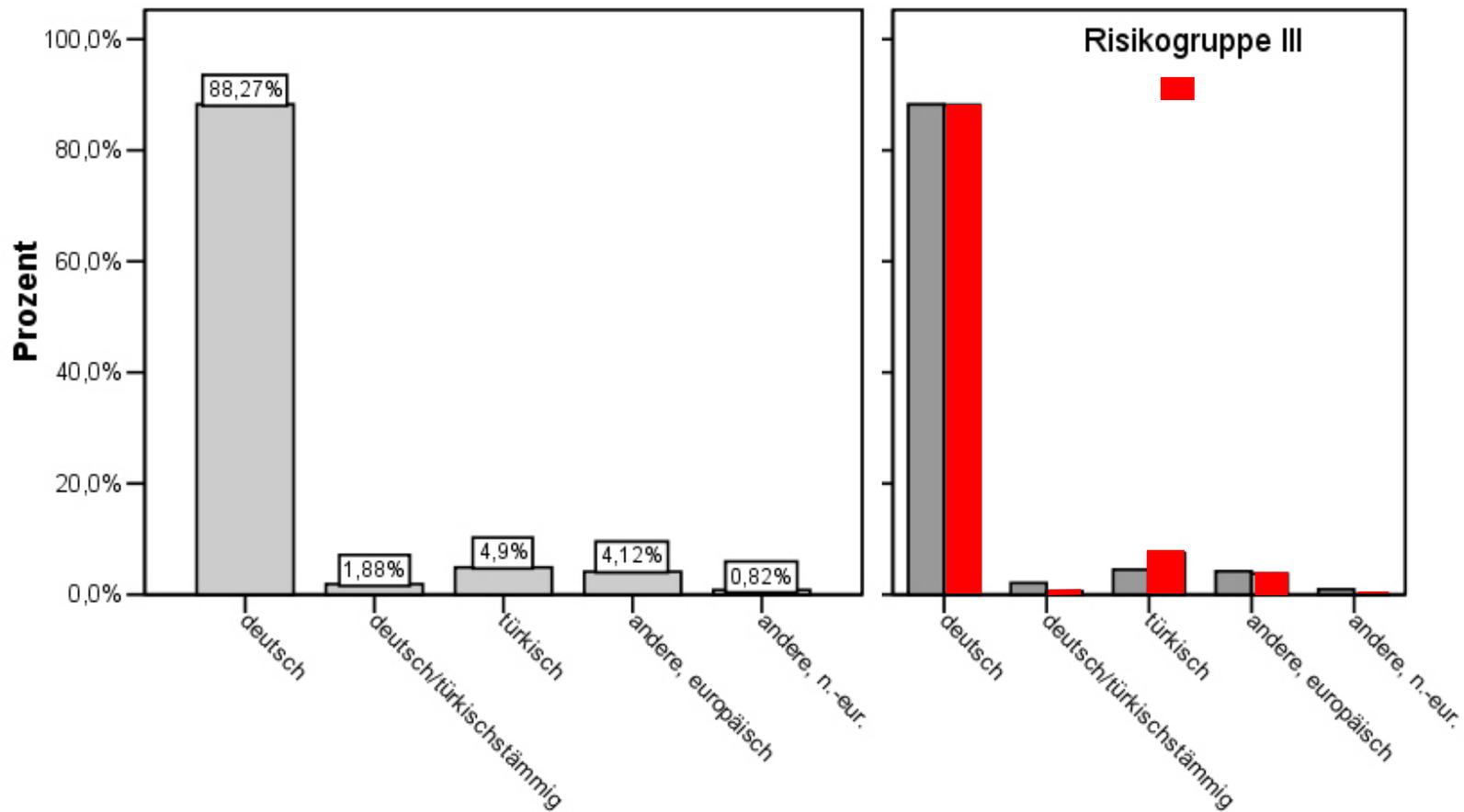
Altersverteilung in der Kohortenstudie



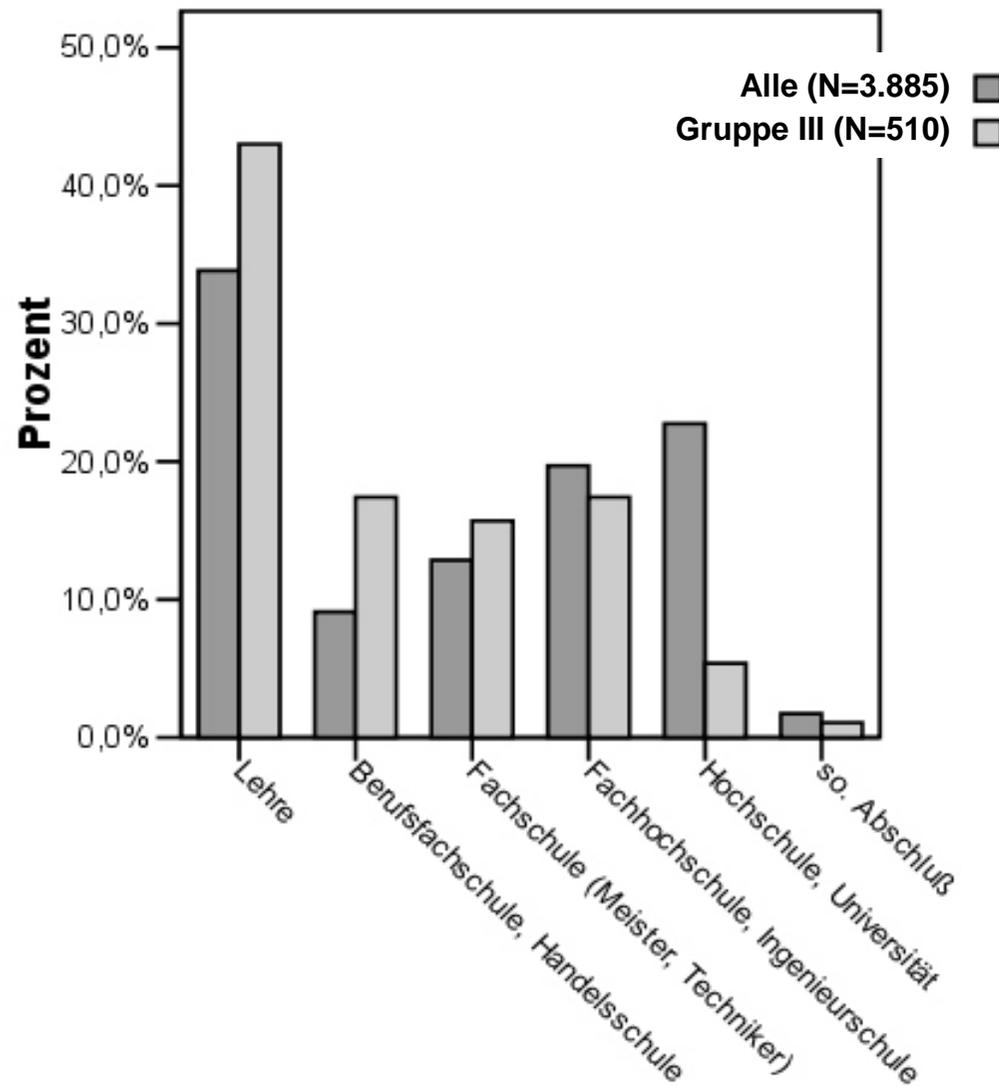
Risikoverteilung in der Kohortenstudie nach BMI



