

**Projekttitle**

**OptiCor – Optimising the treatment of chronic ischemic heart disease by training general practitioners to deliver very brief advice on physical activity**



Optimierung des Managements der koronaren Herzkrankheit durch Training von Hausärzt:innen in der Kurzberatung zur Steigerung der körperlichen Aktivität  
Studienwebsite: <https://www.opticor-study.info/>

**Forschungsbereich**

BMFTR-Nachwuchsgruppe Versorgungsforschung im Forschungsschwerpunkt "Patient-Arzt-Kommunikation"

**Studientyp, Design**

Entwicklung u. Evaluation einer komplexen Intervention  
**Stichworte:** Koronare Herzkrankheit, Körperliche Aktivität, Bewegung, hausärztliche Kurzberatung

**Studienregister:**  
[DRKS00031304 \(AP1\)](#)  
[DRKS00034641 \(AP5\)](#)  
[DRKS00034642 \(AP6\)](#)

**Projektbeschreibung**

**Hintergrund**

Regelmäßige Bewegung ist wirksam im Management der koronaren Herzkrankheit (KHK). Hausärztliche Kurzberatung zu Bewegung kann diese effektiv bei Patient:innen steigern. Die Nationale VersorgungsLeitlinie "Chronische KHK" empfiehlt daher, dass Hausärzt:innen ihren Patient:innen entsprechende Kurzberatung anbieten sollen. Es gibt jedoch Hinweise darauf, dass diese Empfehlungen zu selten umgesetzt werden. Ein Grund dafür scheint fehlendes Training von Ärzt:innen darin, diese Beratung zielgruppenspezifisch, wirksam und effizient anzubieten. Internationale Leitlinien empfehlen, dass Ärzt:innen darin trainiert werden solche Kurzberatung zu Bewegung anzubieten. Unklar ist, ob dies die Umsetzung der ärztlichen Kurzberatung auch effektiv steigert. Entsprechende Trainings sind kein Standard in der medizinischen Ausbildung in Deutschland, und die meisten Kurzberatungsansätze sind oft noch zu zeitaufwändig für die routinemäßige Umsetzung in der Hausarztpraxis.

**Studienziel**

Eingebettet in eine BMFTR-Nachwuchsgruppe Versorgungsforschung zielt das OptiCor-Projekt auf die Entwicklung und Evaluation einer Strategie (komplexe Intervention entlang der Empfehlungen des UK Medical Research Councils (MRC)) zur Überwindung der oben genannten Barrieren (fehlendes Training, Zeitmangel) ab.


OptiCor umfasst drei Studienphasen über 5 Jahre:

- Phase 1 (Jahr 1-3): Bedarfsanalyse, systematische Entwicklung der Intervention & vorbereitende Arbeiten für eine mögliche zukünftige Implementierung (Arbeitspaket (AP)1-AP4)
- Phase 2 (Jahr 2-3): Pilotierung der entwickelten Intervention (AP5)
- Phase 3 (Jahr 4-5): Evaluation der Wirksamkeit der Intervention (AP6)

**Methoden**

**AP1:** Deutschlandweite, repräsentative Befragung von Personen mit KHK zu Erhalt und Inhalt solcher Beratung

**AP2:** Qualitatives Forschungsdesign (Problemzentrierte Interviews & Fokusgruppen) mit Hausärzt:innen und KHK-Patient:innen zu persönlichen Erfahrungen und Haltungen, förderlichen und hinderlichen Faktoren der Umsetzung bzw. des Erhalts von Beratung zu Bewegung

