

Dr. med. univ. Jana Meixner

Wenn zu viel Medizin schadet



Tests und Behandlungen können Schaden anrichten, wenn sie zu häufig oder unüberlegt eingesetzt werden

Die Österreichische Gesellschaft für Allgemeinmedizin und die Initiative Gemeinsam gut entscheiden – Choosing Wisely Austria haben die fünf wichtigsten Untersuchungen und Therapien ausgewählt, die mehr schaden als nützen. Ziel ist es, die Bevölkerung darüber zu informieren, dass in der Medizin „mehr nicht immer besser ist“. Im folgenden Text erfahren Sie, wann Antibiotika sinnvoll sind und wann nicht, warum die Durchleuchtung bei Rückenschmerzen meist nichts bringt und was der PSA-Test kann.

Gegen Schnupfen ist kein Kraut gewachsen

An Schnupfen, Fieber und Halsweh – kurz, dem typischen grippalen Infekt – sind fast immer Viren schuld. Und obwohl wir es uns alle sehnlichst wünschen: Es gibt kein Medikament, das eine Erkältung ursächlich bekämpfen kann. Umfragen in Europa zeigten, dass mehr als die Hälfte der Menschen Antibiotika, wie zum Beispiel Penicillin, für ein wirksames Mittel gegen Viren halten. Gesundheits- und Bildungssystem konnten die Bevölkerung zu diesem wichtigen Thema offenbar nicht genug aufklären. Denn diese falsche Annahme kann weitreichende Folgen haben. Aber dazu kommen wir noch.

Was jeder wissen sollte: Antibiotika wirken nur gegen Bakterien, helfen also auch nur bei bakteriell verursachten Erkrankungen. Sie sind aber vollkommen wirkungslos beim viral verursachten Schnupfen.

Autorin: Dr. med. univ. Jana Meixner

© Dezember 2019 · NÖ PPA · Wenn zu viel Medizin schadet

Trotzdem kennen vermutlich jede Hausärztin und jeder Hausarzt das Problem, dass erkältete Patientinnen und Patienten um ein Antibiotikum bitten. Oft fehlt die Zeit um zu erklären, warum es nicht wirken wird. Und nicht nur das: Antibiotika verursachen Übelkeit, Durchfall, Hautausschläge und andere Nebenwirkungen. Etwa jeden Zehnten treffen sie. Bei Frauen begünstigen Antibiotika außerdem Scheidenentzündungen durch Pilzinfektionen. Antibiotika falsch und zu oft zu schlucken bringt aber eine noch größere Gefahr mit sich: die Entwicklung von resistenten Bakterien.

Gefürchtet sind Keime, die gegen mehrere Substanzen unempfindlich geworden sind, sogenannte „multiresistente Keime“. Gegen sie gibt es keine wirksame Behandlung mehr. Mit dem übermäßigen und falschen Einsatz von Antibiotika nahm die Zahl solcher gefährlicheren Keime in den vergangenen Jahrzehnten weltweit stetig zu und wurde zum globalen Gesundheitsproblem. Pro Jahr sterben in Europa etwa 25 000 Menschen durch resistente Bakterien.

Antibiotikum muss nicht sein

Antibiotika sind wichtig und lebensrettend. Gerade deswegen müssen wir sie mit Bedacht und im richtigen Moment einsetzen. Das gilt nicht nur für Schnupfen. Was viele nicht wissen: Auch Kinder mit Mittelohrentzündung brauchen nicht zwangsläufig Antibiotika. Ist das betroffene Kind zwischen zwei und zwölf Jahre alt und betrifft die Infektion nur ein Ohr ohne eitrigen Ausfluss, heilt sie ohne Antibiotikum meist genauso gut ab. Mit einem wichtigen Vorteil: Dem Kind bleiben mögliche Nebenwirkungen erspart. Diese treffen im Durchschnitt immerhin jedes vierte Kind (27 von 100 Kindern). Auch kranke Kinder, die kein Antibiotikum bekommen, leiden unter Durchfall, Erbrechen oder Hautausschlag, allerdings seltener (20 von 100 Kindern).