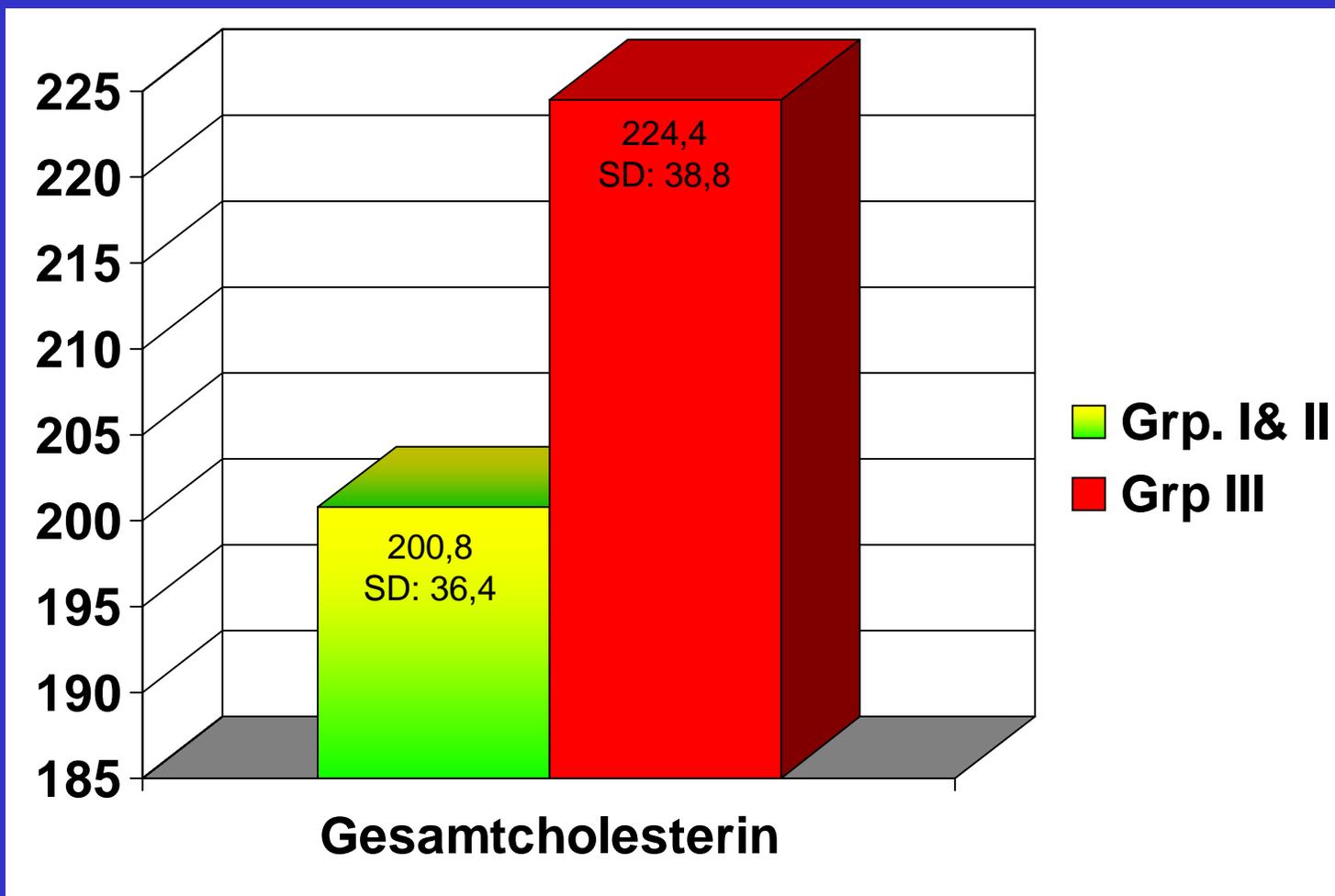
Risikoverteilung in der Kohortenstudie nach Nationalität