	<p><b>AP3:</b> Theoriegestützte Entwicklung eines an die zielgruppenangepassten hausärztlichen Trainings in der Kurzberatung zu Bewegung</p> <p><b>AP4:</b> Gesundheitsökonomische Vorbereitung mit a) Entwicklung und Pre-Test eines "Discrete Choice Experiments" zur Erfassung von Outcome-Präferenzen bei Patient:innen mit KHK und b) Entwicklung eines Fragebogens zur "Inanspruchnahme von Gesundheitsversorgung" von Patient:innen mit KHK</p> <p><b>AP5:</b> Pragmatische cluster-randomisierte, kontrollierte Studie (cRCT) zur Evaluation der Wirksamkeit des Trainings auf die Umsetzungsraten hausärztlicher Kurzberatungen zu Bewegung in der Routineversorgung von Patient:innen mit KHK (primärer Endpunkt)</p> <p><b>AP6:</b> Vollständiger cRCT inkl. Erhebung gesundheitsökonomischer (vorbereitet in AP4) und prozessbezogener qualitativer Daten zu Erleichterung einer möglichen zukünftigen breiten Implementierung des Trainings</p>	
<b>Projektleitung</b>	Prof.in Dr. Sabrina Kastaun	
<b>Ansprechpartnerin/ Kontakt ifam</b>	Prof.in Dr. Sabrina Kastaun: <a href="mailto:Sabrina.Kastaun@med.uni-duesseldorf.de">Sabrina.Kastaun@med.uni-duesseldorf.de</a>	
<b>Projektbeteiligte</b>	<p>Sabrina Hoppe, M.Sc. Public Health</p> <p>Alicia Prinz, M.A. Soziologie</p> <p>Charline Fritz, M. Sc. Angewandte Gesundheitswissenschaften</p> <p>Rebecca Erhardt, M.Sc. Healthcare Policy, Innovation and Management</p> <p>Verena Fischer, B.Sc. Psychologie</p> <p>Prof.in Dr. Sabrina Kastaun (Leitung)</p>	
<b>Kooperationen</b>	<p><b>Intern</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Univ.-Prof. Dr. Dr. Andrea Icks; Institut für Versorgungsforschung und Gesundheitsökonomie, HHU Düsseldorf &amp; Institut für Versorgungsforschung und Gesundheitsökonomie, Deutsches Diabetes-Zentrum, Leibniz-Zentrum für Diabetes-Forschung an der HHU Düsseldorf</li> <li>• Univ.-Prof. Dr. Daniel Kotz; Forschungsschwerpunkt Suchtforschung und klinische Epidemiologie, Institut für Allgemeinmedizin, HHU Düsseldorf</li> <li>• Univ.-Prof. Dr. Oliver Kuß; Institut für Biometrie und Epidemiologie, Deutsches Diabetes-Zentrum, Leibniz-Zentrum für Diabetes-Forschung an der HHU Düsseldorf</li> <li>• Univ.-Prof. Dr. med. Stefan Wilm; Direktor des Instituts für Allgemeinmedizin, HHU Düsseldorf</li> </ul> <p><b>Extern</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Prof. Dr. Rik Crutzen; Behaviour Change &amp; Technology, Department of Health Promotion Maastricht University, Netherlands</li> <li>• Univ.-Prof. Dr. Norbert Donner-Banzhoff; Abteilung für Allgemeinmedizin, Präventive und Rehabilitative Medizin, Philipps-Universität Marburg</li> <li>• Univ.-Prof. Dr. Ute Mons, Klinik III für Innere Medizin, Medizinische Fakultät und Uniklinik Köln, Köln Universität zu Köln</li> </ul> <p><b>Patientenvertretung</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Anja Neuhaus, Leiterin der Herzgesprächsgruppe Düsseldorf, Düsseldorf</li> <li>• Ursula Kirchof, ehrenamtliche Beauftragten der Dt. Herzstiftung e.V.</li> </ul>	
<b>Projektlaufzeit</b>	05/2022 – 04/2027, 60 Monate	<b>Projektstatus:</b> laufend (AP1 – AP5 = abgeschlossen, AP6 läuft)
<b>Projektfinanzierung / -förderung</b>	 <p>1,736 Mio. €</p>	
<b>Ethikvotum</b>	<p>Erstvotum AP5 und AP6: April 2024 (Universitätsklinik Düsseldorf, 2024-2750);  Erstvotum AP4: Juni 2024 (Universitätsklinik Düsseldorf, 2024-2907);  Erstvotum AP2: März 2023 (Universitätsklinik Düsseldorf, 2022-2237); Erstvotum AP1: Juni 2023 (Universitätsklinik Düsseldorf, 2023-2321)</p>	

## Publikationen

### Artikel:

Hoppe S, Prinz A, Kotz D, Mons U, Kuß O, Crutzen R, Kastaun S. Physical activity advice from general practitioners in Germany: Findings from a cross-sectional population survey of individuals with chronic ischemic heart disease (OptiCor study). *BMJ Open*, 2026;0:e101017. <https://bmjopen.bmj.com/content/16/2/e101017.full>.

Kastaun S, Hoppe S, Crutzen R, Kotz D, Wilm S, Prinz A. Systematic development and description of a behaviour change intervention to support general practitioners' very brief physical activity advice for patients with coronary heart disease: formative research from the OptiCor study. *JMIR Preprints*. 2025;89467. DOI: 10.2196/preprints.89467, <https://preprints.jmir.org/preprint/89467>.

Prinz A, Hoppe S, Crutzen R, Wilm S, Kastaun S. General practitioners' educational and training needs and requirements for advising patients with coronary heart disease on physical activity: findings from a qualitative study in Germany. *BMC Primary Care*. 2025; 26:273. DOI: <https://doi.org/10.1186/s12875-025-02973-0>.

Prinz A, Hoppe S, Leve V, Crutzen R, Donner-Banzhoff N, Wilm S, Kastaun S. Experiences, perceptions and attitudes on providing advice on physical activity to patients with chronic ischaemic heart disease: a qualitative study in general practitioners in Germany. *Family Medicine and Community Health* 2025;13:e003124. DOI: <https://doi.org/10.1136/fmch-2024-003124>.

Schaller A, Thiel C, Peters S, Geidl W, Sarah K, Lange M, Kastaun S, Krupp S, Spaderna H, Eckert K, Grafe M, Voelcker-Rehage C, Nellessen-Martens G, Pfeifer K, Sudeck G, Wiskemann J, Wollesen B, Gabrys L. Bewegungsversorgung im deutschen Gesundheitssystem: gesundheitspolitische Relevanz und notwendige Rahmenbedingungen – ein Positionspapier der AG Bewegungsbezogene Versorgungsforschung des DNVF. *Gesundheitswesen*. 2024 Sep 24. German. doi: [10.1055/a-2420-8793](https://doi.org/10.1055/a-2420-8793)

Hoppe S, Prinz A, Crutzen R, Donner-Banzhoff N, Icks A, Kotz D, Kuß O, Mons U, Vomhof M, Wilm S, Kastaun S. Optimising the treatment of chronic ischemic heart disease by training general practitioners to deliver very brief advice on physical activity (OptiCor): protocol of the systematic development and evaluation of a complex intervention. *BMC Primary Care*. 2024;25(1):404. DOI: 10.1186/s12875-024-02655-3.

Kastaun S, Prinz A, Hoppe S, Gabrys L, Wilm S. Beratung zu Bewegung in der Hausarztpraxis [Advice on physical activity in general practice]. *Zeitschrift für Allgemeinmedizin*. 2024. DOI: 10.1007/s44266-023-00166-5

**Kongressbeiträge:** siehe Projektwebseite <https://www.opticor-study.info/>

## Aktualisiert

Februar 2026, Kastaun