Natürlich gibt es auch Ausnahmen. Ausgenommen sind Kinder unter zwei Jahren mit Entzündung beider Ohren oder eitrigem Ausfluss: Sie sollten sofort ein Antibiotikum erhalten. Auch bei Säuglingen, plötzlicher Verschlimmerung der Symptome oder hohem Fieber kann ein Antibiotikum notwendig sein. Auf jeden Fall sollte jederzeit ärztliche Hilfe erreichbar sein. Besonders dann, wenn Eltern vorerst auf Antibiotika verzichten und abwarten, wie sich die Erkrankung entwickelt.

Auch Bakterien im Harntrakt darf man manchmal ruhigen Gewissens am Leben lassen. Sehr oft finden sich Bakterien im Harn von Menschen, die völlig

Autorin: Dr. med. univ. Jana Meixner

© Dezember 2019 · NÖ PPA · Wenn zu viel Medizin schadet

beschwerdefrei sind. Das betrifft besonders oft ältere Menschen oder Personen, die einen Harnkatheter haben oder hatten. Oft werden diese Keime im Zuge von Routineuntersuchungen zufällig entdeckt. Im Gegensatz zum Harnwegsinfekt, der Betroffenen Beschwerden verursacht, ist es in diesem Fall jedoch nicht notwendig, mit Antibiotika zu behandeln. Anzeichen eines solchen Infekts sind Unterbauchschmerzen, Brennen beim Urinieren, Blut im Harn, Fieber oder häufiger Harndrang.

Hat der oder die Betroffene keinerlei Symptome eines solchen Infekts, müssen die Bakterien auch nicht mit Antibiotika behandelt werden. Sie schaden durch Nebenwirkungen auch in diesem Fall mehr als sie nützen. Eine Ausnahme bilden schwangere Frauen. Auch vor Operationen am Urogenitaltrakt sollte dieser zuvor mit Antibiotika von Bakterien befreit werden.

Schau' ma mal?

Geht es um ein womöglich schädliches Maß an Medizin, spielen auch radiologische Untersuchungen, wie Röntgen oder Magnetresonanztomographie (MRT), eine bedeutende Rolle. Jeder vierte Erwachsene in Österreich hat zumindest gelegentlich Rückenschmerzen, wie die Statistik Austria berichtet. Suchen Betroffene wegen akuter Rückenschmerzen medizinische Hilfe, erwarten sie sich oft eine Zuweisung zu Röntgen oder MRT – und bekommen sie auch. Oft lautete die Devise: „Kann ja zumindest nicht schaden.“

Doch, sagen ExpertInnen der ÖGAM, es kann. Nämlich dann, wenn zum Beispiel altersbedingte Veränderungen entdeckt werden, die gar nicht der Grund für die Beschwerden sind. Sehr viele Menschen haben Abweichungen von der Norm, die die untersuchende Radiologin dann im Befund beschreibt. Diese Abweichungen müssen gar nichts mit den Beschwerden zu tun haben. Trotzdem sind Betroffene verunsichert. Weitere unnötige Untersuchungen und vielleicht sogar Eingriffe folgen. Oft sind an den Schmerzen aber Haltungsfehler, Verspannungen oder eine schwache Stütz Muskulatur Schuld, die die Radiologin auf den Bildern nicht sehen kann. Röntgen und MRT zeigen selten die wahre Ursache von Rückenschmerzen.

Es ist auch unwahrscheinlich, dass sie zur Besserung der Beschwerden beitragen. Eine Zusammenfassung verschiedener Studien machte deutlich: Von 200 Patientinnen und Patienten (Durchschnittsalter 43 Jahre) mit Rückenschmerzen die zwischen sechs und zwölf Wochen dauerten, wurden 100 radiologisch untersucht,

Autorin: Dr. med. univ. Jana Meixner

© Dezember 2019 · NÖ PPA · Wenn zu viel Medizin schadet

100 nicht. Nach zwei Jahren hatten beide Gruppen gleich viele Schmerzen oder körperliche Einschränkungen, ob mit Bildgebung oder ohne. Weil die meisten akuten Rückenschmerzen innerhalb von sechs Wochen ohnehin von selbst verschwinden, raten AllgemeinmedizinerInnen von einer radiologischen Untersuchung in dieser Zeit ab.

