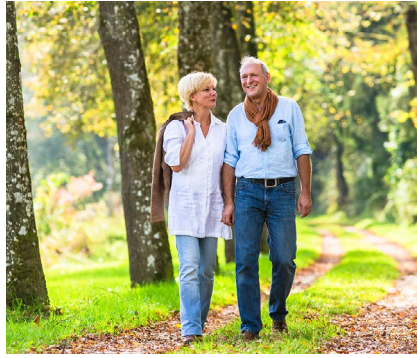


Schritt für Schritt sinkt das Mortalitätsrisiko

Gehen als Sterbeprophylaxe

Um den Effekt des Gehens auf das Sterberisiko zu eruieren, wurden Kohortenstudien mit fast 227.000 Probanden (medianes Follow-up ca. 7 Jahre) metaanalysiert. Pro 1.000 Schritte am Tag sank die Gesamtmortalität um 15%. Gegenüber dem Quartil von Probanden mit median nur 3.967 täglichen Schritten sank die Mortalität in Quartil 2 (5.537) um 48%, in Quartil 3 (7.370) um 55% und in Quartil 4 (11.529) um 67%. Rechnerisch bestand ein Benefit im gesamten Bereich zwischen 0 und 20.000 Schritten. Bei Probanden ab 60 Jahren lag der stärkste Vor-



teil zwischen 6.000 und 10.000 Schritten, bei jüngeren zwischen 7.000 und 13.000.

Quelle: Banach M et al. Eur J Prev Cardiol 2023; doi: 10.1093/eurjpc/zwad229

Dr. med. Dirk Einecke
Chefredakteur
dirk.einecke@springer.com



Warum werden Erstverordnungen nicht eingelöst?

Therapie im Keim erstickt -- Von „primärer Non-Adhärenz“ spricht man, wenn schon die erste Verordnung eines Medikaments nicht eingelöst wird. Ein Team aus Kanada ging diesem Phänomen nun anhand einer primärärztlichen Datenbank nach, aus der mehr als 150.000 Erstverordnungen für über 34.000 Patienten und Patientinnen untersucht wurden. 17% dieser Rezepte wurden nicht eingelöst. Dies betraf sehr häufig Mittel für Hauterkrankungen mit 27% und vergleichsweise selten kardiovaskuläre Arzneien mit 9%.

Nach einer multivariaten Analyse waren das weibliche Geschlecht des Verordners, ein niedriges Alter des Patienten oder eine Polypharmazie bei älteren Patienten Faktoren, die primäre Non-Adhärenz begünstigten. Bei letztgenannter Patientengruppe empfehlen die Autoren eine Intervention, möglichst binnen zwei Wochen nach Rezeptaussstellung.

Quelle: Zeitouny S et al. CMAJ 2023;195:E1000-9

Covid-Impfung

Besserer Booster-Effekt -- Bei Auffrischimpfungen scheint der ipsilaterale Arm die bessere Wahl zu sein: Dies führte im Rahmen der zweiten Corona-Impfung zu einer höheren Aktivität neutralisierender Antikörper und höheren Spiegeln Spike-spezifischer CD8-T-Zellen, so das Ergebnis einer Homburger Studie.

Quelle: Ziegler L et al. EBioMedicine 2023; doi: 10.1016/j.ebiom.2023.104743

Entwöhnungskur

Erfolg bei Affen -- US-Forschern ist es per Genterapie gelungen, alkoholsüchtige Affen placebokontrolliert zu entwöhnen. Statt neun hochprozentigen Bananencocktails am Tag genehmigten sie sich nur noch einen und reduzierten zugleich ihr Übergewicht deutlich. Nun sollen Studien bei Menschen folgen.

Quelle: Ford MM et al. Nature Medicine 2023; doi: 10.1038/s41591-023-02463-9

Welche Fachärzte verordnen die meisten unnötigen MRTs?

Abklärung von Nackenschmerzen -- Auch wenn diese US-Studie nur bedingt auf Deutschland übertragbar ist, dürften „unnötige MRTs“ auch bei uns ein Thema sein. Analysiert wurden 300 MRT-Untersuchungen zur Abklärung chronischer Nackenschmerzen, z. B. mit der Fragestellung zervikale Radikulopathie. 50% die-

ser Untersuchungen wurden von unabhängigen Gutachtern als klar indiziert eingestuft, 36% als möglicherweise angemessen und 14% als nicht angemessen. Orthopäden führten die gründlichsten körperlichen Untersuchungen durch, ihre Überweisungen zum MRT waren am besten begründet. Erheblich schlech-

ter schnitten Neurologen ab. Auch Allgemeinmediziner und Internisten bekamen schlechte Noten. Hier gab es mehrere Überweisungen zum MRT, ohne dass in der Patientenakte relevante Befunde aus der körperlichen Untersuchung notiert waren.

Quelle: Romero A et al. J Ortho Res 2023; doi: 10.1002/jor.25669