

Das ROCKFORD **CHIP** PROGRAMM

Prof. Dr. Heike Englert, MPH
FH Münster, Germany



Coronary **H**ealth **I**mprovement **P**rogram

Das ROCKFORD **CHIP** PROGRAMM

**Community-based
Comprehensive
Coronary Risk Reduction**

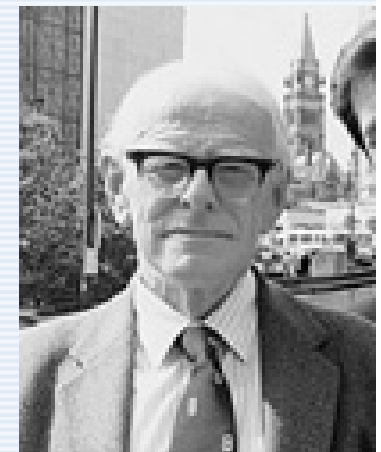


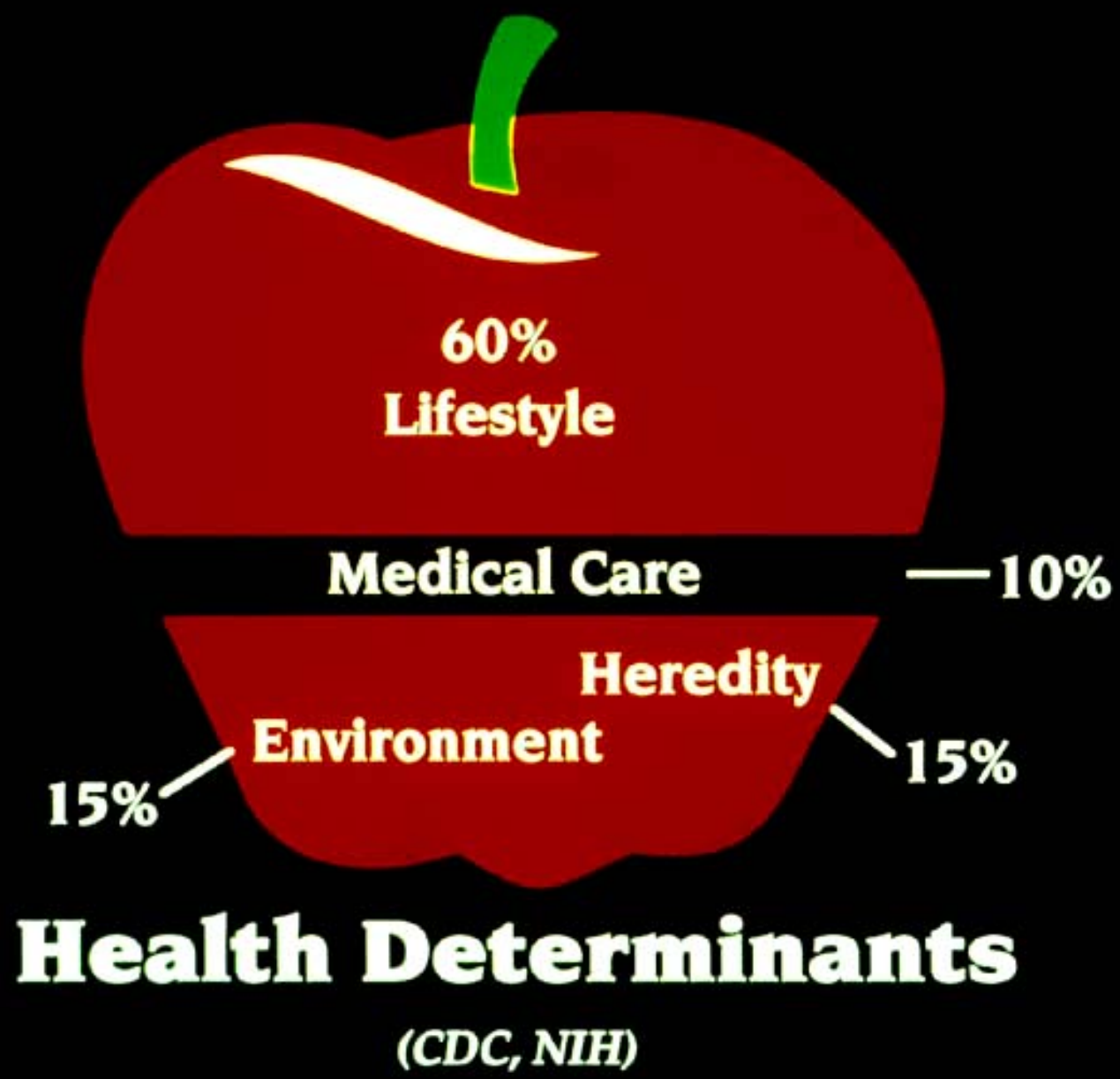
Coronary **H**ealth **I**mprovement **P**rogram



„The concept that Western Diseases are lifestyle related and, therefore, potentially preventable and reversible, is the most important medical discovery of the 20th century.“

Denis Burkitt, UK





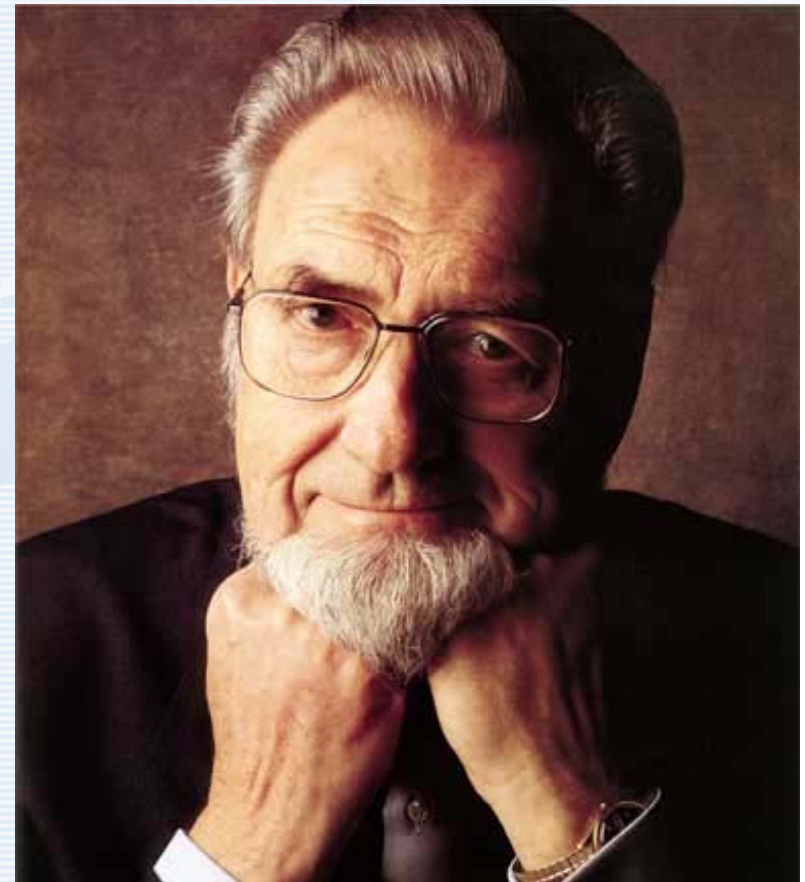
Health Determinants

(CDC, NIH)