Zu einer aufwändigen Bildgebung sollten Ärztinnen und Ärzte aber zuweisen, wenn sie einen konkreten und begründeten Verdacht auf eine schwerwiegende Erkrankung oder Verletzung haben. Warnsymptome sind zum Beispiel Schmerzen in Verbindung mit einem Unfall, Gefühlsstörungen, Lähmungserscheinungen oder eine bestehende Krebserkrankung. Bei Rückenschmerzen einer jungen Frau nach einem Sturz vom Pferd ist ein MRT also sinnvoll, bei Kreuzschmerzen eines älteren Büroangestellten weniger.

Auf der Suche nach dem Prostatakrebs

Als letztes und sehr eindrückliches Beispiel dafür, wie zu viel Medizin problematisch werden kann, sei die Bestimmung des Prostataspezifischen Antigens, kurz PSA, im Blut genannt. Das PSA ist ein sogenannter Tumormarker, dessen Konzentration im Blut Hinweis auf Prostatakrebs geben kann. Es kann für den Patienten sehr unkompliziert und schmerzlos im Rahmen einer Blutabnahme bestimmt werden. Der PSA-Test ist dazu geeignet, Patienten zu überwachen, die ein hohes Risiko für Prostatakrebs haben. Etwa weil sie schon einmal einen Tumor hatten oder weil der Krebs in ihrer Familie häufig auftritt. Er gibt auch Auskunft über den Erfolg der Therapie bei bereits bekannter Erkrankung.

Es wird jedoch davon abgeraten, den PSA-Test routinemäßig bei Männer ohne erhöhtem Risiko für Prostatakrebs und ohne Beschwerden durchzuführen. Zumindest nicht ohne die Betroffenen vorher über die Risiken und möglichen Folgen des Tests aufzuklären. Denn der Test ist nicht zuverlässig und liefert sehr oft falsch positive Ergebnisse. Das heißt, er zeigt auch ohne Krebs sehr oft Auffälligkeiten. Solche falschen Ergebnisse machen nicht nur Angst: Um Klarheit zu gewinnen, werden in Folge Gewebeproben entnommen oder Teile der Prostata entfernt, obwohl dies vielleicht gar nicht nötig wäre. In manchen Fällen werden auch Tumore behandelt, obwohl diese nie zu Beschwerden geführt hätten.

Eine große wissenschaftliche Studie, die 13 Jahre lang dauerte, untersuchte über 160 000 Männer im Alter von 55 bis 69 Jahren, die in dieser Zeit bis zu drei PSA-Tests hatten. Die Ergebnisse zeigten: Mit Früherkennungsuntersuchung starben pro

Autorin: Dr. med. univ. Jana Meixner

© Dezember 2019 · NÖ PPA · Wenn zu viel Medizin schadet

Jahr 4 von 10.000 Männern an Prostatakrebs, ohne Früherkennungsuntersuchung waren es 5 von 10 000.

Nur gut aufgeklärt entscheiden

Prostatakrebs ist der häufigste Krebs des Mannes. Er ist auch ein Krebs des Alters, wird er doch meist bei Männern über 70 Jahren diagnostiziert. Im Allgemeinen ist die Prognose gut: Fünf Jahre nach der Diagnose sind etwa neun von zehn Männern noch am Leben. Dass diese Krebsart in den letzten Jahrzehnten immer häufiger zu werden scheint, liegt eben vor allem daran, dass viel mehr danach gesucht wird, selbst wenn der Tumor gar keine Probleme macht.

In Studien an Verstorbenen zeigte sich, dass neun von zehn verstorbenen Männern über 90 Jahre Prostatakrebs hatten, der zu Lebzeiten nicht aufgefallen war. Würden alle Männer routinemäßig untersucht, würden also sehr viele Tumore entdeckt und behandelt werden, die nie zu Problemen geführt hätten. Ärztinnen und Ärzte sollten den PSA-Wert also nicht routinemäßig bei allen Männern bestimmen, sondern Alter, Gesundheitszustand und Familiengeschichte des Betroffenen in der Entscheidung berücksichtigen.

