

Studie zur vorbereitenden Planung des Rauchstopps

Auch rascher Entschluss führt zum Verzicht

Ob im Leben oder Sterben, das Denken in Stadien hat in der Medizin Tradition. So gehen gängige psychologische Modelle zum Verzicht auf das Rauchen auch von Stadien aus, die der Tabakabhängige zu durchlaufen habe, und die dann schliesslich im erfolgreichen Rauchstopp kulminieren. Danach hätten Raucher, die ihren Verzicht im Voraus planen, eine grössere Chance mit ihrem Vorhaben erfolgreich zu sein. Demgegenüber stehen Beobachtungen von Exrauchern, die berichten, einfach eines Tages beschlossen zu haben aufzuhören und das dann auch ganz einfach umzusetzen. In einer Querschnittsuntersuchung in englischen Haushalten konnten 918 Raucher, die mindestens einen Versuch zum Tabakstopp gemacht hatten, und 996 Exraucher näher befragt werden. Gefragt wurde, ob der letz-

te Versuch geplant war und ob Versuche mit mindestens sechsmonatiger Vorbereitungsphase zu mindestens sechsmonatiger Abstinenz geführt hatten. 48,6 Prozent der Raucher berichteten, dass ihr letzter Versuch unmittelbar nach dem Entschluss dazu erfolgte. Im Vergleich zu vorgeplanten führten nicht geplante Versuche mit höherer Wahrscheinlichkeit (2,6mal, 95%-KI 1,4- bis 4,7mal) zum Erfolg. Die Autoren schlagen ein Veränderungsmodell vor, das sich an die mathematische Katastrophentheorie (vulgo: «Der Flügelschlag eines Schmetterlings kann das totale Chaos auslösen») anlehnt. Danach befänden sich Raucher auf unterschiedlichen Ebenen emotionaler Spannung und irgendeiner Trigger aus der Umwelt könnten ein plötzliches Umkippen in einen anderen Motivations-



zustand bewirken, der stabiler und zielführender wäre als der Plan, zu einem späteren Zeitpunkt mit Rauchen aufzuhören. ■

H.B.

Quelle: Robert West, Taj Sohal, British Medical Journal 2006; 332: 458-460.

Cholinesterasehemmer bei Morbus Alzheimer

«Empfehlungen sind nicht evidenzbasiert»

Hanna Kaduszkiewicz und Koautoren vom Institut für Allgemeinmedizin am Zentrum für psychosoziale Medizin des Universitätsklinikums Hamburg-Eppendorf kommen in einer systematischen Review der randomisierten Studien zu einem strengen Urteil: «Wegen unzulänglicher Methoden und kleiner klinischer Nutzen ist die wissenschaftliche Basis für Empfehlungen zu Cholinesterasehemmern in der Behandlung der Alzheimer-Krankheit fragwürdig». Die Autoren suchten mit den Begriffen Donepezil, Rivastigmin und Galantamin in den üblichen Quellen nach randomisierten, doppelblinden plazebokontrollierten Studien bei Morbus Alzheimer und fanden 22 bis Ende 2004 publizierte Studien. Die Beobachtungszeit betrug zwischen sechs Wochen und drei Jahren. 12 der 14 Studien, die den

kognitiven Verlauf mit Hilfe der 70-Punkte-Alzheimer-Skala (kognitive Subskala) massen, fanden Differenzen zu Gunsten der geprüften Cholinesterasehemmer zwischen 1,5 und 3,9 Punkten. Auch alle 12 Studien, die den Eindruck des Arztes unter Einbezug der Angehörigen rapportierten, fanden einen therapeutischen Nutzen. Die methodologische Beurteilung der Studien ergab jedoch beträchtliche Mängel wie multiple Tests ohne statistische Korrektur für diese Multiplizität, Ausschluss von Patienten nach der Randomisierung, Auswertung unvollständiger Datensätze, Fehlen einer Intention-to-treat-Analyse oder auch subjektive Kriterien zur Fortführung oder Beendigung der Therapie. Den deutschen Autoren ist bewusst, dass sie zu deutlich anderen Schlüssen gekommen sind als einige Meta-

analysen. Jenen Untersuchungen werfen sie jedoch vor, die schlechte Qualität der klinischen Studien nicht oder nicht ausreichend berücksichtigt zu haben, womit auch die Metaanalyse zwangsläufig zu nicht aussagekräftigen Folgerungen habe kommen müssen. Dies führt sie zu den hervorgehobenen Merkmalen aus ihrer systematischen Review: «Die Empfehlungen zum Einsatz von Cholinesterasehemmern scheinen nicht evidenzbasiert zu sein. Die auf Beurteilungsskalen gemessenen Nutzen waren minimal. Die methodologische Qualität der verfügbaren Studien war dürftig (poor)». ■

H.B.

Quelle: Hanna Kaduszkiewicz et al., British Medical Journal 2005; 331: 321-327.