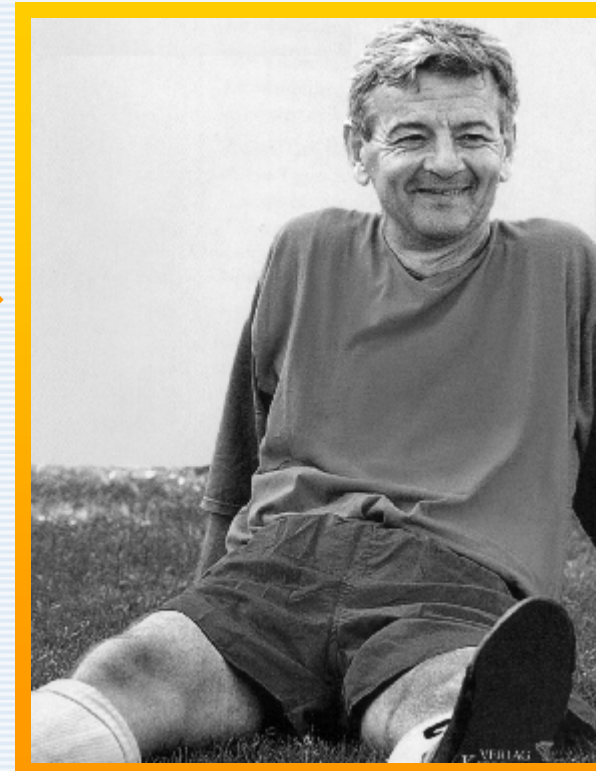
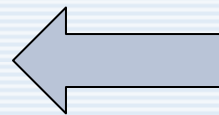
*“The greatest challenge
in medicine today is to
motivate people to
assume more
responsibility for a
health-affirming
lifestyle.”*

C. Everett Koop, MD



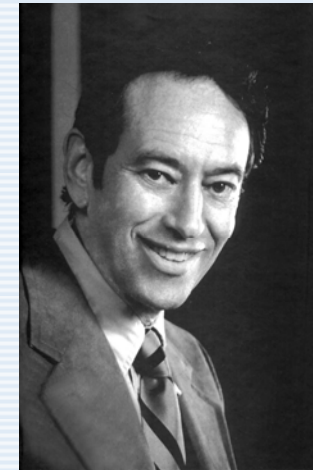
Lebensstiländerung

„Düstere Aussichten“



Pritikin Programm

- Reha-Spa-Klinik: Pritikin Longevity Center
- Gründer: Nathan PritikinPritikin
- 3-4 Wochen “educational program”
 - Ernährung, Bewegung, Entspannung



The Pritikin Longevity Center® & Spa Welcomes You

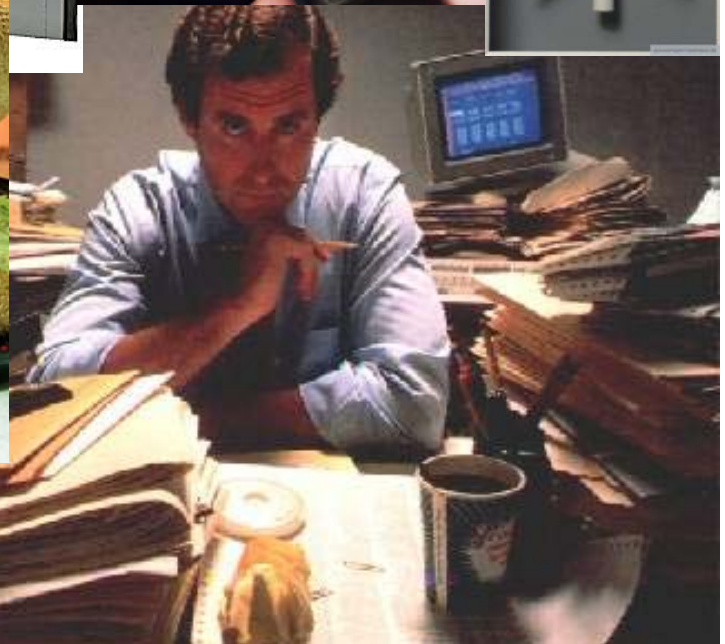


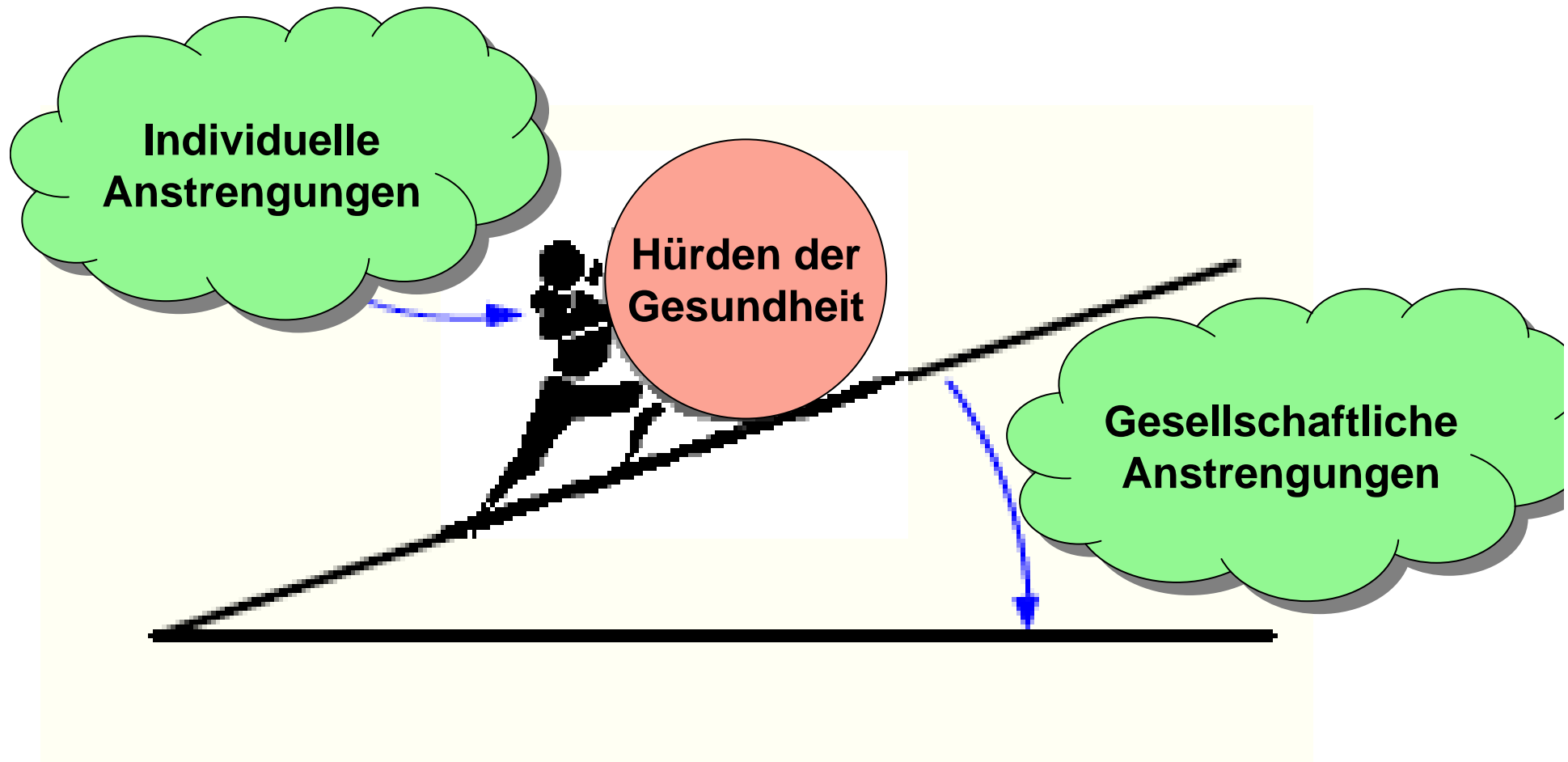
Pritikin Programm

➤ Signifikante Verbesserung der

- Blutfette
- Blutglukose
- Blutdruck







North Karelia Projekt (seit 1969)