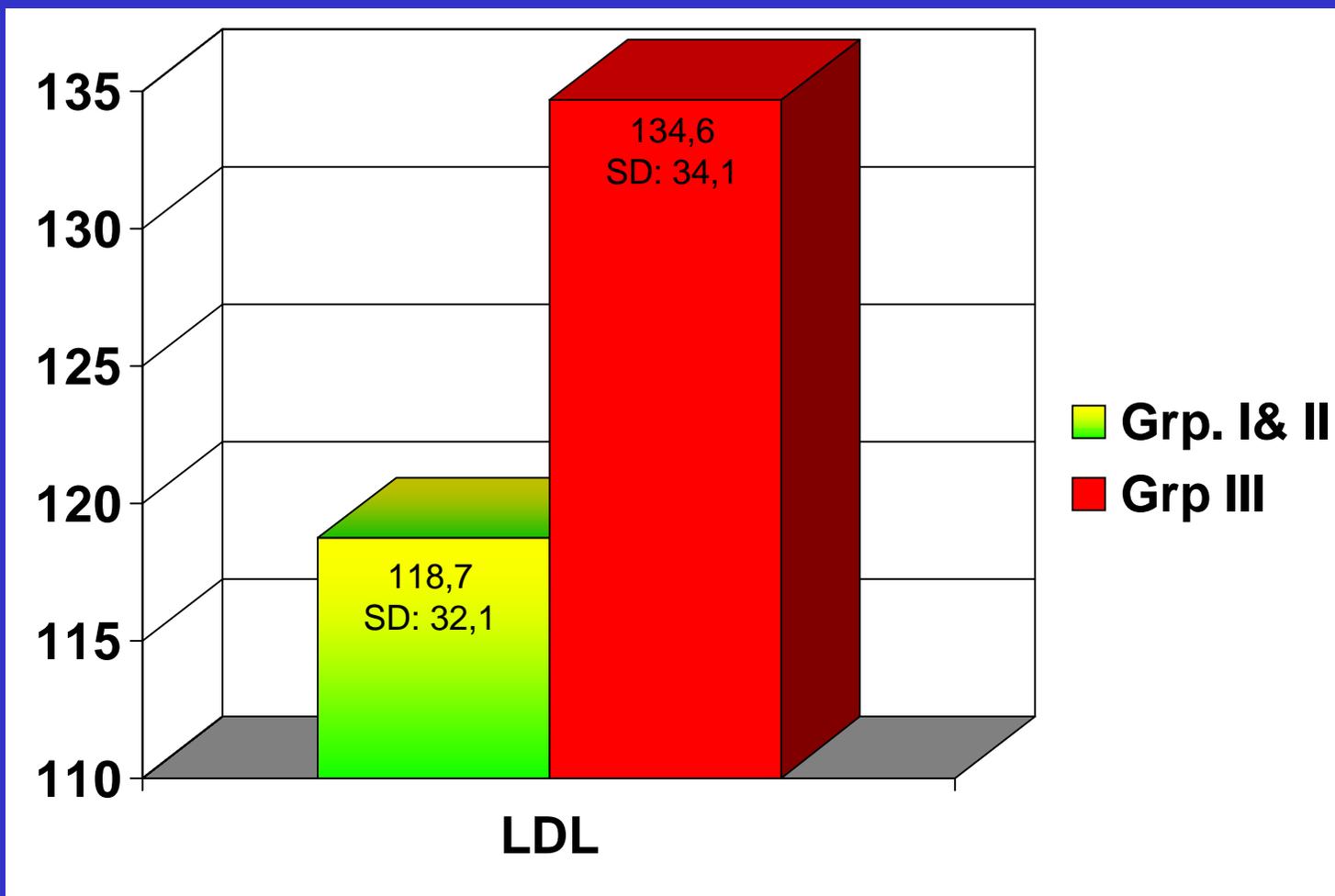
Risikoverteilung in der Kohortenstudie nach Ausbildung



