

2018

Ambulante Allgemeine Innere Medizin: Empfehlungen für Patientinnen und Patienten

1. Röntgen-Aufnahmen in den ersten sechs Wochen verbessern die Behandlung nicht.

Bei Schmerzen im unteren Rückenbereich bringt eine sofortige Röntgenaufnahme in der Regel nichts, sondern führt zu Folgeuntersuchungen und einer Strahlenbelastung.

Die meisten Erwachsenen leiden im Laufe ihres Lebens an Rückenschmerzen. Meistens lassen sich diese Rückenschmerzen keiner bestimmten Ursache zuordnen. Oft stecken Muskelverspannungen dahinter. Die Schmerzen klingen in der Regel innerhalb von wenigen Wochen ab. Untersuchungen, bei denen Bilder vom Inneren des Körpers gemacht werden, sollten im Normalfall in den ersten sechs Wochen aber nicht durchgeführt werden. Zu solchen Untersuchungen zählen die Computertomografie (CT) oder die Magnetresonanztomografie (MRI). Sie können zu Operationen oder weiteren Abklärungen führen, die aber weder die Stärke noch die Dauer der Schmerzen verringern. CT oder MRT sind nur dann angezeigt, wenn die Ärztin oder der Arzt bei der Untersuchung auf Warnzeichen stösst wie beispielsweise Gefühlsstörungen oder Lähmungserscheinungen in Beinen und Armen, Probleme beim Wasserlassen oder beim Stuhlgang.

2. Bevor der PSA-Wert zur Früherkennung von Prostatakrebs gemessen wird, müssen Nutzen und Risiken der Messung genau abgewogen werden.

Um Prostatakrebs frühzeitig zu erkennen, kann der sogenannte PSA-Wert im Blut gemessen werden. Diese Messung führt jedoch unnötigerweise zu vielen Folgeuntersuchungen oder -behandlungen.

Wenn der PSA-Wert im Blut eines Patienten erhöht ist, kann dies ein Hinweis auf Prostatakrebs sein. Meistens folgen dann weitere Untersuchungen oder Behandlungen. Diese haben jedoch nicht immer einen Nutzen und können sogar schädlich sein. Der PSA-Wert im Blut kann auch bei anderen Veränderungen an der Prostata erhöht sein und muss nicht immer auf Krebs hindeuten. Es gibt ausserdem verschiedene Arten von Prostatakrebs. Einige Arten wachsen nur sehr langsam und machen lange Zeit keine Beschwerden. Weil Prostatakrebs vor allem im höheren Alter auftritt, ist es deshalb nicht immer sinnvoll, die langsam wachsenden Formen von Prostatakrebs zu behandeln. Bevor der PSA-Wert im Blut bestimmt wird, sollten deshalb Nutzen und Risiken sorgfältig abgewogen werden. Ab einem Alter von 75 Jahren raten Fachärztinnen und -ärzte generell davon ab, den PSA-Wert zur Früherkennung von Prostatakrebs zu messen.

3. Bei Entzündungen der oberen Luftwege helfen Antibiotika meistens nicht.

Schnupfen oder Entzündungen von Rachen oder Kehlkopf werden in den meisten Fällen durch Viren ausgelöst. Gegen diese Krankheitserreger sind Antibiotika unwirksam.

Die typischen Beschwerden von Entzündungen der oberen Luftwege sind Husten, Halsschmerzen oder Schnupfen. Oft fühlt man sich auch schwach. Solche Beschwerden werden häufig durch Viren ausgelöst. Antibiotika sind aber gegen Viren nicht wirksam, denn diese Medikamente bekämpfen Bakterien. Wie alle Medikamente können auch Antibiotika bestimmte Nebenwirkungen haben. Werden Antibiotika zudem aus den falschen Gründen eingenommen, so führt dies dazu, dass Bakterien schneller resistent werden und gegen resistente Bakterien sind Antibiotika anschliessend schlecht oder gar nicht mehr wirksam, was zu schwerwiegenden Krankheitsverläufen führen kann. Aus diesen Gründen sollte man Antibiotika bei Entzündungen der oberen Luftwege nur sehr zurückhaltend einnehmen.

4. Es ist nicht bei jedem Patienten sinnvoll, vor einer Operation Röntgenaufnahmen vom Brustkorb zu machen.

Häufig wird vor einer Operation der Brustkorb geröntgt. Vor allem bei Patientinnen oder Patienten ohne Beschwerden hat diese Untersuchung oft keinen positiven Effekt – erhöht aber die Strahlenbelastung.

Durch Röntgenaufnahmen vor einem operativen Eingriff können zum Beispiel Erkrankungen vom Herzen oder von der Lunge erkannt werden. Vor einer Operation wird der Brustkorb aber auch bei vielen Patienten geröntgt, bei denen es keine Hinweise auf eine solche Erkrankung gibt. Bei diesen Patientinnen und Patienten haben die Röntgenaufnahmen meist keinen Einfluss auf die Behandlung oder den Verlauf einer Operation. Nur in spezifischen Fällen ist eine solche Untersuchung sinnvoll. Dann zum Beispiel, wenn es Hinweise auf eine Herz- oder Lungenerkrankung gibt oder der Patient eine Brustkorbverformung aufweist. In solchen Fällen helfen Röntgenaufnahmen dabei, Operationen besser planen zu können. Röntgenaufnahmen sollten aber grundsätzlich nie ohne guten Grund gemacht werden, da zu viel Röntgenstrahlung den Körper schädigen kann.

5. Beruhigungs- oder Schlafmittel sollten älteren Menschen nur in dringenden Fällen verordnet werden.

Bestimmte Medikamente wie Beruhigungs- oder Schlafmittel können gerade bei betagteren Menschen zu schweren Folgen wie Unfällen oder Knochenbrüchen führen.

Es gibt bestimmte Medikamente, sogenannte Benzodiazepine, die etwa gegen Unruhe oder Schlafprobleme verabreicht werden. Solche Beruhigungs- und Schlafmittel können allerdings starke Nebenwirkungen haben und dazu führen, dass gerade ältere Menschen häufiger Verkehrsunfälle verursachen, stürzen und sich so bei einem Sturz etwa den Hüftknochen brechen, was eine dauerhafte eingeschränkte Mobilität zur Folge hat. Wenn es bei älteren Menschen also zu Unruhe, Verwirrtheit oder Schlafproblemen kommt, sollten Beruhigungs- oder Schlafmittel nur zurückhaltend verschrieben werden. Besonders Benzodiazepine sollten nur dann angewendet werden, wenn andere Behandlungen nicht mehr helfen.