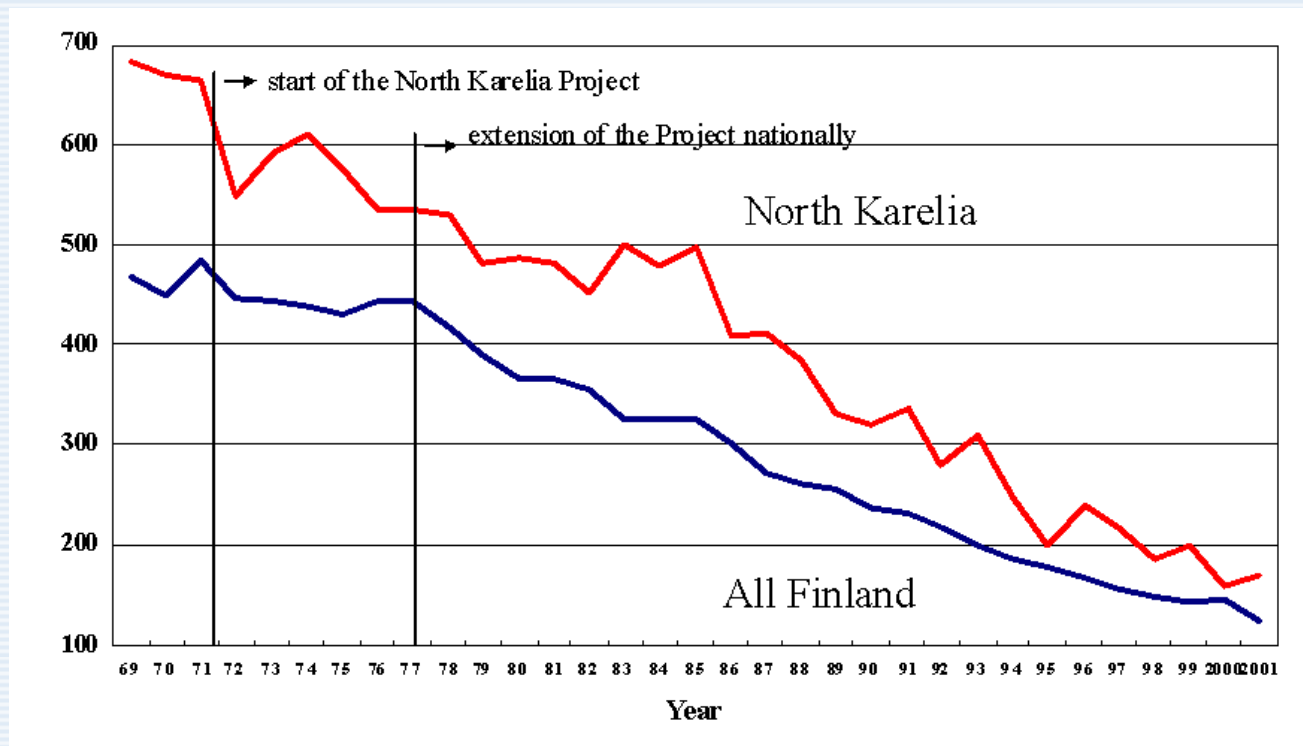
- Community-basiertes Präventionsprojekt
- 1969: Pilotprojekt North Karelia
- 1972: Nationales Demonstrationsprojekt
- 1977: Ausbreitung auf mehrere Regionen Finnlands
- Seit 1982: WHO-Modell: FINCINDI Programm

Puska P et al., The North Karelia Project. KTL Helsinki, 2002




North Karelia Projekt (1969-2002)

Verlauf der KHK Mortalität
bei Männern zwischen 35 und 64 Jahren



Puska P et al., The North Karelia Project. KTL Helsinki, 2002



*“Supportive environments”
will probably have the greatest
impact in producing lasting
change of all of our efforts*

Am J Health Promotion, 1999

A hand is shown holding a silver fork and knife against a yellow background. The fork is held in the hand, and the knife is positioned below it. The background is a solid yellow color.

