

Gute Verschreibungspraxis braucht ausreichend Zeit

Teamwork hilft

Die Qualität einer Verordnung korreliert mit der Dauer des Patientenkontakts: Je kürzer die Sprechzeit, um so höher die Wahrscheinlichkeit für unangemessene Verschreibungen, fanden US-Autoren heraus. Ihre Querschnittsstudie basiert auf den Daten von über 4,3 Millionen Patienten in Allgemeinarztpraxen [1].

Als Indikator für unangemessene Verschreibungen hatten die Forscher u. a. Antibiotika bei oberen Atemwegsinfekten sowie die Komedikation von Opioiden und Benzodiazepinen bei Schmerzen definiert. Die Ergebnisse zeigten, dass eine kurze Verweildauer im Sprechzimmer die Wahrscheinlichkeit von Fehlverschreibungen erhöhte.

Was bedenklich stimmt: In der US-Studie verbrachten Ärztinnen und Ärzte im Schnitt immerhin 19 Minuten mit ihren Patienten. In deutschen Hausarztpraxen ist die Konsultationsdauer kürzer, in einer Studie lag sie bei nur ca. 8 Minuten [2].



Eine andere Studie errechnete, dass der ärztliche Arbeitstag hierzulande für leitliniengerechte Patientenversorgung in der Allgemeinarztpraxis eigentlich 26,7 Stunden haben müsste: 14 Stunden für hausärztliche Routine, 7 Stunden zur Betreuung chronisch Kranker, 2 Stunden für Akutversorgung und 3 Stunden für Bürokratie [3]. Immerhin: Durch gute Praxisorganisation und optimale Teamarbeit ließe sich der Praxistag in 9,3 Stunden bewältigen.

Quellen: 1. Neprash HT et al. JAMA Health Forum. 2023; 4:e230052; 2. Ivring G et al. BMJ Open. 2017;7:e017902; 3. Porter J et al. J Gen Intern Med. 2022;38:147–55

Optimismus beschleunigt die Genesung

Enjoy your day! -- Wer positiv in die Zukunft blickt, erholt sich schneller von Krankheiten. Dies wurde früher für akute Koronarsyndrome und nun für Schlaganfälle beschrieben.

In Sachen positive Grundeinstellung kann man bei einem USA-Besuch viel lernen. Dort wünscht jeder, den man trifft, „enjoy your breakfast“, „your coffee“, „your workout“ oder schlechthin „your day“. Wer mag da noch negative Gedanken entwickeln?

Konventionen hin oder her, wer sich eine positive Grundhaltung bewahrt, wird offenbar auch mit Schicksalsschlägen besser fertig, z. B. Krankheiten.

Forscher aus Philadelphia haben bei 900 Schlaganfall-Rekonvaleszenten den Zusammenhang zwischen optimistischer Grundhaltung und Depression und dem Tempo der Genesung untersucht. Sie fanden heraus, dass Optimisten deutlich schneller wieder auf die Beine kamen als Personen, denen es schwerer fällt, das Negative aus dem Blickfeld zu schieben. Dies war auch dann der Fall, wenn sie akut eine Depression erlitten. Erst nach etwa einem Jahr waren die Reha-Ergebnisse in etwa gleich, bis auf jene Gruppe, die als pessimistisch und depressiv eingestuft wurden.

Quelle: Sloane KL et al. J Am Heart Assoc 2023; doi: 10.1161/JAHA.122.027959

Wenig Schlaf senkt Impfantwort

Zu einer guten Impfung könnte der Rat an den Patienten bzw. die Patientin gehören, in den Folgenächten für ausreichenden Schlaf zu sorgen. Denn ein zu kurzer Schlaf scheint die Immunantwort auf Impfungen gegen Viruserkrankungen substantiell zu beeinträchtigen, so das Ergebnis einer aktuellen Metaanalyse. In diese waren die Daten von vier experimentellen sowie drei Kohortenstudien eingeflossen. V. a. die experimentellen Studien mit objektiver Schlafbewertung zeigten, dass kurzer Schlaf die humorale Immunantwort limitierte. Der Befund war bei Männern deutlich ausgeprägter als bei Frauen.

Quelle: Spiegel K et al. Current Biology. 2023;33:998–1005

Thrombosen durch Süßstoff?

Risikoerhöhung -- Der Zuckerersatzstoff Erythrit gilt als kalorienarm und sicher. Eine Studie liefert jetzt Hinweise, dass er Thrombosen fördern und die Risiken für Schlaganfälle und Herzinfarkte erhöhen könnte.

Forscher hatten bei zwei Kohorten in den USA und in Deutschland ein etwa verdoppeltes Risiko für kardiovaskuläre Komplikationen bei Personen mit hohen Erythritspiegeln im Plasma gefunden. In weiteren Untersuchungen schien der Süßstoff die Thrombosenbildung in vivo zu verstärken. Die Befunde sollten in längeren Studien überprüft werden, so die Autoren.

Quelle: Witkowski M et al. Nature Med 2023; doi: 10.1038/s41591-023-02223-9