



HERZBLATT

Leben mit angeborenem Herzfehler | Deutsche Herzstiftung e.V.

1.2026

Geschwisterkinder

Gesunde Brüder und Schwestern
in Herzfamilien sehen und stärken

Mit
Nähanleitung
für ein
Kängurukind

Porträt

Das Leben annehmen

Begegnung

Die Gefühlemalerin

Forschung

Coaching vor Herz-OP

WAS MACHT EIGENTLICH ...

... das Expertenforum

Kindersportkardiologie?

Sport ist für Kinder und Jugendliche weit mehr als nur Bewegung – er stärkt das Selbstbewusstsein, fördert die soziale Integration und wirkt sich positiv auf die körperliche und psychische Gesundheit aus. Doch was gilt, wenn ein Kind mit einem angeborenen Herzfehler lebt? Wann ist Sport erlaubt, wann gefährlich? Genau hier setzt das Expertenforum Kindersportkardiologie an – ein interdisziplinäres Gremium, das Ärztinnen und Ärzten bei schwierigen Entscheidungen zur Sporttauglichkeit von Herzkindern beratend zur Seite steht.

Unabhängige Einschätzung zur Sporttauglichkeit

Das Expertenforum ist eine Kooperation der Deutschen Gesellschaft für Pädiatrische Kardiologie und Angeborene Herzfehler e.V. (DGPK) und der Deutschen Herzstiftung mit ihrer Kinderherzstiftung. Es wurde gegründet, um den interkollegialen Austausch zu fördern und eine fundierte, unabhängige Einschätzung zur Sportfähigkeit herzkranker Kinder und Jugendlicher zu ermöglichen.

Ziel sollte eine möglichst risikoarme, aber gleichzeitig wenig restriktive Teilnahme an sportlicher Aktivität sein, egal ob in der Schule, im Verein oder vielleicht sogar beim Leistungssport. Aus Unsicherheit oder Angst vor Komplikationen wird nicht selten auf Bewegung verzichtet, mit negativen Folgen nicht nur für die motorische, sondern auch für die psychische und kognitive Entwicklung der Kinder. Kognitiv meint Fähigkeiten wie Lernen und Problemlösen.

Von den behandelnden Medizinern zu den Familien

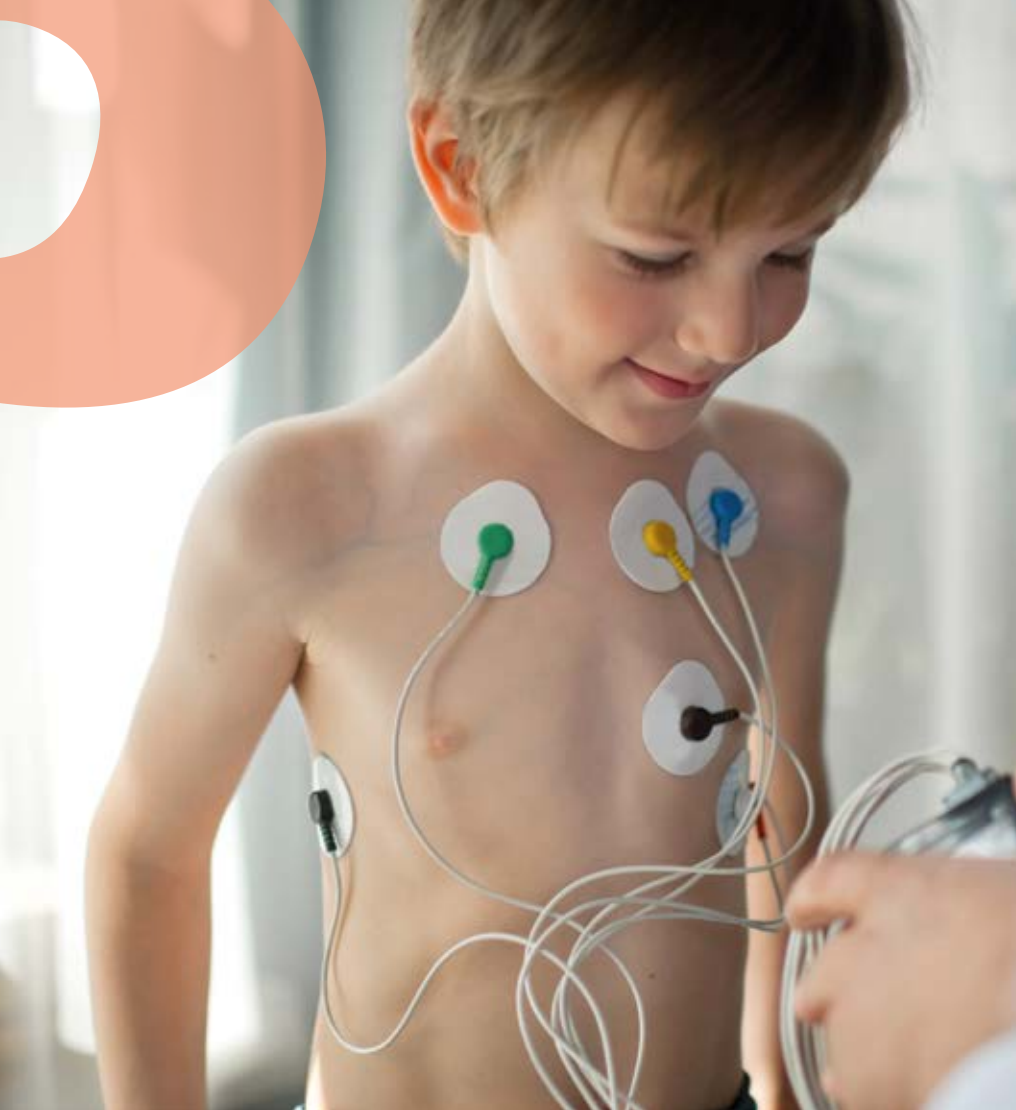
Das Angebot richtet sich ausschließlich an medizinisches Fachpersonal, insbesondere an Kinderkardiologinnen und -kardiologen, die mit der Frage konfrontiert werden, ob ein Kind mit Herzfehler sportlich aktiv sein darf. Eltern oder Betroffene können das Forum nicht direkt kontaktieren, sondern müssen sich an ihren Kinderkardiologen wenden.