CHIP
Begins April 20
BORGESS HEALTH ALLIANCE

AD 150



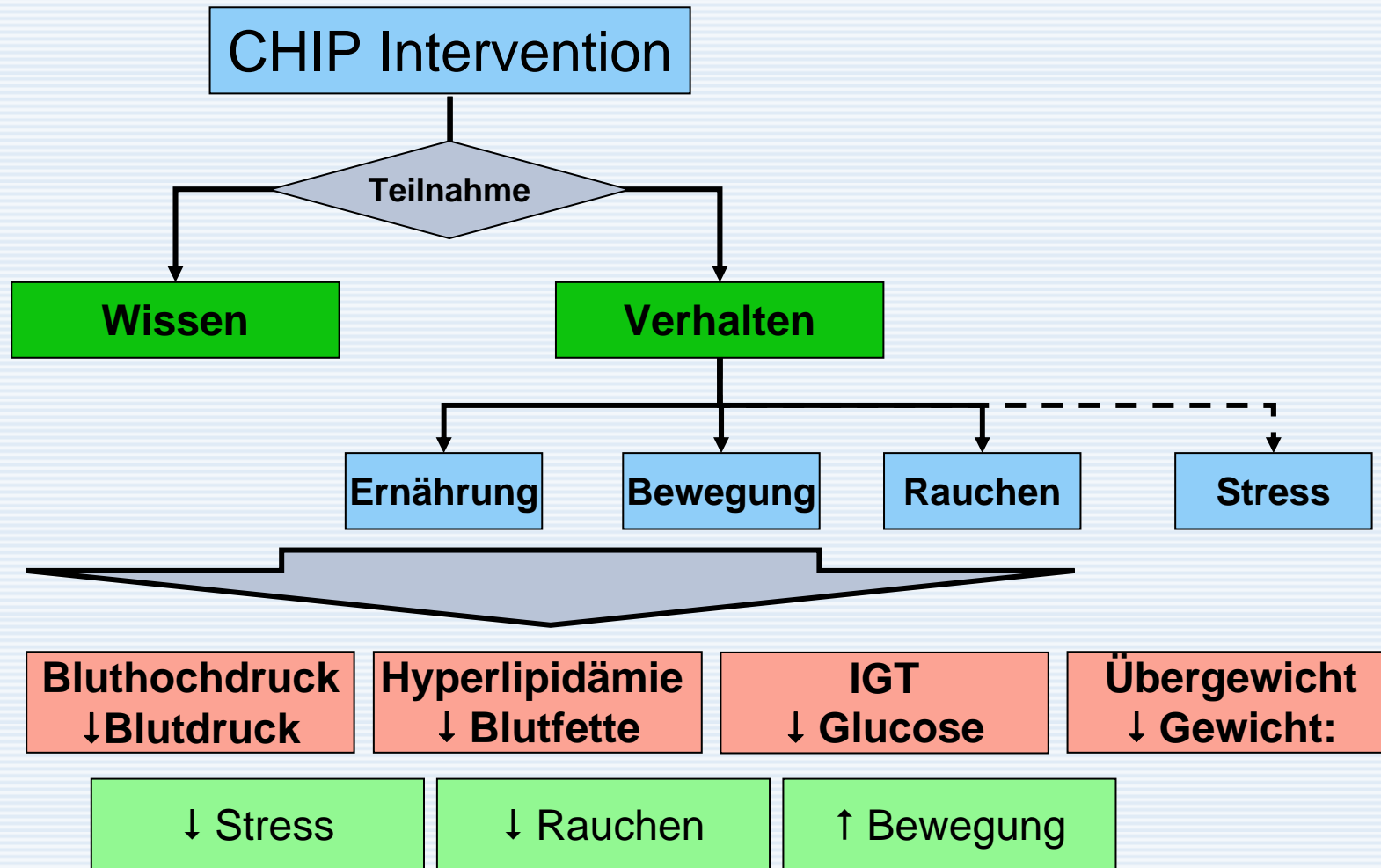


Hauptfrage

*Kann im Rahmen eines 4-wöchigen
gemeindebezogenen
Interventionsprogramms das
kardiovaskuläre Risikoprofil einer
“frei lebenden Kohorte” signifikant
verbessert werden?*



Ziele





Langfristigen Ziele

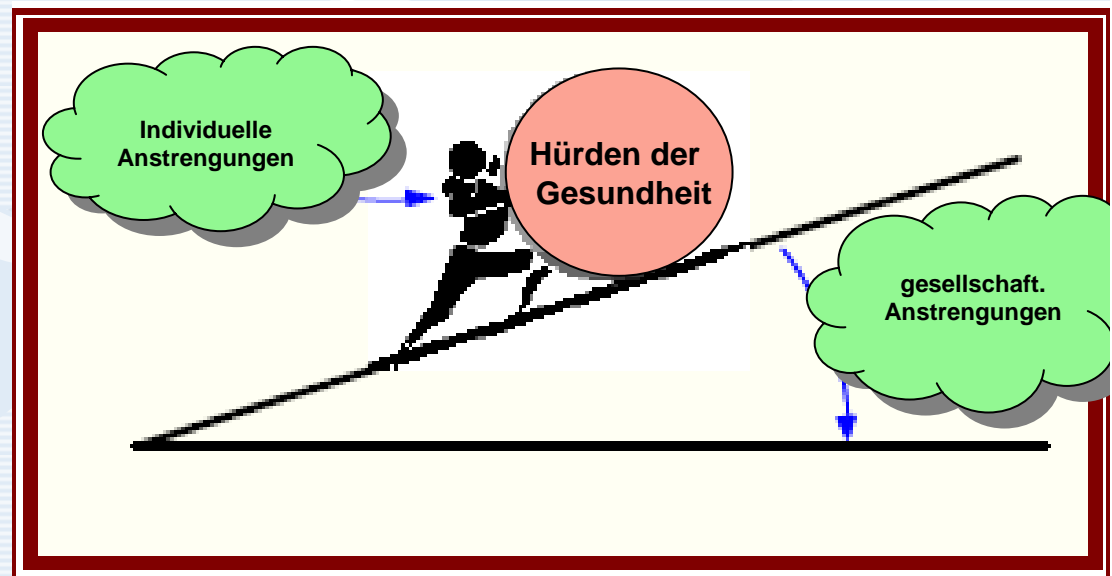
- Entwicklung eines “Modells” für ein “**community-basiertes**” Präventionsprogramm
 - Primär-, Sekundär- und Tertiärprävention
- “**community transformation**”
 - allmähliche Veränderung der Infrastruktur einer Gemeinde
 - mit gesundheitsförderlichen Strukturen



Ansatz

➤ Verknüpfung

- Individueller Ressourcen
- gesellschaftlicher Ressourcen

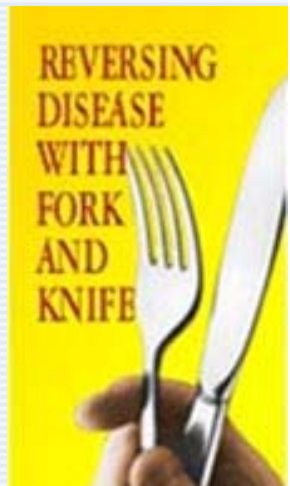


CHIP



➤ 30 Tage, 40-h Interventionsprogramm

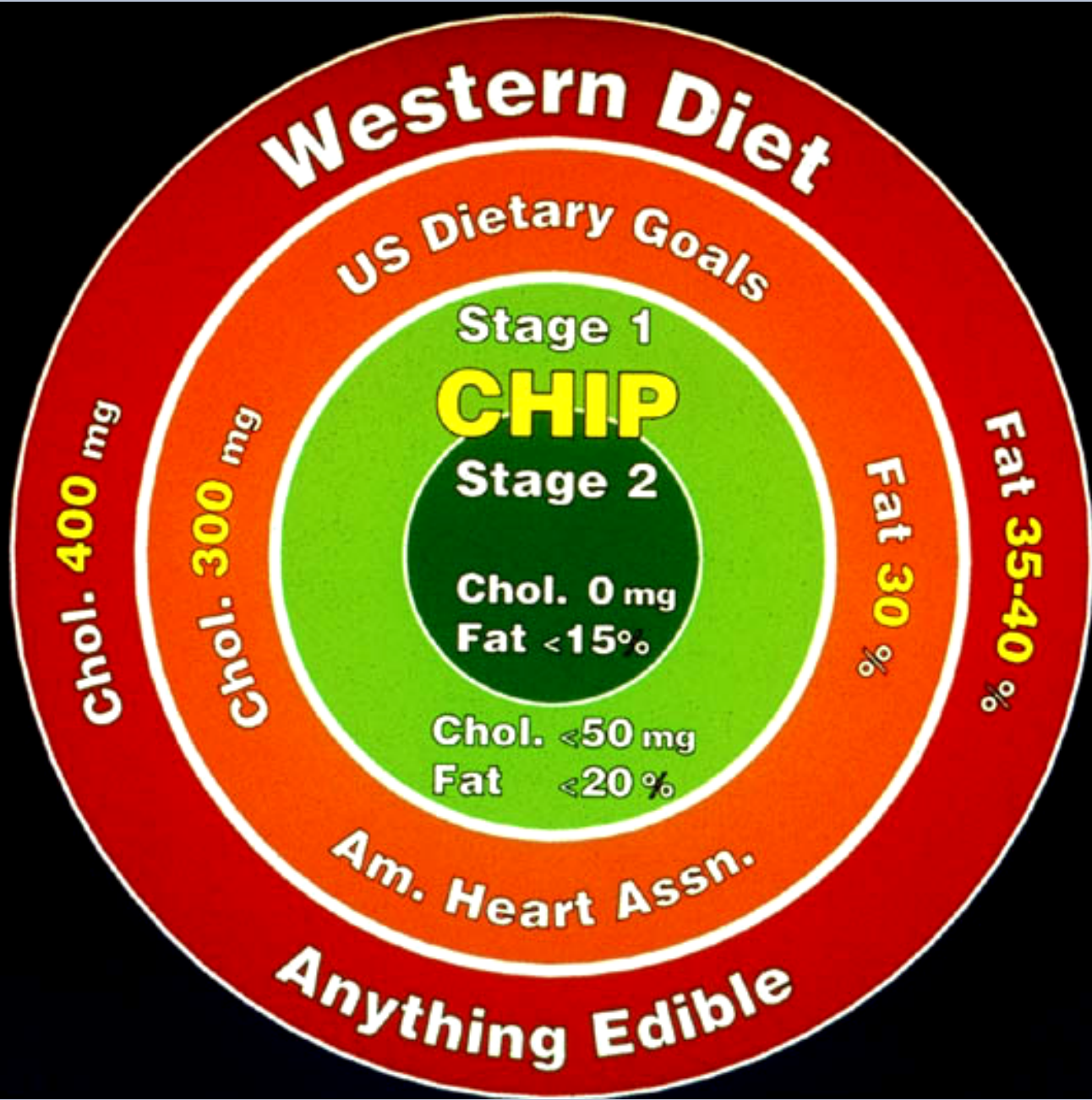
- Gruppe von ca. 250-500 Teilnehmer (group support)
- 16 Veranstaltungen über die Zusammenhänge von Lebensstilen (Ernährung, Bewegung und Stress) und Erkrankungen
 - Information
 - Inspiration
 - Motivation (Interesse an der eigenen Gesundheit)
- Erlernen gesundheitsförderlicher Verhaltensweisen (skill development and empowerment)











