

Orthopädie

6000 Schritte pro Tag gegen funktionelle Einschränkungen bei Kniegelenksarthrose



Bewegung wird empfohlen, um die mit einer Kniegelenksarthrose einhergehenden funktionellen Einschränkungen zu mindern. Wie eine kürzlich publizierte Studie zeigt, könnte bereits einfaches Spazieren gehen dafür ausreichen.

In einer Kohortenstudie mit 1788 Probanden an verschiedenen US-amerikanischen Orthopädiezentren wurde eine Woche lang die Anzahl der Schritte pro Tag gezählt. Die Teilnehmer der Studie hatten entweder radiologisch bestätigte Kniegelenksarthrose, Arthrosesymptome oder ein hohes Risiko, eine Kniegelenksarthrose zu entwickeln. Das Durchschnittsalter lag bei 67 Jahren,

der mittlere BMI betrug 31. In den folgenden zwei Jahren wurde die Inzidenz funktioneller Einschränkungen erfasst (Gehgeschwindigkeit unter 1 m/sec; funktioneller WOMAC-Score unter 28 von 68 Punkten). Je mehr Schritte gezählt wurden, umso geringer war das Risiko für das Eintreten (weiterer) funktioneller Einschränkungen in den folgenden zwei Jahren. Die Beobachtung, dass das Risiko statistisch betrachtet pro 1000 Schritte täglich um zirka 16 bis 18 Prozent sank, ist zwar kein Beweis für eine Ursache-Wirkungs-Beziehung, bietet sich jedoch als Argumentationshilfe an, wenn es darum geht, die Patienten zu mehr Bewegung zu motivieren. Um einen guten Effekt zu erzielen, sollten es mindestens 6000 Schritte pro Tag sein, empfehlen die Studienautoren. **RBO**❖

White KD et al.: Daily walking and the risk of incident functional limitation in knee OA: An observational study. *Arthritis Care and Research* 2014; published online: June 12, 2014.

Infektiologie

Virologen für umstrittene Grippemittel

Seit im April eine neue Übersichtsstudie der Cochrane Collaboration zu den Grippemitteln Oseltamivir (Tamiflu®) und Zanimivir (Relenza®) erschien, sind die Zweifel an deren Nutzen gewachsen (siehe ARS MEDICI 8/2014, Seite 406). Nicht zuletzt wegen fehlender Alternativen spricht sich die Gesellschaft für Virologie (GfV), die Deutsche Vereinigung zur Bekämpfung der

Viruskrankheiten (DVV) und die Paul Ehrlich Gesellschaft für Chemotherapie (PEG) nun trotzdem für die beiden Medikamente aus.

Zudem kritisieren die Virologen, dass in der Analyse der Cochrane Collaboration nur randomisierte, kontrollierte Studien mit überwiegend ansonsten gesunden Personen berücksichtigt wurden. In einer von

Cochrane nicht mitgezählten Beobachtungsstudie mit mehr als 29 000 Patienten habe man aber gesehen, dass eine frühe Behandlung mit Oseltamivir schwere Folgeerkrankungen und die Sterblichkeit statistisch signifikant minderte.

Letztlich könne auf den Einsatz von Oseltamivir und Zanimivir erst verzichtet werden, wenn neue, wirkungsvollere Medikamente zur Verfügung stünden, heisst es in einer Pressemitteilung der GfV. **RBO**❖

Pressemitteilung der GfV vom 25. Juni 2014.

Gastroenterologie

Magenkrebsrisiko und Helicobacter-Eradikation



Seit man den Magenkeim Helicobacter relativ einfach beseitigen kann, stellt man sich die Frage, ob man das auch bei gesunden, asymptomatischen Trägern tun sollte, um so möglicherweise das Magenkrebsrisiko zu senken.