Gesamtcholesterin in der Kohortenstudie

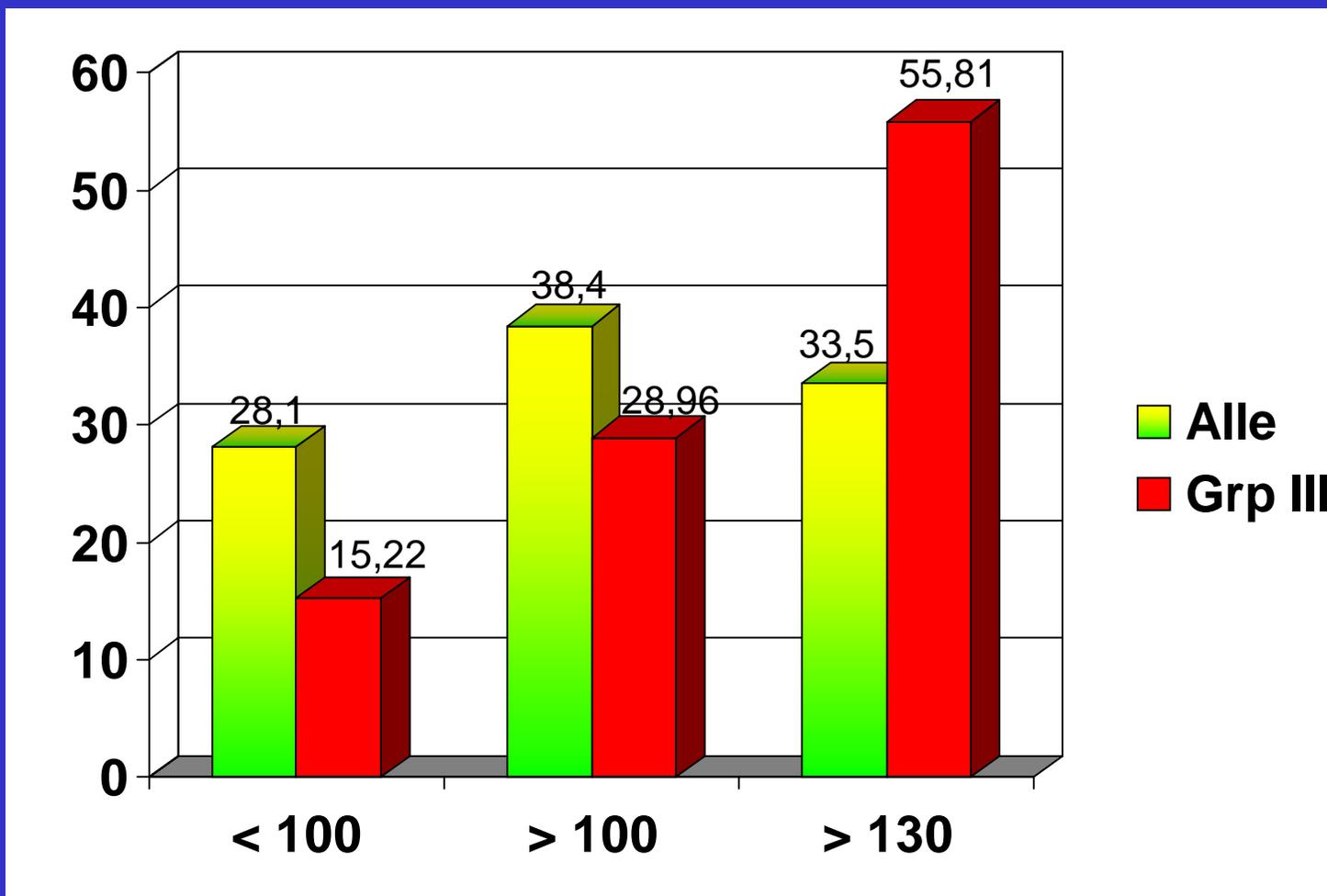


LDL-Cholesterin in der Kohortenstudie

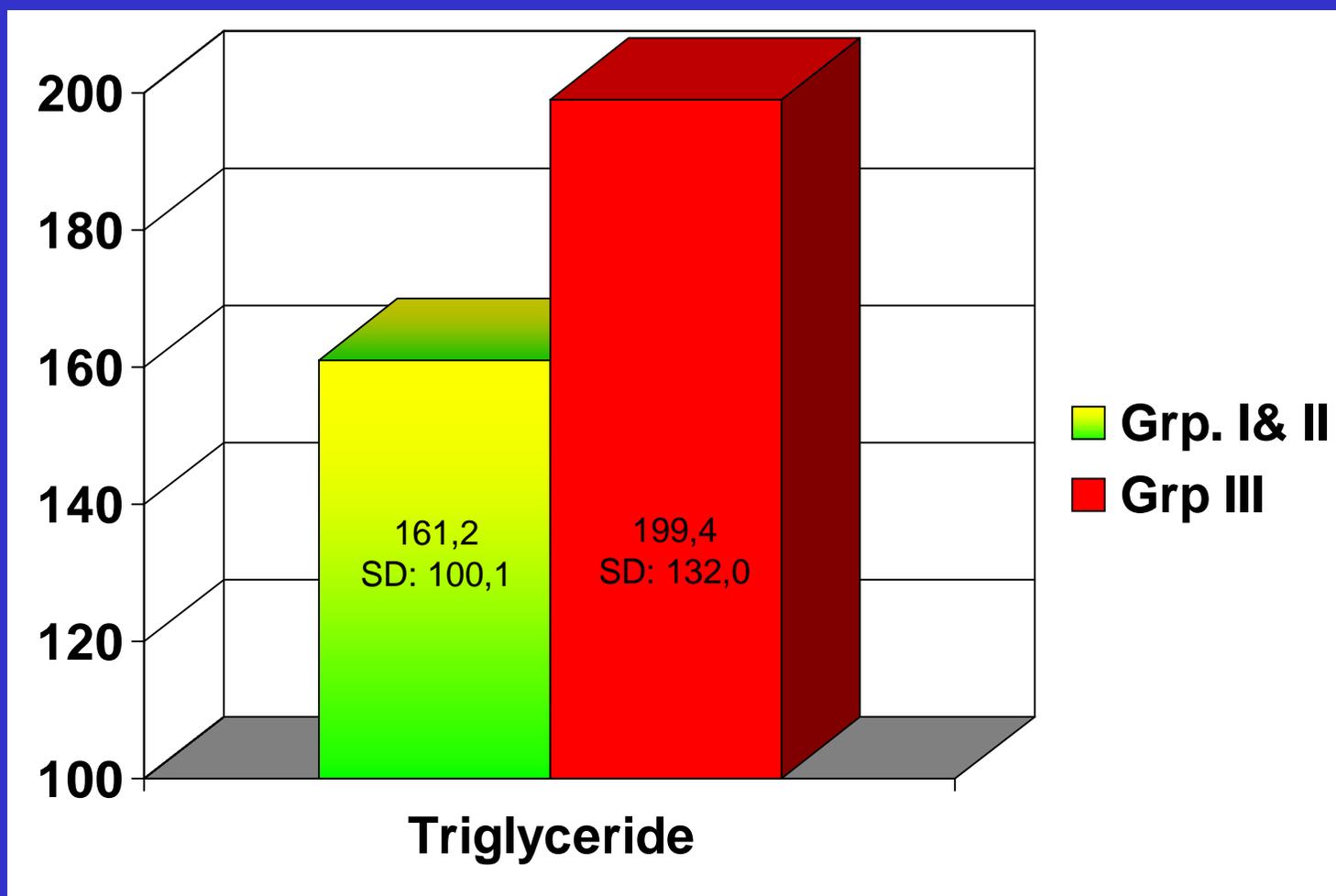




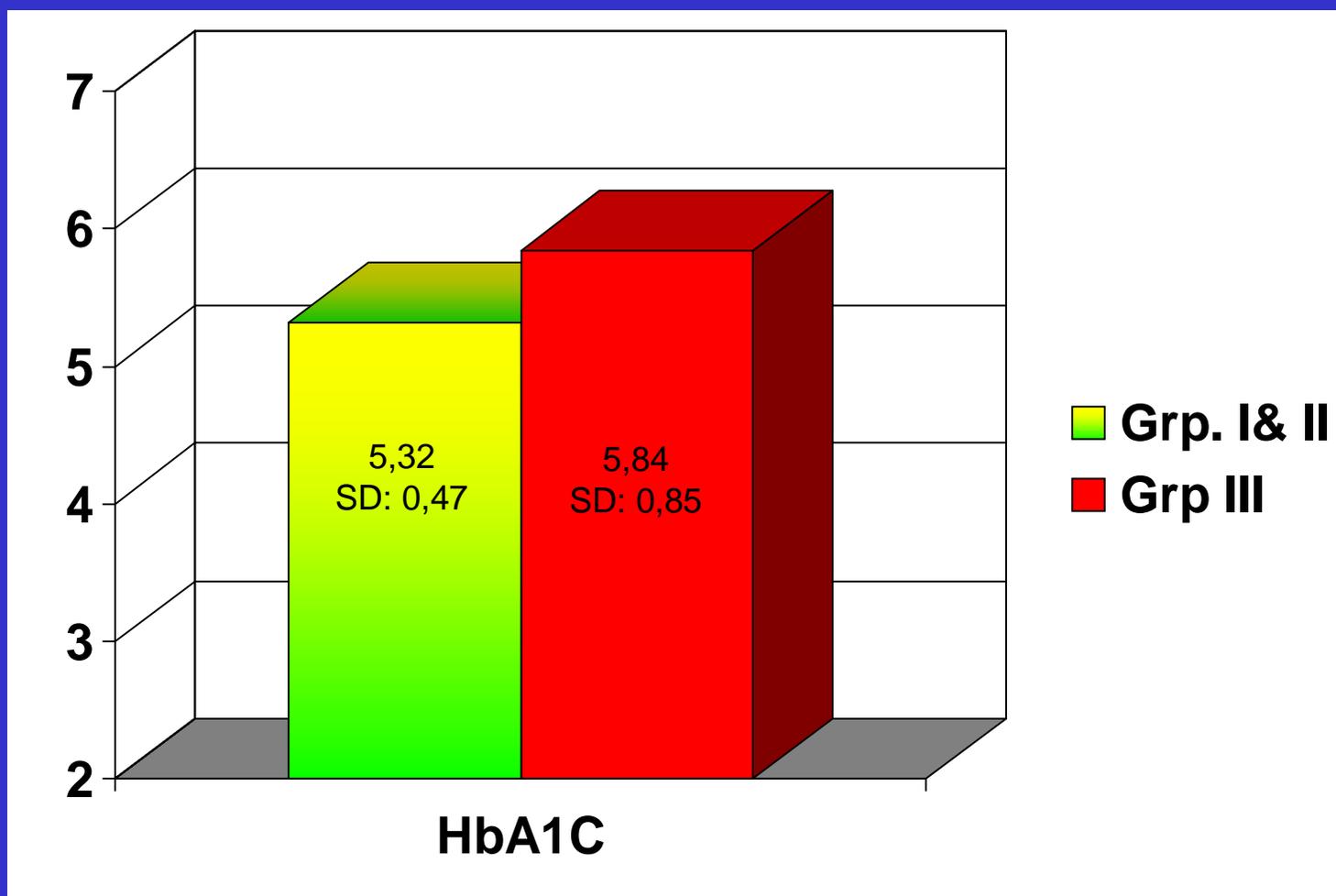
LDL-Cholesterin in der Kohortenstudie



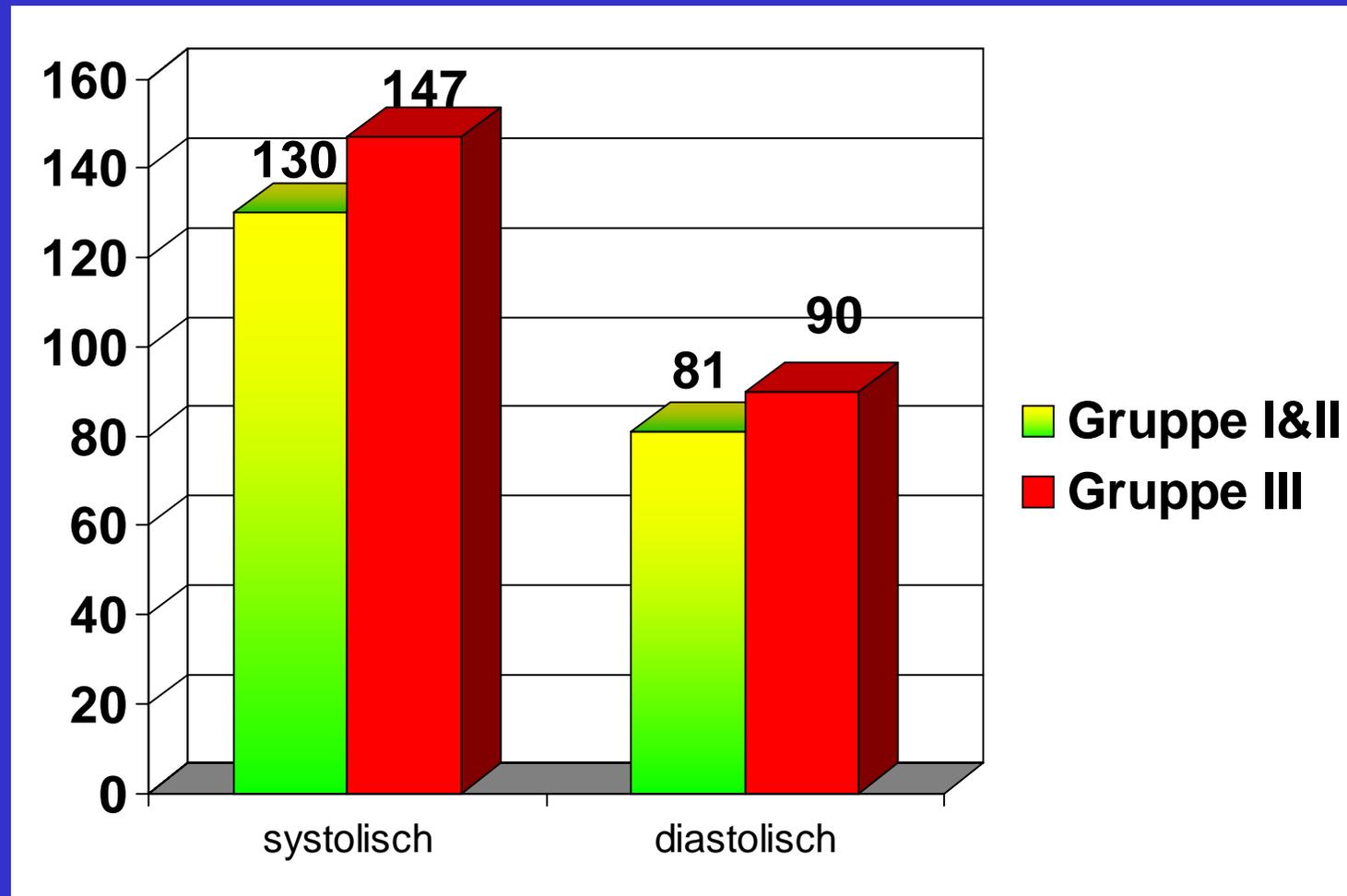
Triglyceride in der Kohortenstudie



HbA_{1c} in der Kohortenstudie

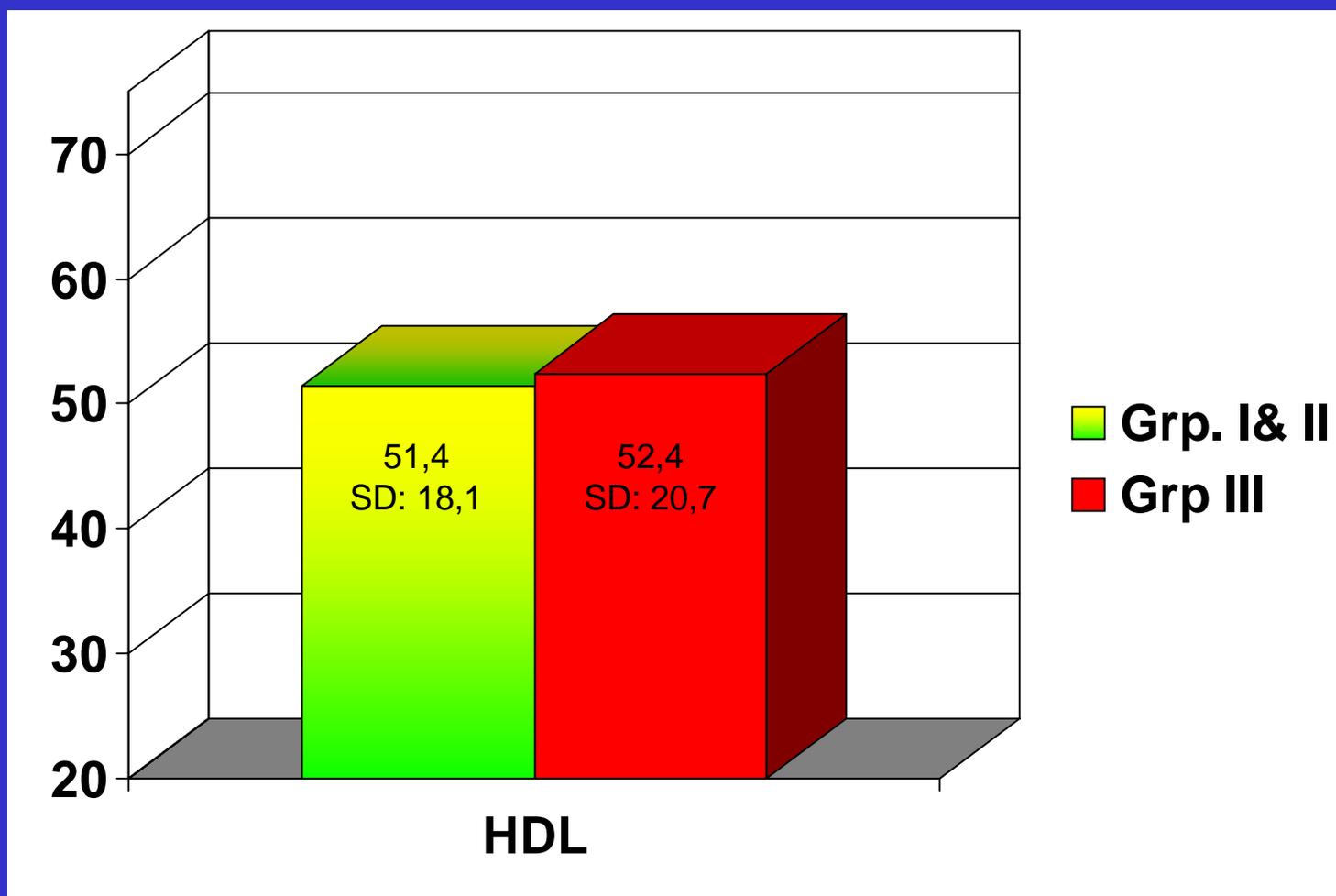


Blutdruck in der Kohortenstudie

