

Aktuelle Studien – kurz gefasst



Krebsdiagnose führt häufig zu Depressionen

Zwischen 20 und 50 Prozent aller Krebspatienten entwickeln behandlungsbedürftige depressive Störungen, 9 bis 24 Prozent sogar eine Major Depression. Länger anhaltende Symptome wie Konzentrationsstörungen, Minderwertigkeitsgefühle oder Hoffnungslosigkeit sollten behandelt werden, da die Übergänge von seelischen Tiefs zur manifesten Depression meist fließend sind. Zudem vermindern depressive Verstimmungen nicht nur die ohnehin schon eingeschränkte Lebensqualität der Krebskranken, sondern verschlechtern zudem Therapiemotivation sowie Compliance und damit auch die Prognose. Als hilfreich haben sich eine individuelle psychonkologische Betreuung sowie die soziale Unterstützung durch Familie und Freunde herausgestellt.

Quelle: Pasquini M et al. (2007) Depression in cancer patients: a critical review. *Clin Pract Epidemiol Ment Health* 3:2.



Häufige Depressionen bei Adoleszenten

Bis zu 5 Prozent aller Kinder und Jugendlichen leiden unter Depressionen. Die wichtigsten Risikofaktoren dafür sind weibliches Geschlecht, eine positive Familienanamnese, Vernachlässigung und traumatisierende Erlebnisse in der Kindheit. Bei leichten bis mässigen Formen sollte eine kognitive Verhaltenstherapie angestrebt werden. Für die Pharmakotherapie gilt: Trizyklika sind bei Kindern zu vermeiden, Fluoxetin wird im Alter von 8 bis 17 Jahren empfohlen. Wichtig: Die Eltern müssen über die möglichen Nebenwirkungen sowie über ein möglicherweise erhöhtes Suizidrisiko informiert werden, und engmaschige

Vorstellungen beim behandelnden Arzt sind unbedingt notwendig.

Quelle: Bhatia SK et al. (2007) Childhood and adolescent depression. *Am Fam Physician* 75: 73–80.



Höherer Bildungsstand verzögert Demenz

Ein niedriger Bildungsstand stellt nach Studienergebnissen einen Risikofaktor für Gedächtnisstörungen dar. Vor diesem Hintergrund wurden 117 Patienten mit beginnender Alzheimer-Demenz einem Gedächtnistest unterzogen, und bei den jährlichen Nachuntersuchungen wurde eine kognitive Bewertung vorgenommen. Dabei stellte sich heraus, dass mit jedem zusätzlichen Jahr einer formalen Ausbildung akzelerierte kognitive Ausfälle um 0,21 Jahre verzögert auftraten. Die Kehrseite der Medaille: Die Gedächtnisstörungen schreiten jedoch bei den Gebildeten dann schneller voran.

Quelle: Hall CB et al. (2007) Education delays accelerated decline on a memory test in persons who develop dementia. *Neurology* 69: 1657–64.



Medizinische Massnahmen müssen nicht immer schmerzhaft sein

Die Frage, inwieweit pflegerische oder medizinische Massnahmen bei den Patienten Schmerzen verursachen, wird zu häufig vernachlässigt. Von über 2000 Befragten zweier Lehrkrankenhäuser in Frankreich berichteten 55 Prozent über stark schmerzhafte Prozeduren, die sie im Rahmen der Behandlung (durch Ärzte, nicht medizinisches und medizinisches Personal, Transport oder Wartezeit) zu ertragen hatten. An vorderster Stelle rangierten dabei Gefässpunktionen, aber auch Mobilisierung, Punktionen,

klinische Untersuchung oder Bildgebung. Vielen der Patienten könnte nach Meinung der Autoren dieses zusätzliche Leiden erspart werden, beispielsweise durch die Verwendung schmerzstillender Salben bei der Blutabnahme.

Quelle: Coutaux A et al. (2008) Care related pain in hospitalised patients: a cross-sectional study. *Eur J Pain* 12: 3–8.



Kopfschmerzen lindern durch Selbsthypnose

US-Wissenschaftler untersuchten die Daten von 178 Jugendlichen, die mit wiederkehrenden Kopfschmerzen an die University of Minnesota überwiesen worden waren und denen innerhalb von 3 bis 4 Sitzungen die korrekte Durchführung einer Selbsthypnose zur Schmerzbeeinflussung beigebracht worden war. Die Auswertung ergab Folgendes: Durch die Selbsthypnose konnte die Kopfschmerzhäufigkeit von 4,5 Episoden/Woche auf 1,4 signifikant gesenkt werden; die Schmerzintensität reduzierte sich auf einer Skala von 0 bis 12 von durchschnittlich 10,3 auf 4,7, und die mittlere Dauer nahm von 23,6 auf 3,0 Stunden ab. Nebenwirkungen blieben aus.

Quelle: Kohen DP et al. (2007) Self-hypnosis training for headaches in children and adolescents. *J Pediatr* 150: 635–39.



Sport gegen Fibromyalgie

Mehr als 200 Fibromyalgiepatientinnen aller Altersgruppen, die bereits medikamentös behandelt worden waren, nahmen vier Monate lang entweder an einem Aerobictraining, einem Krafttraining, einem Aerobictraining mit Selbsthilfekurs oder nur an einem Selbsthilfekurs teil. In allen Trainingsgruppen dieser randomisierten US-Studie besserten sich Krankheits-symptomatik und allgemeines Wohlbefinden signifikant. Am besten war das Ergebnis unter Training plus Schulung, Selbsthilfekurse alleine

zeigten keinen Nutzen. Die sportlichen Aktivitäten wirkten sich positiv auch auf die mentale Gesundheit, depressive Störungen und Fatigue aus. Die Fortschritte waren auch ein halbes Jahr später noch feststellbar.