Vor Früherkennungsuntersuchungen der Prostata ab 55 Jahren sollten Männer über ihr individuelles Risiko und mögliche negative Folgen aufgeklärt werden. Bei Männern ab 70 Jahren überwiegen Überdiagnosen und das Risiko falscher Ergebnisse mit hoher Wahrscheinlichkeit den möglichen Nutzen. In diesem Alter ist ein PSA-Test nicht empfohlen.

Gemeinsam gut entscheiden

Die Initiative Gemeinsam gut entscheiden hat es sich zum Ziel gemacht, der Bevölkerung wissenschaftlich fundierte Informationen zu unnötigen Tests und Therapien zur Verfügung zu stellen.

Autorin: Dr. med. univ. Jana Meixner

© Dezember 2019 · NÖ PPA · Wenn zu viel Medizin schadet

Gemeinsam mit österreichischen Fachgesellschaften wählen wir die fünf wichtigsten Empfehlungen aus jedem medizinischen Fachbereich aus. Wir wollen Ärztinnen und Ärzten dabei helfen, ihre Patientinnen und Patienten aufzuklären, damit sie Entscheidungen gemeinsam und gut informiert treffen können. Unser Ziel: Eine sichere und effizientere Medizin.

Die Initiative Gemeinsam gut entscheiden ist ein Kooperationsprojekt des Instituts für Allgemeinmedizin an der Medizinischen Universität Graz und von Cochrane Österreich an der Donau Universität Krems.

Weitere Informationen über unser Projekt finden Sie unter www.gemeinsam-gut-entscheiden.at

Autorin: Dr. med. univ. Jana Meixner

© Dezember 2019 · NÖ PPA · Wenn zu viel Medizin schadet

Über die Autorin:

Dr. Dr. med. univ. Jana Meixner

Jana Meixner schloss 2016 das Studium der Humanmedizin an der Medizinischen Universität Wien ab. Seit 2018 absolviert sie das Masterstudium für Verhaltens-, Neuro- und Kognitionsbiologie an der Universität Wien. Seit 2012 arbeitet sie als freie Journalistin bei Gesund & Leben (NÖ Landeskliniken Holding). Sie ist wissenschaftliche Mitarbeiterin beim Evidenzbasierten Informationszentrum für ÄrztInnen und für die Plattform Gemeinsam gut entscheiden – Choosing Wisely Austria am Department für evidenzbasierte Medizin und Evaluation an der Donau-Universität Krems tätig.

Impressum

Im Letter LAUT GEDACHT stellen namhafte und erfahrene Expertinnen und Experten Überlegungen zur Umsetzung der Patientenrechte an. Der Letter erscheint unregelmäßig seit Juli 2001 und findet sich auf www.patientenanwalt.com zum kostenlosen Download.

Herausgeber: NÖ Patienten- und Pflegeanwaltschaft, A 3109 St. Pölten, Landhausplatz 1, Haus 13

Tel: 02742/9005-15575, Fax: 02742/9005-15660, E-Mail: post.ppa@noel.gv.at

Für den Inhalt verantwortlich: Der Letter dieser Reihe repräsentiert jeweils die persönliche Meinung des Autors. Daten und Fakten sind gewissenhaft recherchiert oder entstammen Quellen, die allgemein als zuverlässig gelten. Ein Obligo kann daraus nicht abgeleitet werden. Herausgeber und Autoren lehnen jede Haftung ab.

© Copyright: Dieser Letter und sein Inhalt sind urheberrechtlich geschützt. Nachdruck oder auch nur auszugsweise Weiterverwendungen nur mit Zustimmung des Herausgebers. Zitate mit voller Quellenangabe sind zulässig.

Autorin: Dr. med. univ. Jana Meixner

© Dezember 2019 · NÖ PPA · Wenn zu viel Medizin schadet