Western Diet

US Dietary Goals

Stage 1

CHIP

Stage 2

Chol. 0 mg
Fat <15%

Chol. <50 mg
Fat <20%

Am. Heart Assn.

Anything Edible

Chol. **400** mg

Chol. **300** mg

Fat **30** %

Fat **35-40** %

CHIP



- HeartScreen Untersuchungen zu Beginn und am Ende der Sessions
- 2 Einzelsessions/Teilnehmer
- 2 Koch-Wochenenden und Shopping Tours in Kleingruppen (supportive groups)
- Graduation-Feier
- Alumni-Treffen

REVERSING
DISEASE
WITH
FORK
AND
KNIFE



CHIP

- „Community Transformation“ zur Sicherung der Nachhaltigkeit
 - Alumni-Treffen
 - Kampagnen zu aktuellen Themen
 - Trainingsprogramme für Personal (Train the Trainer)
 - Bildung einer „supportive community“



„Supportive Community“

- Medien
- Medizinische Einrichtungen
- Universitäten und Medizinische Hochschulen
- Schulen
- Fitness und Gesundheits-Clubs
- Lebensmittelbranche (z.B. Restaurants, Supermärkte)

A large, stylized sign for Rockford, Illinois. The sign is blue with a white rectangular area in the center. Inside the white area, the text "WELCOME TO" is written in a smaller, white, sans-serif font, and "ROCKFORD" is written in a larger, white, sans-serif font. The sign is set against a clear blue sky with some light clouds. In the bottom left corner, the tops of some trees are visible.

WELCOME TO
ROCKFORD

COMMUNITY

ROCKFORD INVOLVEMENT/SUPPORT

MEDICAL INSTITUTIONS

- University of Illinois College of Medicine – Rockford
- SwedishAmerican Hospital System
- Midwest Center for Health & Healing
- Rockford Health Council
- Staywell

SCHOOL SYSTEMS

- Rockford Public School District #205
- Harlem Consolidated School System
- Lee/Ogle County Regional Education Department
- Rock Valley College

SOCIAL/RELIGIOUS ORGANIZATIONS

- YMCA of Rock River Valley
- YWCA of Rockford
- Rockford Park District
- Houses of Worship

CORPORATION WORKSITES

(Forthcoming research publication on 6 corporate sites)

- Daimler/Chrysler UAW Partnership
- Pfizer/Adams
- Woodward
- Ingersoll International
- Rockford Products Group
- Bergstrom International

FOOD SERVICES

- Local Restaurants (26)
- Supermarkets (3)

MEDIA/COMMUNICATIONS

- Rockford Register Star
- Insight Cable Broadcasting
- WIFR/CBS Channel 23
- WREX/NBC Channel 13
- WTVO/ABC Channel 17

GENGHIS 吉 KHAN

OPEN

OPEN
MOTHER'S
DAY

Almond Bean Curd

Garlic Bean Curd

Hunan Bean Curd

Black-bean Bean Curd



DR. DIEHL'S DELIGHT

lunch: \$5.95 dinner: \$8.45

Healthy Selections Menu

CHIP Approved

Santa Fe Vegetable Wrap	\$18.95
Baked Vegan Lasagna	\$16.95
Hunan Stir Fry	\$15.95
Vegan Bella	\$16.95
Vera Cruz En Papillote	\$15.95

Beef-A-Roo®

BURGERS • FRIES • SHAKES

**TRY OUR
FAMOUS
PORK
TENDERLOIN**

Beef-A-Roo[®]

BURGERS • FRIES • SHAKES

TRY OUR

NEW

CHIPS

MENU



„Supportive Community“



➤ Vernetzung der Gesundheitsdienste

- Universitätskrankenhaus (SwedishAmericanHealthSystem)
- Arztpraxen aus unterschiedlichen Fachdisziplinen
- College of Medicine Rockford (Medizinische Universität)
- Rockford Health Council (Gesundheitsreferat der Stadt Rockford)
- Staywell (Gesundheitsdienstleister)
- Center for Complementary Medicine



Center for Complementary Medicine

- Rückenschule
- Coaching
- Stressmanagement
- Sport
- Gesundheitsberatung
- Ernährungsberatung
- Suchttraining
- Massagen, Krankengymnastik
- Akupunktur
- Ausdauertraining
- Logopädie
- Ergotherapie
- Yoga
- Kochkurse
- Workshops
- Alumni-Treffen



Evaluation

- Phase 1: Pilot Studie mit 250 Teilnehmern (1. Jahr)
- Phase 2: Konsolidierungs Phase mit ca. 2000 Teilnehmer (2. und 3. Jahr)
- Phase 3: Randomisierte Klinische Studie mit ca. 300 Teilnehmern (4. Jahr)
- Phase 4: Community Transformation (5. bis 7. Jahr)



Evaluation

- ärztliche Untersuchungen
- Blutuntersuchungen (Lipide, TG, Glucose)
- Fragebogen (Demographische Daten, Anamnese, Medikamente, Lebensstile etc.)
- 3 Tage Ernährungsprotokoll



Demographische Daten

- 1517 Teilnehmer (544 Männer, 973 Frauen)
- 54 (± 12) Jahre
- 97% Kaukasier
- 80% verheiratet
- 50% Paare

