

# Covid-19-Pandemie: Das macht sie mit der Psyche



**Dr. med. Julia Schellong**  
Leitende OÄ und OÄ  
Psychotraumatologie, Klinik und  
Poliklinik für Psychotherapie und Psychosomatik,  
Universitätsklinikum  
Carl Gustav Carus,  
TU Dresden

„Daten aus China besagen, dass die Scheidungsraten und die Zahlen häuslicher Gewalt dort im Rahmen der Covid-19-Pandemie gestiegen sind. Wir rechnen leider auch damit, dass es während der Quarantänemaßnahmen durch Überforderung in den Haushalten zur Zunahme von Gewalt gegenüber Partnern und Kindern kommt. Allgemein kann die vermehrte Dichte zuhause zu Anpassungsstörungen führen. Bei ängstlichen Menschen kann sich die Angst steigern. Und wenn jemand durch COVID-19 plötzlich einen nahestehenden Menschen verliert, halte ich auch eine PTBS durchaus für möglich. Unsere psychisch kranken Patienten und Patientinnen haben gerade jetzt einen ganz hohen Bedarf an Betreuung. Andererseits kann es sein, dass sich bestehende Depressionen verbessern, wenn man solidarisch untereinander ist. Das kennen wir aus früheren Krisenzeiten. Generell kann durch eine solche Krise auch sehr viel wachgerufen werden, das letztlich positiven Einfluss auf das Leben hat.“

**Quelle:** Dr. med. Julia Schellong im Gespräch mit MMW

## Diuretika: Blutzucker kaum beeinflusst

### Diabetogenes Potenzial

Die Sorge, Thiaziddiuretika könnten das Auftreten von Diabetes fördern, erscheint einer Metaanalyse zufolge als unbegründet.

In der großen Analyse (95 Studien und über 76.000 Patienten) wurden nur randomisierte kontrollierte Studien ausgewertet, in denen ein Thiaziddiuretikum gegen Placebo oder eine aktive Vergleichssubstanz getestet worden war.

Zwar war die Anwendung von Thiaziddiuretika mit einem Anstieg des Blutzuckers verbunden: Die mittlere Differenz beim Nüchtern-Blutzucker (NBZ) lag jedoch nur bei 3,6 mg/dl. Damit war der Anstieg klinisch nicht relevant; laut Studiendefinition wäre das erst ab einer NBZ-Steigerung von 7,2 mg/dl der Fall gewesen. **bs**

**Quelle:** Hall JJ et al. J Gen Intern Med 2020; <https://doi.org/10.1007/s11606-020-05731-3>

# So tun sich COPD-Patienten beim Treppensteigen leichter

Eine neue Methode kann Menschen mit schwerer chronisch obstruktiver Lungenerkrankung (COPD) helfen, Treppen leichter und trotzdem in der gleichen Zeit zu bewältigen.

Die Energy Conservation Technique (ECT) ist eine Methode zur Energieeinteilung, bei der Aktivität strukturiert durch Pausen unterteilt wird. In einer Studie mit einem Cross-Over-Design stiegen 22 Patienten mit COPD zweimal in Folge 108 Stufen (sechs Stockwerke) hinauf, dazwischen ruhten sie sich 30 Minuten lang aus. Sie begannen in randomisierter Zuordnung entweder mit der ECT- oder der Kontrollbedingung. In der ECT-Bedingung war vorgegeben, alle drei Stufen je fünf Sekunden lang anzuhalten und Atem zu schöpfen. In der

Kontrollkondition sollten die Teilnehmer nach eigenem Ermessen pausieren. Die Treppen wurden unter beiden Voraussetzungen im Durchschnitt in der gleichen Zeit bewältigt. Dabei war jedoch die selbstberichtete Dyspnoe unmittelbar nach der Anstrengung signifikant schwächer, wenn ECT angewendet wurde. Auch die berichteten Beinschmerzen, die gemessenen Laktatwerte im Kapillarblut und das Atemminutenvolumen waren nach dem Treppensteigen mit ECT signifikant geringer. Obwohl sich die Sauerstoffsättigung und die Atemfrequenz



zwischen den Konditionen nicht unterschieden, berichteten alle 22 Teilnehmer, sich nach der ECT-Anwendung weniger atemlos zu fühlen. **kb**

**Quelle:** Prieur G et al. Thorax Epub ahead of print: [please include Day Month Year]. doi:10.1136/thoraxjnl-2019-214295