

# Lageplan

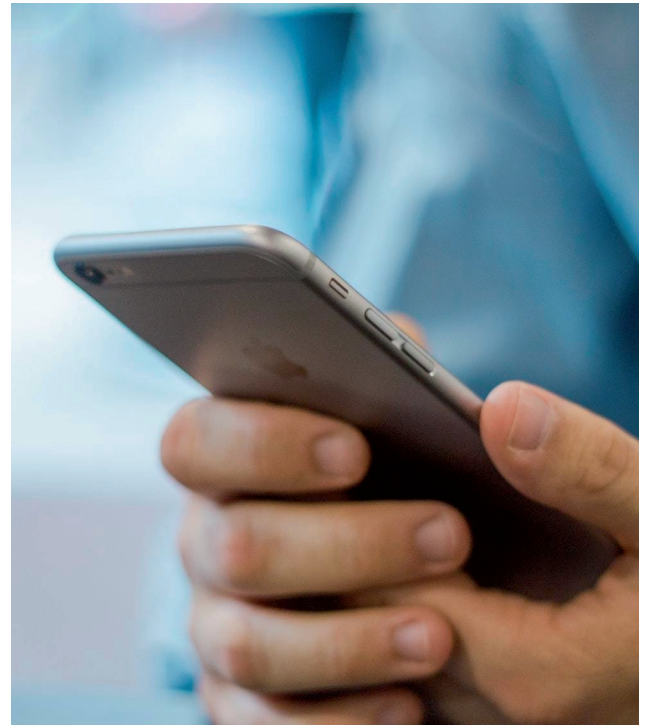
Universitätsmedizin Mainz



**Universitätsmedizin**  
der Johannes Gutenberg-Universität Mainz,  
Langenbeckstr. 1, 55131 Mainz

Klinik und Poliklinik für Psychosomatische Medizin und  
Psychotherapie

Auf unserer Homepage [www.unimedizin-mainz.de](http://www.unimedizin-mainz.de) finden  
Sie Anfahrtsskizzen sowie mögliche Busverbindungen.



Klinik und Poliklinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie

## Studie für Patienten nach einem Herzinfarkt

**STUDIEN-  
TEILNEHMER FÜR  
SMS-NACHSORGE  
GESUCHT**

Unser Wissen für Ihre Gesundheit

**JG|U** UNIVERSITÄTS**medizin.**  
MAINZ

# Studie für Patienten nach einem Herzinfarkt

## Gesünder leben durch mehr Bewegung

Mit diesem Flyer wenden wir uns an Patienten, die nach einem Herzinfarkt Interesse an einer unterstützenden Maßnahme haben.

Für die Risikosenkung eines Herzinfarkts, ebenso für die Langzeitprognose nach einem Herzinfarkt gilt, dass Bewegung und andere gesundheitsförderliche Maßnahmen schon in kleinem Umfang einen entscheidenden Anteil und einen positiven Einfluss haben können.

Im Alltag gestaltet es sich allerdings oft schwierig, eine gesündere Lebensführung konsequent umzusetzen und durchzuhalten. Häufig sind berufliche und private Verpflichtungen dafür verantwortlich.

Mit unserer Studie möchten wir versuchen die Motivation und die Umsetzung von gesünderen Verhaltensweisen zu fördern.

Gesundheitsprogramme, die auf dem Handy bzw. Smartphone durchgeführt werden, können dabei eine einfache Möglichkeit sein, Patienten nach einem Herzinfarkt einige Tipps und Tricks zur Gesundheitsförderung näherzubringen.

Wir wollen untersuchen, ob die körperliche Aktivität und das psychische Wohlbefinden durch ein SMS-basiertes Programm verbessert werden kann.

## Wie sieht die Teilnahme aus?

Als Teilnehmer erhalten Sie über 14 Tage täglich eine Textnachricht auf Ihr Handy, die kurze Übungen oder Ratschläge zur Erhöhung der körperlichen Aktivität bzw. der Verbesserung der Stimmung enthält. Zu Beginn, am Ende und 2 Wochen nach dem SMS-Programm nehmen die Teilnehmer an einem kurzen Telefoninterview mit einem Studienmitarbeiter teil. Im Anschluss an das erste Telefoninterview startet das 14-tägige Programm. Nach dem dritten Telefoninterview endet die Teilnahme an der Studie.

**Es entstehen keine gesundheitlichen Risiken durch die Teilnahme. Alle Daten werden selbstverständlich vertraulich behandelt.**

## Wer kann an der Studie teilnehmen?

- Alle Patienten nach einem Herzinfarkt,
- die im Zentrum für Kardiologie behandelt wurden und
- die im Besitz eines Handys/Smartphones sind.

## Sie möchten an der Studie teilnehmen?

**Dann lesen Sie bitte die beigelegte Patienteninformation und schicken Sie uns Ihre ausgefüllte und unterschriebene Einwilligung zur Teilnahme mit dem frankierten Rückumschlag zurück. Wir melden uns dann zeitnah bei Ihnen!**

**Für weitere Fragen zur Studie melden Sie sich gerne telefonisch unter 06 131 17-3376 oder per Mail an [mobile-nachsorge@unimedizin-mainz.de](mailto:mobile-nachsorge@unimedizin-mainz.de) bei unserem Studienteam.**

**AG Rehawissenschaften & E-Mental-Health  
Organisation und Kontakt**

**Studienleiter: Dr. Rüdiger Zwerenz  
Telefon: 06 131 17-5981**

**Studienmitarbeiterin: M. Sc. Psych. Carlotta Baumgarten  
Telefon: 06 131 17-3376**