Die Resultate einer kürzlich im «British Medical Journal» publizierten Metaanalyse unterstreichen einmal mehr, dass letztlich das Ausgangsrisiko einer bestimmten Bevölkerung in einer bestimmten Region

die Antwort auf Fragen dieser Art bestimmt. Die Autoren berücksichtigten 6 Studien mit insgesamt 6497 Probanden. Im Beobachtungszeitraum von rund 5 Jahren erkrankten von den 3294 Personen mit Eradikation 51 an Magenkrebs (1,6%), bei den 3203 Kontrollpersonen waren es 76 Fälle (2,4%). Es bestehen jedoch grosse Unterschiede zwischen verschiedenen Bevölkerungsgruppen. Unter der Voraussetzung, dass der Nutzen einer Helicobacter-Eradikation lebenslang anhalten würde, beträgt die «number needed to treat» bei

Chinesen nur 15, während sie bei US-amerikanischen Frauen 245 beträgt.

Die Autoren der Metaanalyse kommen zu dem Schluss, dass eine Evidenz mittlerer Qualität dafür spreche, dass asymptotische Asiaten von einer Helicobacter-Eradikation profitieren könnten, man das aber nicht zwingend auch für andere Bevölkerungsgruppen annehmen dürfe. **RBO**❖

Ford AC et al.: Helicobacter pylori eradication therapy to prevent gastric cancer in healthy asymptomatic infected individuals: systematic review and meta-analysis of randomised controlled trials. *BMJ* 2014; 348: g3174.

Pädiatrie

Neues Forschungszentrum für pädiatrische Pharmakologie

Das Schweizerische Tropen- und Public-Health-Institut (Swiss TPH) feiert dieses Jahr sein 70-jähriges Bestehen. Aus dem von Rudolf Geigy im Mai 1944 gegründeten «Tropeli» ist heute ein Wissenschaftsbetrieb mit globaler Ausstrahlung geworden. Derzeit arbeiten über 700 Mitarbeiter für das Swiss TPH in mehr als 20 Ländern. Alleine in Basel sind rund um die Socinstrasse gegen 450 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter sowie rund 120 Studierende tätig.

Neben den globalen Bedrohungen wie Malaria und Tuberkulose werden am Swiss TPH auch die sogenannten «vernachlässigten Krankheiten», ihre auslösenden Parasiten und entsprechende Behandlungsstrategien erforscht. Dazu gehören zum Beispiel die Schlafkrankheit, die Bilharziose oder die Leishmaniose. Das Swiss TPH ist dabei nicht

nur forschend tätig, sondern auch als Partner in Umsetzungs- und Entwicklungszusammenarbeitsprojekten in Afrika, Osteuropa und Zentralasien. In Basel ist das Swiss TPH insbesondere für seine reisemedizinische Beratung und als nationales Referenzzentrum für parasitäre Erkrankungen bekannt. Seit der Integration des Instituts für Sozial- und Präventivmedizin im Jahr 2009 sind weitere Forschungsgebiete hinzugekommen. So befasst man sich auch mit nicht übertragbaren Erkrankungen wie Bluthochdruck, Folgen der Luftverschmutzung oder Diabetes sowie deren Konsequenzen für die Bevölkerungen und die Gesundheitssysteme in der Schweiz, Europa und Übersee. **RBO** ❖

Pressemitteilung des UKBB vom 25. Juni 2014.

Gastroenterologie

Neue Leitlinien zur Divertikelkrankheit

Die deutschen Fachgesellschaften für Gastroenterologie, Verdauungs- und Stoffwechselerkrankungen (DGVS) sowie für Allgemein- und Viszeralchirurgie (DGAV) haben eine neue Leitlinie zur Divertikelkrankheit/Divertikulitis publiziert.

Man schätzt, dass zirka 30 bis 45 Prozent der Erwachsenen Divertikel der Darmwand aufweisen; bei den über 70-Jährigen sind es mehr als 60 Prozent. Bei jedem dritten bis vierten Betroffenen können im Verlauf Beschwerden auftreten.