Die Anfrage erfolgt über ein Formular auf der Internetseite der Kinderherzstiftung. Hier werden die medizinischen Unterlagen des Patienten – idealerweise mit Bildmaterial wie Echo-Befunden, EKG-Kurven und/oder MRT- oder CT-Bilder – eingereicht. Alle Angaben werden streng vertraulich behandelt! In der Regel erhalten die anfragenden Ärzte innerhalb von einer Woche die Antwort über die Kinderherzstiftung.

Welche Fragen werden beantwortet?

- >> Darf das Kind mit diesem bestimmten Herzfehler überhaupt am Schulsport teilnehmen?
- >> Welche Sportarten sind bei einer spezifischen Diagnose empfehlenswert oder nicht geeignet?
- >> Ist Leistungssport bei diesem Jugendlichen nach operiertem Herzfehler möglich?
- >> Welche Belastungsgrenzen sind zu beachten?
- >> Wie ist mit grenzwertigen Befunden umzugehen?

Die Beratung erfolgt anonymisiert und unabhängig. Mindestens drei sportmedizinisch erfahrene Fachärzte diskutieren jeden Fall im sogenannten „Sechs-Augen-Prinzip“. Die Empfehlung kann eine uneingeschränkte Sportfreigabe, eine Teilnahme mit Auflagen oder eine begründete Ablehnung beinhalten.



Wichtig:

Die Entscheidungshoheit bleibt stets bei der behandelnden Praxis oder Klinik! Das Forum liefert eine fachliche Orientierung, keine rechtsverbindliche Entscheidung.

Warum ist dieses Forum so wichtig?

Die medizinische Einschätzung zur Sporttauglichkeit bei Herzkindern ist oft komplex. Einerseits besteht das Risiko, dass körperliche Belastung bestehende Herzprobleme verschärft. Andererseits zeigen Studien, dass kontrollierte Bewegung die Lebensqualität und Prognose deutlich verbessern kann. Das Expertenforum hilft, diese Gratwanderung sicher zu meistern. Zudem entlastet es niedergelassene Ärzte, die sich bei schwierigen Fällen oft allein gelassen fühlen – insbesondere wenn es um Leistungssport oder rechtliche Absicherung geht. Die Empfehlungen des Forums bieten hier eine wertvolle Unterstützung.

Kai Ruenbrink

Interessierte Kinderkardiologen können sich über **expertenforum-kindersportkardiologie.de** an das Expertenforum wenden.

Gründer und feste Experten des Forums:

Prof. Dr. med. Stephan Gerling
Kinderkardiologe und Sportmediziner, Regensburg

PD Dr. med. Nicole Müller
Kinderkardiologin und Sportmedizinerin, Bonn

Prof. Dr. med. Christian Paech
Kinderkardiologe, Kinderrhythmologe, Kindersportmediziner, Leipzig

PD Dr. med. Dr. rer. biol. hum. Isabelle Schöffl
Kinderkardiologin, Sportmedizinerin, Sportwissenschaftlerin, Erlangen

Unterstützt werden sie von drei rotierenden Experten:

Dr. med. Peter Möller
niedergelassener Kinderkardiologe, Kiel

Prof. Dr. med. Jannos Siaplaouras
Pädiater, Fulda

Prof. Dr. med. Guido Piele
Sportkardiologe, Kinderkardiologe, EMAH-Kardiologe, Katar

Die Zusammensetzung des Forums soll perspektivisch weiter ausgebaut werden, um eine noch breitere Expertise abzudecken.