Rosenbergstrasse 115

Wenn Sie das lesen, sind die Olympischen Winterspiele bereits vorbei und «*passion lives wieder hier bei uns*». Das einzige nicht-olympische Ereignis im Torino dieser Tage war wohl die Rücktritts-Presskonferenz von Sonja Näf, unserer erfolglosen Skifahrerin der letzten beiden Jahre (nach doch 15 Weltcup-Siegen, immerhin). Gerade da und dann, als die ganzen TV-Stationen zugegen waren, gab sie ihren Rücktritt vom aktiven Skisport bekannt. Zwei Jahre zu spät leider, nach insgesamt acht Knieoperationen und vor einem Eingriff an der Hüfte. Schön für sie, dass sie sich nun nicht mehr wegen enttäuschender 25. Ränge rechtfertigen muss und dass sie (vielleicht) endlich wieder Kleider anziehen kann, die nicht mit «*swisscom*» oder «*winterthur*» angeschrieben sind.



Die Schweiz liegt überraschend weit vorn im ehemals verpönten, neuerdings aber wieder salonfähig gewordenen Medaillenspiegel. Statistiken gibts ja viele während so einem Riesenevent, eine medizinisch spannende haben wir allerdings vermisst: den Ligamentaspiegel, der über die Zahl der zerrissenen und operierten Bänder an Knien, Knöcheln und Koxae Auskunft gegeben hätte. Olympische Spiele, eine Art Mustermesse der Orthopäden.



Nur Harald Schmidt, der sich just zum Zeitpunkt der Näf-Presskonferenz im House of Switzerland aufhielt, um sich Material für seine abendliche Sendung zu holen, wusste nicht, wer Sonja Näf ist. Aufklärung durch einen Offiziellen: «*Sonja Näf, unser Skischätzchen.*» – «*Aha, was für eine Disziplin?*» – «*Slalom und Riesenslalom.*» – «*Und als wievielte hat sie sich denn klassifiziert?*» – «*Hm? Sie hat sich gar nicht für die Olympischen Spiele qualifiziert.*» Schnitt.



Apropos Harald Schmidt: Zusammen mit Waldemar Hartmann, dem gmögigen Bayern, bestritt er jeden zweiten Abend die Sendung «*Waldi und Harry*». Spass beim Sport oder Sport mit Ulk war wohl die hochwohllobliche Intention. Nicht bedacht hat Harry, dass beides nichts miteinander zu tun hat. Sport ist zwar eine gefreute, aber todernte Sache. Das gilt sogar für so kuriose Sportarten wie das homoerotische Zweierrodeln.



Nun, die Stunden vor dem Fernseher brachten Wunderschönes und Tragisches, Rührendes und Ekliges ins Wohnzimmer. Etwas gewöhnungsbedürftig waren die sabbernden Langläufer, die wie die Bordeaux-Dogge des Nachbarn keine Anstalten machten, den triefenden Geifer abzuwischen, sondern mit schäumendem Übermut nach dem Zieleinlauf gleich ihre Trainer umarmten. Die Tagliatelle *aglio olio* wollten, wenn die Langläufer und Biathleten ausgerechnet während des Znacht's ins Ziel liefen, einfach nicht so schmecken wie sonst.



Zu den erfolgreichsten Nationen in Turin gehörte Österreich. Getrübt wurde der Austria-Erfolg lediglich durch die zuhaufliehenden Biathleten und Trainer, die unter Zurücklassung von Kanülen, Spritzen und verdächtigen Trüchli mit allen auftreibbaren PW ins schützende Heimatland rasten. Dass dabei der eine oder andere einen Unfall baute oder in der Psychiatrischen Klinik landete, nun ja – wie im richtigen Sport eben.



Eine der sympathischsten Sportlerinnen war und ist allerdings auch eine Österreicherin:

Michaela Dorfmeister. Nicht nur wegen der Art und Weise, wie sie den Beinahezusammenstoss auf der Abfahrtspiste in St. Moritz, bei dem es um Leben und Tod ging, wegsteckte und den Schuldigen in Schutz nahm, nein, einfach so und weil es so ehrlich klang als sie ihren Rücktritt vom Skisport verkündete: «*I hob d' Nas'n voll.*»



Aber auch die Schweizer haben sympathische SportlerInnen. Ganz weit vorn die aufgekratzte (früher hätte man gesagt: «*echli gschupfti*») Tanja Frieden. Tierisch ehrgeizig, aber unbändig happy über ihren «*Plämmpu*».



Irritiert hat bei diesen Olympischen Spielen die Chancengleichheit. Die Skeleton-Fahrerin Maya Pedersen-Bieri beispielsweise hatte genau eine Gelegenheit zu gewinnen. Die Langläufer und Biathleten hingegen liefen und liefen und liefen, im klassischen Stil und skatend (oder beides kombiniert), allein oder als Mannschaft, im Sprint, in der Verfolgung, im Massenstart, über fünf, zehn, fünfzehn, zwanzig und fünfzig Kilometer. Und doch gabs auch dort Nationen, die keine Medaillen gewannen. Die Schweizer und die Kenyaner zum Beispiel.



Und zuletzt noch die Frage des Monats: Wie verzweifelt muss ein Schweizer Cervelat-Prominenter eigentlich sein, um sich zu «*Black 'n' Blond*» einladen zu lassen?

Richard Altorfer