Quelle: Rooks DS et al. (2007) Group exercise, education and combination self-management in women with fibromyalgia; a randomized trial. Arch Intern Med 167: 2192-2200.

Aufgeschnappt

Höheres Suizidrisiko bei Epileptikern

Nach einer Studie der Universitätsklinik Aarhus, Dänemark, verfügen Menschen mit Epilepsie über ein dreimal höheres Selbstmordrisiko als die allgemeine Bevölkerung. Frauen begehen eher Selbstmord als männliche Patienten. Betroffene, die in den vergangenen sechs Monaten diagnostiziert wurden, sind ebenfalls einem höheren Risiko ausgesetzt. Die in «Lancet Neurology» veröffentlichte Studie fordert grössere Anstrengungen zur Kontrolle der epileptischen Anfälle, die stigmatisierend sein und viele Nebenwirkungen haben können. Die Wissenschaftler untersuchten 21 169 Selbstmorde, die in Dänemark zwischen 1981 und 1997 verübt wurden. 492 (2,32%) der in den Freitod gegangenen Personen litten unter Epilepsie. In der allgemeinen Bevölkerung liegt diese Rate bei einem Sample von 400 000 Personen nur bei 0,74 Prozent. Auch nachdem Faktoren wie Geisteskrankheiten, Arbeitsbedingungen, Einkommen und Familienverhältnisse berücksichtigt wurden, war die Selbstmordrate noch immer doppelt so hoch. Bei einer Diagnose in den vergangenen sechs Monaten war das Selbstmordrisiko fünfmal höher.

Burn-out und Depression in der Arbeitswelt steigen stark an

Die Zahl der psychischen und Verhaltensstörungen in der Arbeitswelt

nimmt weiter zu. Das geht aus dem Bericht des Berufsverbandes Deutscher Psychologen zur psychischen Gesundheit am Arbeitsplatz hervor. Zwar nehme die Zahl der Arbeitsunfälle ab. «Aber wir haben einen enormen Anstieg der psychischen Belastungen am Arbeitsplatz im Allgemeinen festgestellt und damit verbunden auch einen Anstieg der daraus folgenden Krankschreibungen», sagt Gesundheitspsychologin Julia Scharnhorst. Der Anteil der Ausfalltage, die mit psychischen Problemen begründet wurden, sei so von 6,6 auf 10,5 Prozent gewachsen.

Parkinson-Risiko durch Pestizide erhöht

Es gibt starke Hinweise darauf, dass der Kontakt mit Pestiziden das Risiko einer Parkinson-Erkrankung deutlich erhöht. Ein Team amerikanischer Wissenschaftler hat nachgewiesen, dass das Ausgesetztsein zu einem 1,6-Mal höheren Risiko führt. Die Forscher der Duke University, der Miami University und des Udall Parkinson's Disease Research Center of Excellence werteten die Daten von insgesamt 600 Personen aus. Details der Studie wurden in «BMC Neurology» veröffentlicht. Experten betonen jedoch laut BBC, dass Pestizide sehr wahrscheinlich eine Schlüsselrolle spielten, jedoch nur in Kombination mit anderen Faktoren.

Hormonmangel durch vorzeitige Wechseljahre schadet Gehirn und Gedächtnis

Ein Mangel an weiblichen Geschlechtshormonen durch vorzeitige Wechseljahre kann das Gehirn der betroffenen Frauen schädigen. Dies belegen neue Studien: Die Entfernung der Eierstöcke vor der Menopause erhöht später das Risiko für eine Demenz- oder Parkinson-Erkrankung. In einer aktuellen Stellungnahme weist die Deutsche Gesellschaft für Endokrinologie (DGE) in München darauf hin, dass in derartigen Fällen die Gabe von Östrogenen Schutz für Gehirn und Nerven bietet.

Wissenschaftler der Mayo Clinic in Rochester befragten insgesamt 2327 Frauen, die sich zwischen 1950 und 1987 aus medizinischen Gründen einen oder beide Eierstöcke hatten entfernen lassen. Im Vergleich zu anderen gleichaltrigen Frauen zeigte sich, dass die Studienteilnehmerinnen später bedeutend häufiger an Gedächtnisschwund oder Schüttellähmung litten. Für Parkinsonismus im Alter erhöht sich das Risiko um 68 Prozent. Das Risiko steigt mit der Zahl der Jahre, die zwischen der Operation und dem natürlichen Alter des Eintritts in die Menopause liegen. Für vor dem 38. Lebensjahr operierte Frauen ist es am höchsten.

Quelle: Rocca WA et al. (2007) Increased risk of cognitive impairment or dementia in women who underwent oophorectomy before menopause. Neurology 69: 1074-83.

Früherkennung von MS mittels Augenscan

Ein Forscherteam des John Hopkins Multiple Sclerosis Center in Baltimore hat ein neuartiges Verfahren zur Diagnose von MS entwickelt. Mittels eines optischen Kohärenztomografen untersuchen die Forscher den Zustand der Nervenzellen in der Netzhaut des Auges. Der einfache, schnell durchführbare Test soll vor allem die Erkennung der schweren Nervenkrankheit in einem frühen Stadium ermöglichen. Laut den Wissenschaftlern sei das präsentierte Verfahren wesentlich präziser und zudem zehnmal kostengünstiger als bisherige Methoden. Vor allem liesse sich eine multiple Sklerose mit diesem Testverfahren bereits in einem relativ frühen Stadium erkennen, wo eine medikamentöse Therapie den grössten Nutzen hat.