

# Herz-Kreislauf-Erkrankungen aus psychologischer Sicht. Eine (neue) Chance für die Klinische und Gesundheitspsychologie

Psychological Perspectives on Cardiovascular Diseases: A (New) Opportunity for Clinical and Health Psychology

Andreas Schwerdtfeger & Martha Schneider

Themenschwerpunkt Public Health

## Zusammenfassung

Herz-Kreislauf-Erkrankungen zählen zu den häufigsten Todesursachen in industrialisierten Ländern. Neben genetischen Faktoren werden vor allem ein ungesunder Lebensstil (z. B. Rauchen, Bewegungsmangel, Übergewicht) sowie verschiedene psychosoziale Faktoren mit der Entstehung und dem Verlauf kardiovaskulärer Erkrankungen assoziiert. Hierbei dominierte lange Zeit eine defizitorientierte Sichtweise, die Merkmale wie Schlafmangel, Feindseligkeit, Depressivität, Angst und Stress als Antezedenzen kardiovaskulärer Ereignisse identifizierte. Diese Sichtweise wird in neuerer Zeit ergänzt durch einen positiven Zugang unter Berücksichtigung von psychosozialen Ressourcenvariablen, wie beispielsweise Stressresilienz, Optimismus, Wohlbefinden, Lebenssinn und soziale Eingebundenheit. Erste Befunde zu den Effekten sind vielversprechend und lassen das salutogene Potenzial dieser Variablen erahnen. Nach wie vor genießen – aufgrund nachgewiesener Wirksamkeit – Lebensstilmodifikationsprogramme zu Recht Priorität in der Behandlung kardiovaskulärer Erkrankungen. Empirische Studien zeigen darüber hinaus, dass psychosoziale Interventionen in der Prävention und Rehabilitation wichtige Bausteine darstellen können. Für die Klinische und die Gesundheitspsychologie ergeben sich daraus wichtige Handlungsfelder in der ressourcenorientierten Gesundheitsförderung, Prävention und Rehabilitation kardiovaskulärer Erkrankungen, der Behandlung psychischer Beeinträchtigungen nach einem kardiovaskulären Ereignis sowie der nachhaltigen Lebensstilumstellung.

## Abstract

Cardiovascular diseases are among the leading causes of death in industrialized countries. In addition to genetic fac-

tors, an unhealthy lifestyle (including smoking, physical inactivity, obesity) and various psychosocial factors have been associated with the development and course of cardiovascular diseases. Deficit-oriented approaches analyzed hostility, depression, anxiety and stress as antecedents and consequences of cardiovascular diseases. This view is more recently complemented by positive psychosocial resources, such as stress resilience, optimism, well-being, purpose of life, and social embeddedness. First empirical evidence supports the salutogenic potential of these variables. Lifestyle change interventions predominate treatment approaches due to their comparably robust effects. Moreover, empirical studies suggest that psychosocial interventions in prevention and rehabilitation could increase effectiveness of such programs. Consequently, clinical and health psychology could contribute in a relevant way to resource-oriented health promotion, the prevention and rehabilitation of cardiovascular diseases, the treatment of psychological impairments following a cardiovascular event, and to support sustainable lifestyle change.

## 1. Herz-Kreislauf-Erkrankungen: Hintergründe & Epidemiologie

Herz-Kreislauf-Erkrankungen stellen die häufigste Todesursache in industrialisierten Ländern dar, mit etwa 4 Millionen Todesfällen alleine in Europa (European Heart Network, 2017). In Österreich sind Herz-Kreislauf-Erkrankungen die führende Todesursache bei beiden Geschlechtern (Statistik Austria, 2017). Zu kardiovaskulären Erkrankungen zählen Bluthochdruck, Herzrhythmusstörungen, Atherosklerose, Myokardinfarkte sowie Schlaganfälle. Die kardiovaskuläre Mortalität hat in den westlichen Industrieländern seit den 70er-Jahren stetig abgenommen (Levi, Lucchini, Negri & La, 2002). Dieser Trend ist auch in Österreich