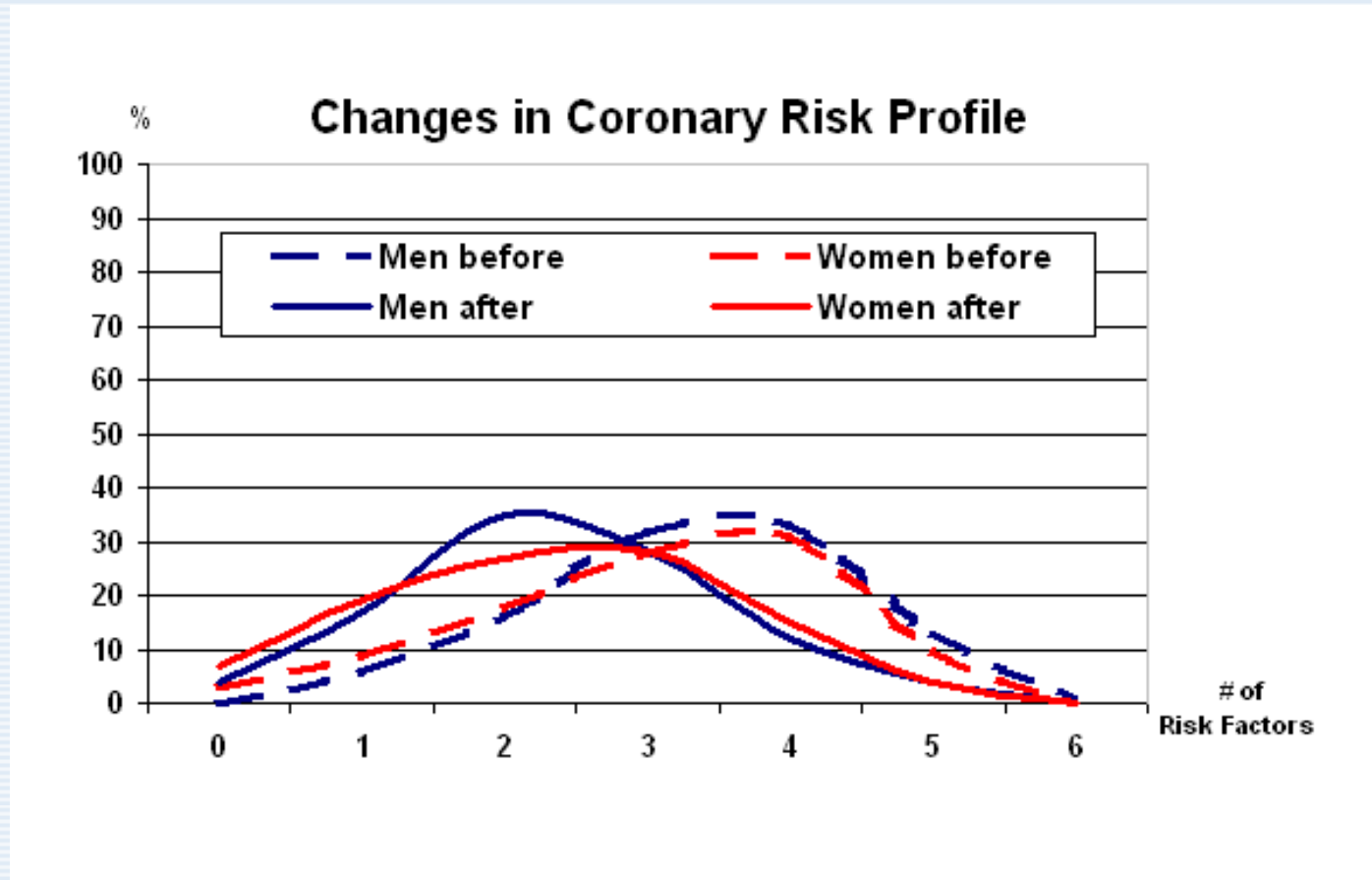


Komorbiditäten

KHK	24 %
Diabetes	22%
Bluthochdruck	58%
Übergewicht (BMI>25)	80%
LDL-Chol > 100mg%	70%