Um den zum Teil schweren Komplikationen einer Divertikulitis vorzubeugen, raten die Experten in ihrer neuen Leitlinie zu einer ballaststoffreichen Ernährung. Zudem sollten Ärzte bei Unterbauchschmerzen auch an eine Divertikelentzündung denken. Starke Schmerzen im Unterbauch, vor allem auf der linken Seite, könnten möglicherweise auf eine Divertikulitis hinweisen. Ein Verdacht auf diese Erkrankung ist auch bei Patienten unter 40 Jahren gegeben, die seit einigen Jahren immer häufiger erkranken. Neben den Schmerzen leiden Betroffene unter anderem an Blähungen, Durchfall oder Verstopfung

und oft auch an Fieber. Blutbild, Ultraschall und gegebenenfalls eine Computertomografie können hier Klarheit bringen.

Bei schweren Entzündungen mit Abszessen empfehlen die Autoren der Leitlinie eine Antibiotikatherapie und gegebenenfalls einen chirurgischen Eingriff. Ziel der Leitlinien ist es aber auch, eine Übertherapie zu verhindern. So raten die Experten bei einer unkompliziert verlaufenden Divertikulitis nur in Ausnahmefällen zur Antibiotikagabe. Normalerweise stehen die Chancen gut, dass eine leichte Entzündung von alleine ausheilt. Auch bei der Operation einer wiederkehrenden Divertikulitis empfehlen die Experten heute mehr Zurückhaltung. Während man früher oft gleich nach dem zweiten Schub operierte, empfiehlt man heute den Eingriff nur noch nach einer individuellen Abwägung der Chancen und Risiken. **RBO/DGSV** ❖

Leitlinie zum Download:
www.dgvs.de/leitlinien/divertikelkrankheit/

Vor 10 Jahren

Statine gegen MS

Nach erfolgreichen Tierversuchen an Mäusen setzen einige Neurologen neue Hoffnung in Statine als Mittel gegen Multiple Sklerose. Eine ganze Reihe klinischer Studien wird gestartet. Die zugrunde liegende Idee ist, dass die pleiotropen, unter anderem antientzündlichen Effekte der Statine als Monotherapie oder in Kombination mit Interferon-beta das Vorschreiten einer MS hemmen könnten. Die Ergebnisse der Studien sind jedoch widersprüchlich und klinisch nicht relevant. Völlig aufgegeben hat man die Hoffnung offenbar noch nicht. So schreiben die Autoren einer 2014 publizierten Übersichtsarbeit, dass es zu Statinen bei MS noch weitere Studien brauche.

Vor 50 Jahren

Pillendiskussion

Die Würdenträger der katholischen Kirche diskutieren über die Antibabypille. Papst Paul



VI. erweitert die bereits seit einem Jahr bestehende Kommission und lässt die Welt im Juni 1964 wissen, dass er dem Kirchenvolk schon bald seinen Beschluss mitteilen wird. Es dauert noch vier Jahre, bis er 1968 in der Enzyklika «Humanae vitae» Klartext spricht und künstliche Methoden der Geburtenkontrolle verdammt, was ihm nicht nur Zustimmung und Kritik, sondern auch den Spitznamen «Pillen-Paul» einträgt (Foto: Wikipedia).

Vor 100 Jahren

Pellagra nicht ansteckend

Der Bakteriologe Joseph Goldberger (1874–1929) publiziert seine auf Experimenten beruhende neue Erkenntnis, dass Pellagra keine infektiöse Erkrankung ist, sondern dass sie auf Mangelernährung beruht. Er fand heraus, dass Pellagra durch eine eiweissarme, einseitige Maisdiät hervorgerufen und durch Fleischzusatz geheilt werden kann. Ausserdem bewies er mit



einem heroischen Selbstversuch, dass Pellagra keineswegs ansteckend ist: Er injizierte sich Ausscheidungen von Pellagra-kranken und blieb gesund. Goldberger wurde für seine Entdeckung fünfmal für den Nobelpreis nominiert, bekommen hat er ihn aber nie (Foto: Wikipedia).