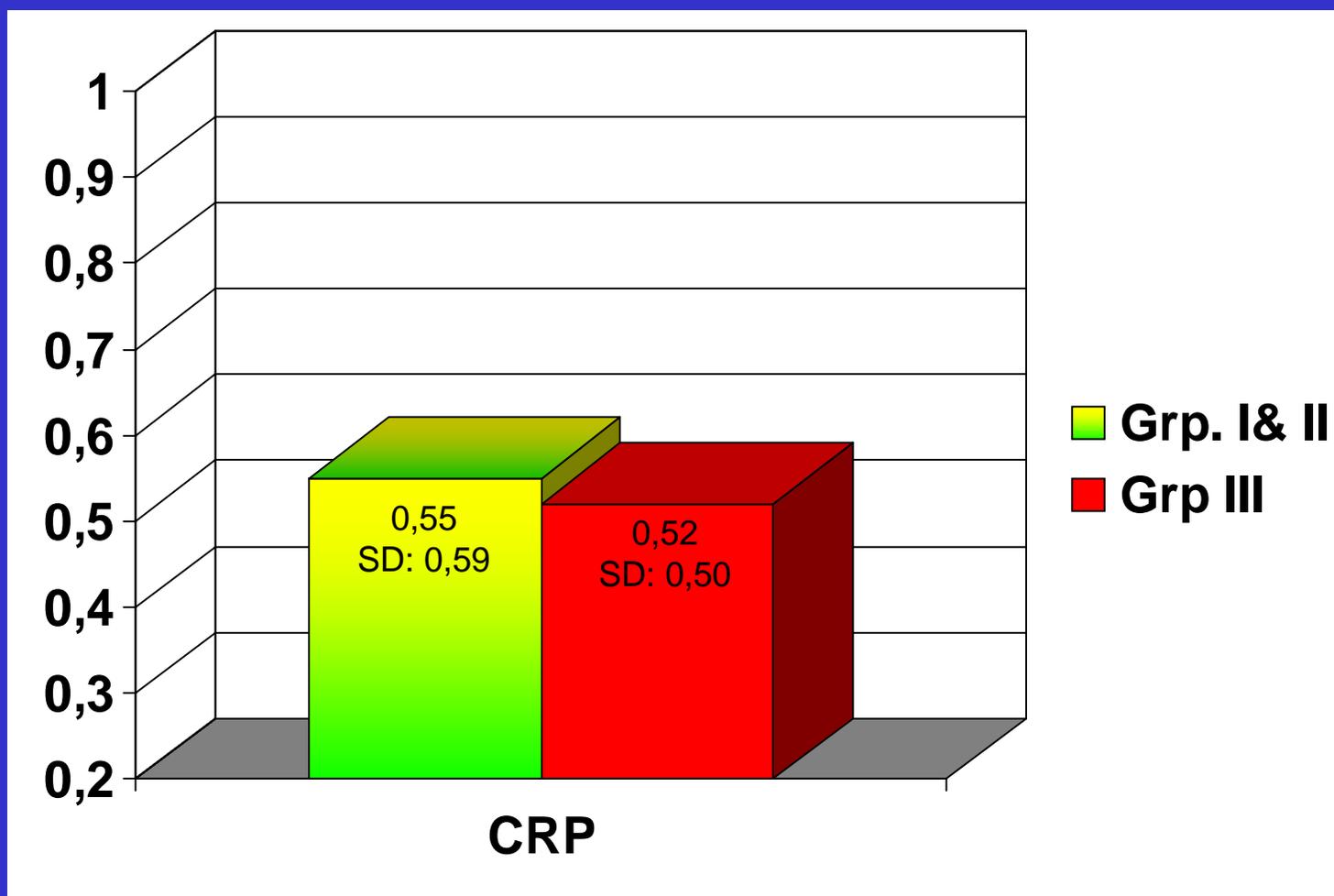




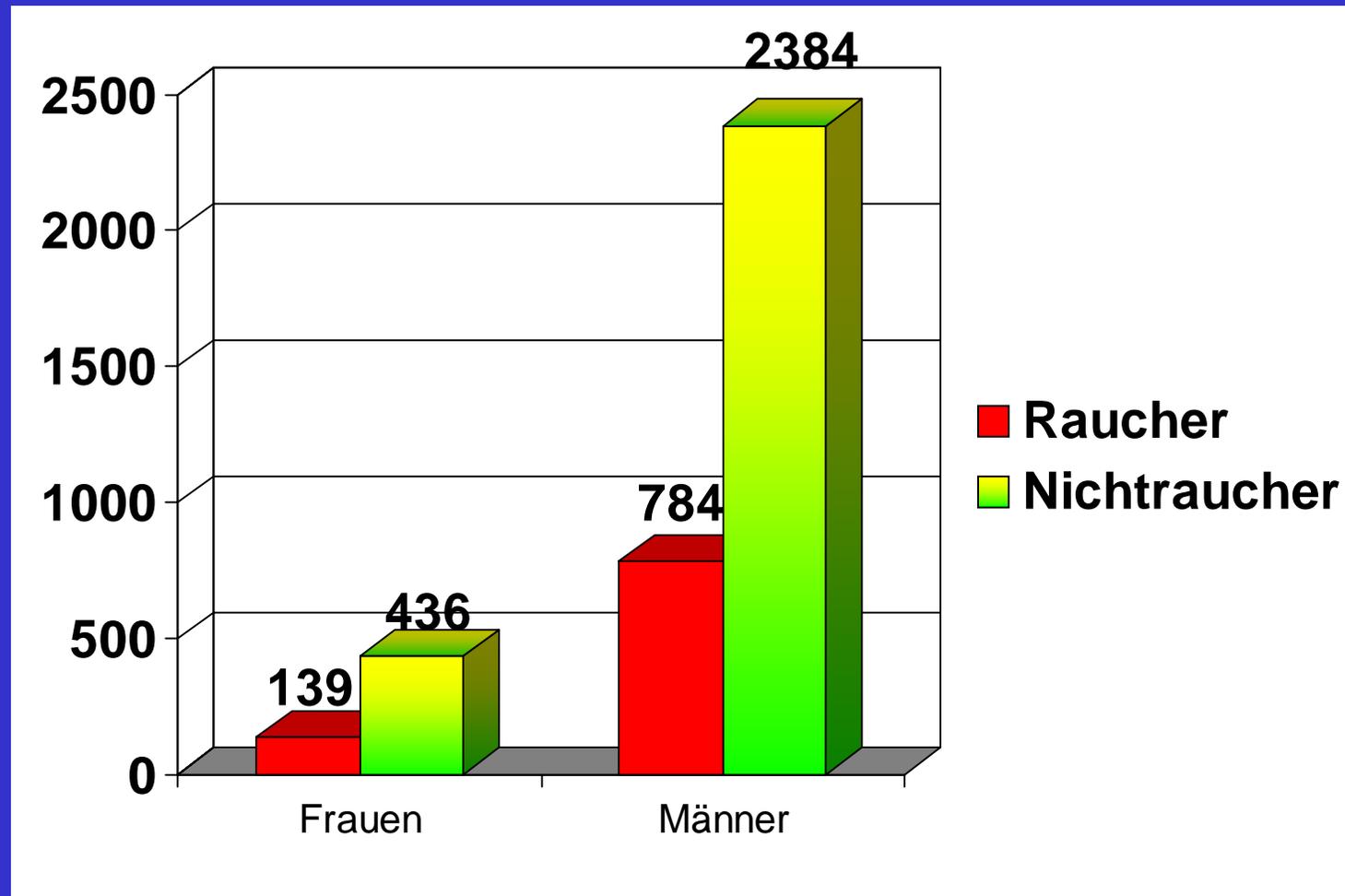
HDL-Cholesterin in der Kohortenstudie



CRP in der Kohortenstudie



Raucher in der Kohortenstudie





Risikoverteilung in der PräFord-Studie - Zusammenfassung

- Doppelt so viele Männer (14,0 %) haben ein erhöhtes kardiovaskuläres Risiko wie Frauen (7,5%).
- Das kardiovaskuläre Risiko nimmt mit dem Alter und dem BMI zu.
- Das kardiovaskuläre Risiko sinkt mit steigendem Ausbildungsstand.
- Türkische Teilnehmer haben ein relativ höheres Risiko als Deutsche und andere Europäer
- Es fanden sich positive Zusammenhänge in der Risikoverteilung zum Gesamtcholesterin, LDL-Cholesterin und Triglyceriden, HbA_{1c} sowie bei der Blutdruckregulation.
- Keine Zusammenhänge fanden sich beim HDL-Cholesterin und beim CRP.
- Der Raucheranteil betrug 24,7 % bei Männern und 24,2 % bei Frauen.



Aussichten der PräFord-Studie

Durch ein neuartiges, berufsbegleitendes Reha-Angebot, hoffen wir, die Risikoverteilung in der „Interventionsgruppe PräFord“ nachhaltig zu beeinflussen !

Parallel zum Einschluss etwa weiterer 5.000 Teilnehmer in die Kohortenstudie, haben wir mit der klinischen Interventionsstudie im Juli 2004 (Hochrisikokollektiv) begonnen

Grundlage: ambulant, multimodal, insgesamt 82,5 Therapiestunden; pro Therapietag 2,75 Stunden = 30 Therapietage
⇒ 15 Therapiewochen à 2 Therapietage/Woche.

