

## Der Beweis in Zahlen: „Heilsamer Schock“ und intensive Betreuung senken das Herzinfarkt-Risiko

**Analyse der SBK: Herz-Hochrisikogruppe hat sich in nur einem Jahr deutlich verbessert**

**München, 15. November 2010. Prävention zahlt sich aus, vor allem für die Betroffenen. Das belegt die Siemens-Betriebskrankenkasse SBK anhand von Analysen aus ihrem Herzprogramm SBK CardioPro. In nur einem Jahr können Teilnehmer ihr hohes Herzinfarktrisiko deutlich verringern: Viele kriegen ihre Cholesterinwerte besser in den Griff und hören mit dem Rauchen auf.**

Die SBK analysierte die Daten von 10.800 Teilnehmern am Programm CardioPro. An dessen Beginn steht ein Risikocheck beim Hausarzt. Zunächst werden dabei die klassischen Risikofaktoren für Herzerkrankungen wie Alter, familiäre Belastung, Rauchen und Cholesterinwerte untersucht. Daraus wird ein statistisches Risikoprofil erstellt und errechnet, wie wahrscheinlich es ist, dass der Patient in den nächsten 10 Jahren einen Herzinfarkt oder einen plötzlichen Herztod erleidet. Im Schnitt haben 71 % der Teilnehmer am Risikocheck ein niedriges Risiko, für 18 % zeigt sich ein mittleres Risiko und für 11 % wird ein hohes Risiko ermittelt.

Für die Hochrisikanten scheint dieses Ergebnis ein heilsamer Schock zu sein: Innerhalb eines Jahres wurde das Risikoprofil erneut erstellt, und hier wies diese Gruppe die größten Erfolge auf. Wichtigste Verbesserung: die leidigen Cholesterinwerte. Die Teilnehmer aus der Hochrisikogruppe konnten das „schlechte Cholesterin“ LDL von durchschnittlich 156 mg/dl auf 131 herunter schrauben, das „gute Cholesterin“ HDL stieg von 49 auf 51. Und für manche markierte der Risikocheck mit seinem ernüchternden Ergebnis den Einstieg in ein rauchfreies Leben: In einem Jahr sank der Raucheranteil von 21 % auf 15 %. Sogar beim systolischen (oberen) Blutdruckwert verbesserten sich die CardioPro-Teilnehmer: durchschnittlich 139 mmHg statt vorher 146. Nach nur einem Jahr kam die gute Nachricht für die SBK-Versicherten: Ihr statistisches Risiko für einen Herzinfarkt ist um ein Drittel gesunken.

Apropos heilsamer Schock: Bei Teilnehmern mit mittlerem Herzinfarktrisiko blieb der wohl weitgehend aus. In dem analysierten einen Jahr sank ihr Risiko nur minimal.

### Themenwochen Herz

Im Oktober 2010 hat die SBK ihre Themenwochen „Starkes Herz“ gestartet und bietet ihren Versicherten und allen Interessierten den Herbst und Winter hindurch Vorträge und Aktionen in ihren Geschäftsstellen und in Betrieben sowie umfassendes Informationsmaterial über Risiko, Prävention und Behandlung von Herzkrankheiten. Im Mittelpunkt stehen die vier Bausteine eines herzgesunden Alltags: Bewegung, Ernährung, Stressmanagement und die Raucherentwöhnung. Damit bekommen Interessierte nicht nur einen Überblick über die Erkrankungen sondern auch gleich ganz konkrete Tipps, wie sie diesen vorbeugen können.

Weitere Informationen finden Sie unter [www.sbk.org/starkesherz](http://www.sbk.org/starkesherz).

### Über die SBK:

Die Siemens-Betriebskrankenkasse SBK ist eine geöffnete, bundesweit tätige Betriebskrankenkasse, sie ist mit fast 1 Million Versicherten die zweitgrößte Betriebskrankenkasse Deutschlands und gehört zu den 20 größten Krankenkassen bundesweit. Die SBK ist mit über 100 Geschäftsstellen und über 1.300 Mitarbeitern nahe bei ihren Kunden. Sie betreut ferner über 100.000 Firmenkunden bundesweit. In der mehr als 100-jährigen Geschichte der SBK stand und steht der Mensch immer im Mittelpunkt ihres Handelns. Sie unterstützt auch heute ihre Kunden bei allen Fragen rund um die Themen Versicherung, Gesund bleiben und Gesund werden. Dies bestätigen auch die Kunden. Beim Wettbewerb „Deutschlands kundenorientierteste Dienstleister“ gehört die SBK seit Jahren zu den Besten, erreichte 2010 Platz 1 unter den Krankenkassen. Ebenfalls auf Platz 1 bei der Kundenzufriedenheit steht die SBK beim Kundenmonitor 2010 mit 8.000 befragten Versicherten. Gleichzeitig konnte sich die SBK im Wettbewerb „Deutschlands beste Arbeitgeber“ 2010 erneut unter den besten 100 Unternehmen platzieren. Sie erreichte den 6. Platz in der Kategorie der Unternehmen mit 501 bis 2.000 Mitarbeitern.

### Für Rückfragen:

SBK  
Franz Billinger  
Leiter Unternehmenskommunikation, Pressesprecher  
Heimeranstraße 31  
80339 München  
**Telefon:** +49 (0) 89 62700-488  
**E-Mail:** franz.billinger@sbk.org  
**Internet:** www.sbk.org

### Besuchen Sie uns im Internet und diskutieren Sie mit:



[www.sbk.org](http://www.sbk.org)



[www.facebook.com/SBK](http://www.facebook.com/SBK)



[twitter.com/Siemens\\_BKK](http://twitter.com/Siemens_BKK)