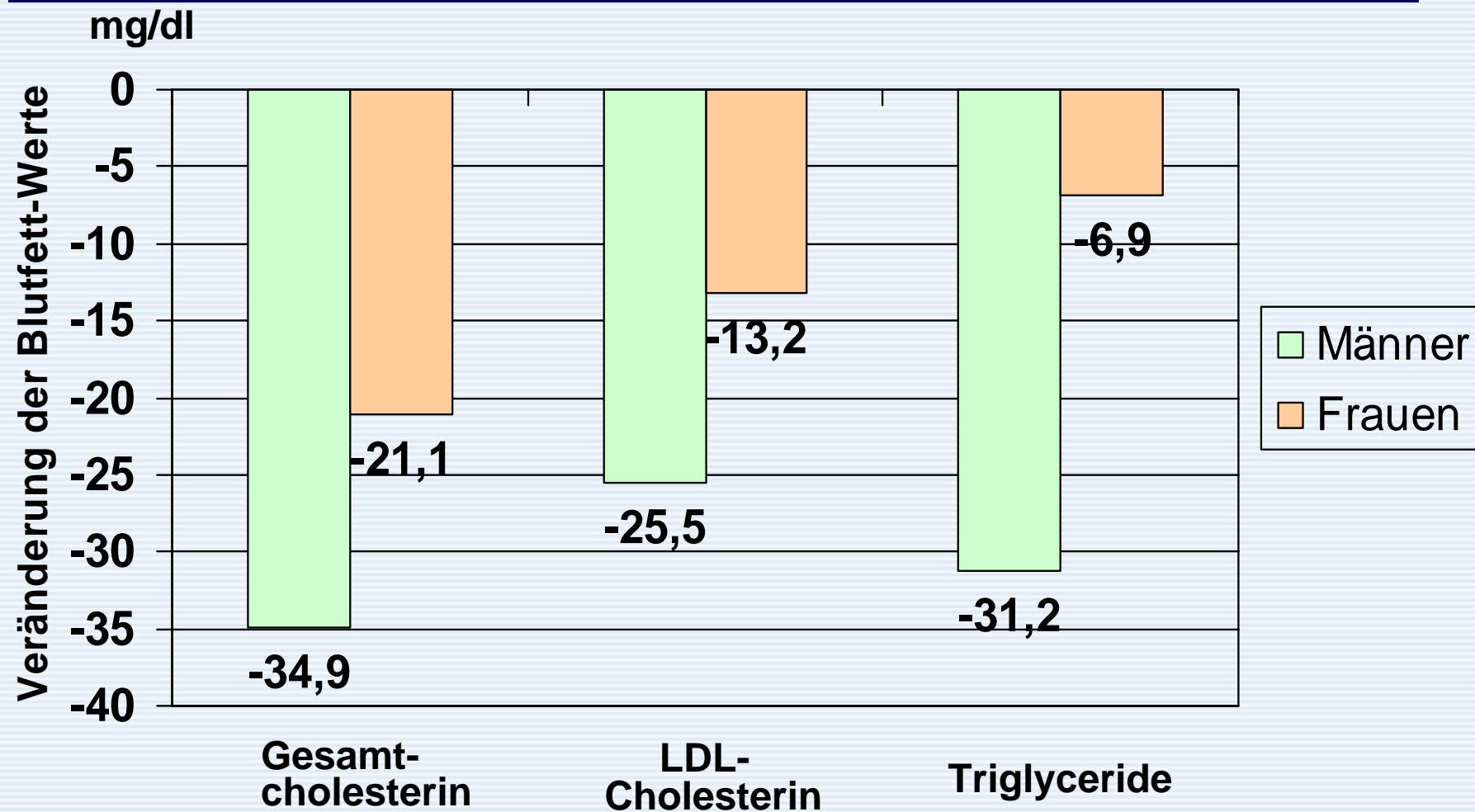
Ergebnisse Phase 2



Englert et al., 2007

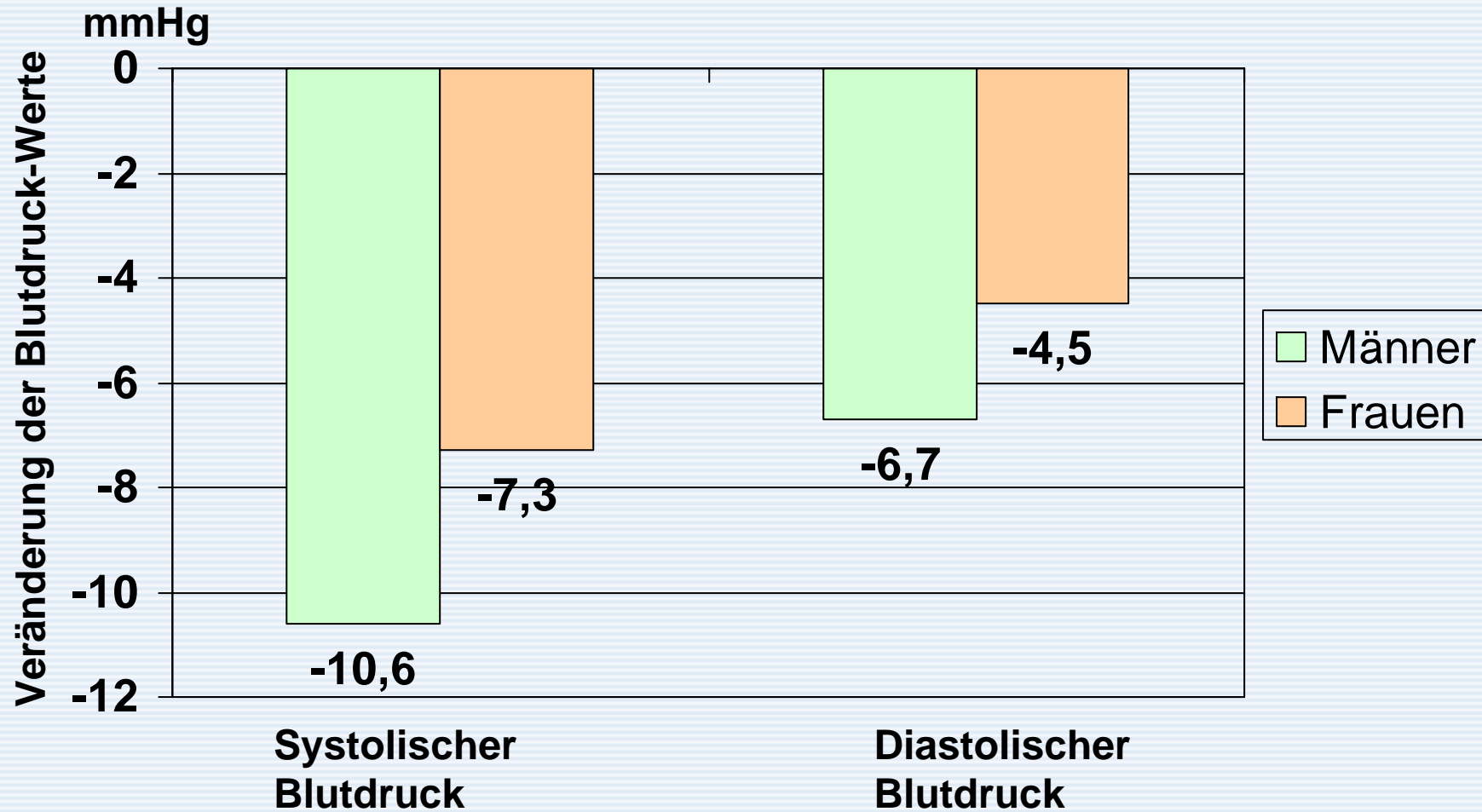


Ergebnisse – Phase 2



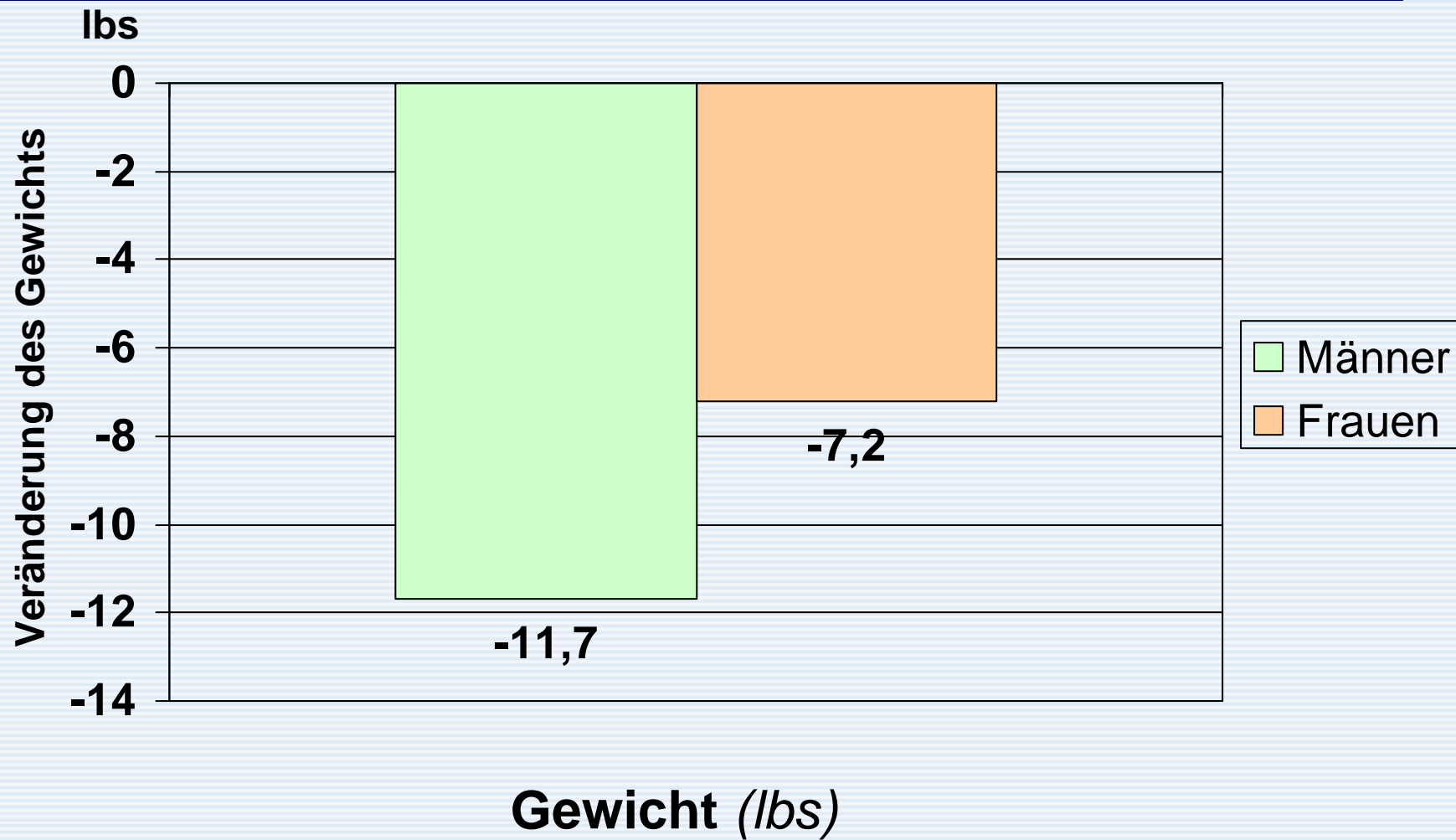


Ergebnisse – Phase 2



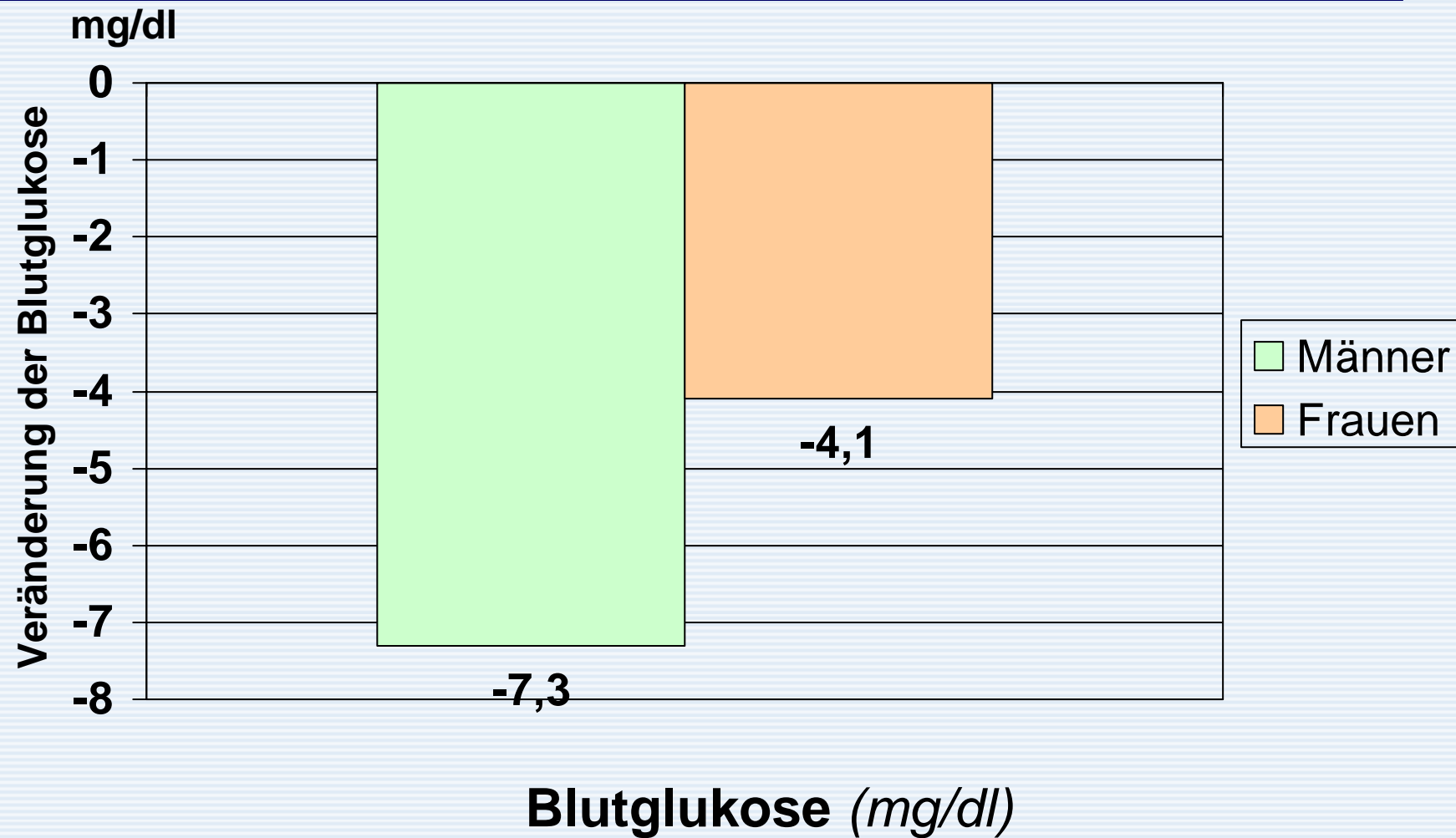


Ergebnisse – Phase 2





Ergebnisse - Phase 2



Zusammensetzung - Ernährung



	Mittel (SD)	
	vorher	nachher
Energie (kcal)	2746 (1081)	1938 (624)
Fett *	38 (10)	21 (9)
Gesättigte FS*	13 (5)	5 (4)
Kohlenhydrate *	45 (10)	63 (10)
Protein *	17 (4)	15 (3)

* (energy%)

Ergebnisse Phase 3 – Kontrollierte Studie



- Randomisiertes, kontrolliertes Studiendesign
- N=399 (Intervention: n=180; Kontrolle: n=186)
- Signifikante Verbesserung im Vgl. zur Kontrollgruppe:
 - Ernährungswissen
 - Körperfettanteil
 - Körperliche Aktivität
 - Ernährungsprofil (Fett, KH, Protein, Zucker)
 - Gesamtcholesterin
 - LDL
 - Systolischer und Diastolischer Blutdruck

Ergebnisse – Phase 4 CHIP in cooperations



- Video-basierte Intervention
- N=348
 - Follow Up 6 Wochen: n=348
 - Follow Up 6 Monate: n=303
 - Follow Up 12 Monate: n=262
 - Follow Up 18 Monate: n=211
- Signifikante Verbesserung über die Zeit
 - Körperliche Aktivität