Voruntersuchung (vor Beginn des Programms) mit Anamnese, körperlicher Untersuchung, individueller kardiologischer Funktions- und Leistungsdiagnostik (EKG, Echo, Ergo, Lufo, Labor).

15 Wochen ambulante berufsbegleitende Rehabilitationsmaßnahme

Abschlußuntersuchung: (in der letzten Programm-Woche) individuelle kardiologische Funktions- und Leistungsdiagnostik (EKG, Echo, Ergo, Lufo, Labor) und individuelles Arztgespräch.

Zum Ende der Rehabilitationsmaßnahme wird ein Rehabericht mit sozialmedizinischer Beurteilung nach den einheitlichen Richtlinien der BfA und LVAen erstellt.

1. **Seminare/Schwerpunktsprechstunden zur Wissensvermittlung**

(14 Termine à 60 – 120 Minuten = 15 Stunden)

1.1. **Ernährungsberatung** (6 Termine à 60 – 120 Minuten)

Manualisierte, verhaltensorientierte Vermittlung von Ernährungsinformationen, alltags- und praxisorientiert in Anlehnung an die Empfehlungen der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE), der Unabhängigen Gesundheitsberater (UGB), der Adipositasgesellschaft, Hochdruckliga und Lipidliga.

1.2. **Gesundheitstraining** Medizinische Themen

(8 Termine à 60 Minuten)

Allg. Risikofaktoren-Modell (1), Erkrankungen des HKS (1), Ziele der Rehabilitation (1), weiterführende Maßnahmen, **flexibles Modul:** Schwerpunktsprechstunde Rauchen, Hypertonie, Diabetes Mellitus, Adipositas (5).

2. Sport- und Bewegungstherapie

(32 Termine à 60 bzw. 90 Minuten = 39 Stunden)

2.1. Praktische Übungen (30 Termine à 60 – 90 Minuten);

Ausdauer und Geländetraining (Ergometertraining; Lauftraining, geführte Wanderungen) Gymnastik (Koordination, Flexibilität, Muskelaufbautraining); präventive Rückenschule, entschärfte Spiele ohne Wettkampfcharakter

2.2. Gesundheitstraining (2 Seminare á 60 Minuten); Anleitung zum selbständigen Training; Initiierung, Vermittlung geeigneter in ambulante Herzgruppe

3. Psychotherapeutische Elemente

(25 Termine à 30 – 60 Minuten = 19,5 Stunden)

3.1. **Gesundheitstraining:** Salutogenese, Motivation zur Umstellung des Gesundheitsverhaltens (1 Termin à 90 Minuten)

3.2. Manualisierte Psychoedukation und Selbsterfahrung (LifeSkills nach V. & R.B. Williams) zur Förderung der Selbst- und Beziehungsregulierung in Beruf und Familie (12 Termine à 60 Minuten)

3.3. Entspannungsverfahren Progressive Muskelentspannung nach Jacobson (12 Termine à 30 Minuten),

4. **Sozialberatung** (1 Termin à 30 Minuten)

5. **Ärztliche Visite** (täglich, Chefarztvisite in regelmäßigen Abständen)

nach Bedarf:

- Raucher werden einem evaluierten Raucherentwöhnungsprogramm zugeführt (Prof. Haustein, Institut für Nikotinforschung und Raucherentwöhnung in Erfurt)
- Adipositas, Diabetes mellitus, Bluthochdruck und Fettstoffwechselstörungen werden entsprechend den Leitlinien der jeweiligen Fachgesellschaften behandelt. Bei Bedarf nimmt der Patient an indikationsspezifischen Schulungsmodulen (Adipositasgruppe, Bluthochdruckgruppe, Diabeterschulung,) teil. **Bei Vorhandensein von mehreren behandlungsbedürftigen kardiovaskulären Risikofaktoren und Multimorbidität werden die Kernelemente der Patientenschulung nach Priorität (Wirksamkeit, Notwendigkeit) aufeinander abgestimmt.**
- bei speziellen Indikationen **Physiotherapie** (Krankengymnastik; Massagen und Elektrotherapie)
- bei spezieller Indikation und Bedarf individuelle Ernährungsberatung
- zusätzliche ärztliche Sprechstunde, individuelle Sozialberatung und Hilfeleistung,
- individuelle psychologische Beratung

| 1. Woche | | 2. Woche | | 3. Woche | |
|--|--|---|--|---|--|
| 1. Tag | 2. Tag | 3. Tag | 4. Tag | 5. Tag | 6. Tag |
| | Arztvisite 15 Min | Arztvisite 15 Min | Chefarztvisite 15 Min | Arztvisite 15 Min | Arztvisite 15 Min |
| Vorstellung der Patienten / Teamvorstellung, Erkundung der Räumlichkeiten (30-45 Minuten) <i>Team</i> | Bewegungs- und Sporttherapie (60 Minuten) <i>SP</i> | Gesundheitstraining Krankheitsinfo (Risikofaktoren von HKL-Erkrankungen) (60 Minuten) <i>A</i> | Bewegungs- und Sporttherapie (60 Minuten) <i>SP</i> | Gesundheitstraining/ Ernährungsberatung Ernährungsabhängige Risikofaktoren <i>OecothorologIn</i> (60 Minuten) <i>(Oe)</i> | Bewegungs- und Sporttherapie (60 Minuten) <i>SP</i> |
| Einführung in Zielsetzung der Maßnahme (45-60 Minuten) <i>Arzt (A)</i> | Gesundheitstraining Salutogenese/ Motivation zur Umstellung des Gesundheitsverhaltens (90 Minuten) <i>PsychologIn (P)</i> | Bewegungs- und Sporttherapie (90 Minuten) <i>SP</i> | Entspannungs- training (30 Minuten) <i>P</i> | Bewegungs- und Sporttherapie (90 Minuten) <i>SP</i> | Entspannungs- training (30 Minuten) <i>P</i> |
| Bewegungs- und Sporttherapie (60 Minuten) <i>SportlehrerIn (SP)</i> | | | LifeSkills (60 Minuten) <i>P</i> | | LifeSkills (60 Minuten) <i>P</i> |

Erste Ergebnisse der
Interventionsstudie
werden 2005 vorliegen



Risikoverteilung in der Kohortenstudie nach Ausbildung

