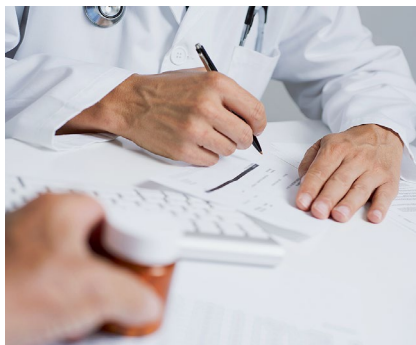


Kleinere DOAK-Dosis heißt weniger Blutungen? Nein!

Direkte orale Antikoagulanzen (DOAK) werden bei vielen Patienten und Patientinnen mit Vorhofflimmern oft niedriger dosiert als in der Fachinformation empfohlen. Dahinter steht wohl meistens die Hoffnung, die Betroffenen so einem geringeren Blutungsrisiko auszusetzen. Einem systematischen Review zufolge dürfte es sich dabei jedoch um einen Trugschluss handeln, der den Patienten eher schadet als nutzt. Die Unterdosierung geht keineswegs mit einem Rückgang von Blutungskomplikationen einher, könnte aber einen Anstieg der Mortalität zur Folge haben.



Dringender Rat der Autoren: Die empfohlenen DOAK-Dosierungen einhalten!

Quelle: Caso V et al. Heart 2022; doi: 10.1136/heartjnl-2022-321114

Karl-Heinz Patzer
Stellv. Chefredakteur
karl-heinz.patzer@springer.com



Niederlassen oder lieber lassen?

Passend zur Vorweihnachtszeit hat die apoBank die Ergebnisse einer Umfrage veröffentlicht, die zeigen, was sich (noch) angestellte Allgemeinmediziner am meisten wünschen würden, um den Schritt zur Gründung einer Hausarztpraxis zu wagen: eine bessere Vereinbarkeit von Familie und Beruf! Für 63% war dies eine Grundbedingung. Es folgten „geringere finanzielle Belastung“ (56%) und „Abbau von Bürokratie“ (48%).

Die Work-Life-Balance ist angestellten Ärztinnen und -ärzte offenbar sehr wichtig – mit 80% Nennungen und damit den meisten war es für sie ausschlaggebendes Kriterium bei ihrer Entscheidung für die Anstellung. Lässt sich in Hausarztpraxen kein Gleichgewicht herstellen zwischen Arbeit und Beruf? Ganz so schlimm scheint es nicht: Auch 7 von 10 Inhabern nannten dies als eines ihrer Hauptmotive für ihre Niederlassung.

Selbstständige Ärztinnen und Ärzte haben einfach andere Prioritäten: Ihnen sind die vielen Gestaltungsmöglichkeiten (80%), die Chancen zur Selbstverwirklichung (79%), die therapeutische Selbstbestimmung (78%) sowie die Aussicht auf ein gutes Einkommen am wichtigsten. Und: Sie vermeiden so Weisungsgebundenheit, vorgeschriebene Arbeitszeiten und hierarchische Strukturen.

„Niederlassen oder lieber lassen?“ lautet der Titel der Studie mit 800 Teilnehmern, davon je 100 selbstständige und angestellte Allgemeinmediziner. Die Antwort bleibt unklar. Nur eines wird deutlich: Fast jeder 6. Inhaber einer Hausarztpraxis bereut seine Entscheidung zur Selbstständigkeit. Das sollte nicht sein!

Quelle: apoBank. <https://go.sn.pub/opF1Fqb>

Diabetes & Herz

Geringeres Risiko -- Ein Diabetes galt lange Zeit als ähnlich relevanter Risikofaktor für Herzinfarkt und Schlaganfall wie eine kardiovaskuläre Erkrankung – er verdoppelte das Risiko im Vergleich zur Normalbevölkerung. Offenbar hat sich dies geändert, wie eine Analyse kanadischer Versicherungsdaten nahelegt: Für Diabetiker ist das Risiko nur noch um ca. 50% erhöht.

Quelle: Ke C et al. JAMA 2022; doi: 10.1001/jama.2022.14914

Diabetes & Diät

HbA_{1c}-Senkung -- Eine kohlenhydratarme Ernährung kann dazu beitragen, den HbA_{1c}-Wert bei Personen mit Prädiabetes oder Diabetes zu senken. Das legt eine kleine randomisierte Studie mit 150 Teilnehmenden nahe. Die Low-Carb-Diät reduzierte die Langzeitblutglukose nach 6 Wochen signifikant um median 0,23%.

Quelle: Dorans KS et al. JAMA Netw. Open 2022; doi: 10.1001/jamanetworkopen.2022.38645

Kraft- & Ausdauertraining hilft bei Migräne

Besser als sich schonen -- Zur Anfallsreduktion bei Migräne ist gezielte körperliche Aktivität der körperlichen Schonung deutlich überlegen. Das bestätigen die Ergebnisse einer Netzwerk-Metaanalyse der Uni Stanford, in der 21 klinische Studien mit insgesamt 1.195 Migränepatientinnen und -patienten ausgewertet wurden.

In der Gegenüberstellung war Krafttraining das wirksamste der untersuchten Protokolle, gefolgt von intensivem Ausdauertraining. Damit ließ sich die Zahl der Migränetage um 3,5 bzw. 3,1 pro Monat reduzieren.

Quelle: Woldeamanuel YW et al. J Headache Pain 2022; doi: 10.1186/s10194-022-01503-y