 - Ernährungsprofil (Fett, KH, Protein, Zucker)



Schlussfolgerung

*“Community- basierte”
Interventionsstrategien können das
kardiovaskuläre Risikoprofil einer
“frei-lebenden Kohorte”
signifikant verbessern...*

*... aber, der letztendliche Erfolg hängt von der
persönlichen Entscheidung eines jeden
Teilnehmers - über die Dauer des Programms
hinaus – ab.*



Ausblick

- CHIP Deutschland wird ab Januar 2009 im Rahmen des integriertes Versorgungsprojekt in Hannover- Laatzen „Miteinander“ durchgeführt
 - Integratives Versorgungsnetz bestehend aus:
 - Diabetologischer Qualitätszirkel
 - 15 Hausarztpraxen
 - Krankenhaus (Agnes-Karll-Krankenhaus)
 - Diabetologische Schwerpunktpraxis
 - Apotheken



Ausblick

- Präventions-Schulungszentrum
 - Ökotrophologen
 - Sporttrainer
 - Physiotherapeuten
- ...
- Evaluation und Wissenschaftliche Begleitung
 - Sponsoring: Deutschen Diabetes Stiftung



Danksagung

- Dr. Hans Diehl, Lifestyle Medicine Institute, CA, USA
- SwedishAmerican's Center for Complementary Medicine, IL, USA
- SwedishAmerican's Health System, IL, USA
- Center for Science in the Public Interest
- Physicians Committee for Responsible Medicine
- ...und allen CHIPern

Vielen Dank
für Ihre
Aufmerksamkeit !

