

# Schlaue Medizin für schlaue Patienten

**Kampagne** Vor einer ärztlichen Behandlung ist kritisches Nachfragen angezeigt. Denn viele Eingriffe sind überflüssig. «Smarter Medicine» will nun die Über- und Fehlversorgung im Gesundheitswesen eindämmen.

Andrea Söldi

Vor zweieinhalb Jahren plagten Regula Neumüller\* plötzlich Bauchschmerzen und Verdauungsprobleme. Der Hausarzt stellte erhöhte Entzündungswerte fest und ordnete eine Computertomografie an. Auf den Bildern waren Schatten im Unterbauch zu sehen. Woher sie stammten, war aber unklar. Die gut 60-jährige Frau wurde in eine Notfallstation eingeliefert. Es folgten wochenlange Untersuchungen, die sie in Panik versetzten.

Schliesslich riet ihr ein Spezialist dringend zu einer Operation und gab ihr einen Termin. Wegen Krebsverdachts müssten Gebärmutter und Eierstöcke entfernt werden, beschied er ihr – obwohl noch nicht alle Untersuchungen abgeschlossen waren. Als spätere Resultate weniger beängstigend ausfielen, sagte der Arzt, er wolle trotzdem operieren. Die verängstigte Frau willigte ein. «In diesem mehrere Wochen dauernden Alarmzustand konnte ich kaum mehr klar denken», erinnert sie sich. Doch zu Hause kamen Zweifel auf. Der Arzt war in den Ferien und für Fragen nicht mehr zu erreichen. Als sie bei einem anderen Spezialisten eine Zweitmeinung einholen wollte, reagierte dieser ungehalten. Er werde seinem Kollegen nicht in den Rücken fallen, war die Antwort.

Am Morgen vor der Operation konnte die Patientin ihre Unsicherheit noch kurz zur Sprache bringen. Doch der Chirurg teilte ihr mit, es sei jetzt zu spät für einen Rückzieher. Beim Eingriff stellte sich dann heraus, dass es sich um ein eingewachsenes Myom gehandelt hatte – eine vergleichsweise harmlose und gutartige Wucherung an der Gebärmutter. «Ich fühlte mich unnötigerweise ausgehöhlt und verstümmelt», sagt Regula Neumüller. Sie sei den Gedanken nicht losgeworden, dass das Privatspital einfach noch freie Kapazitäten hatte und hauptsächlich aus finanziellen Gründen operieren wollte. «Ich habe den Eindruck, dass ich eine Lücke gefüllt habe.»

## Bis zu 30 Prozent unnötig

Regula Neumüller ist halbprivat versichert. Dass Personen mit einer Zusatzversicherung häufiger operiert und darüber hinaus länger im Spital behalten werden als allgemein Versicherte, belegt eine Studie des Bundesamts für Gesundheit von 2016. Besonders gross sind die Unterschiede bei Eingriffen am Kniegelenk, der Operation des grauen Stars und der Entfernung von Nägeln und Platten nach der Reparatur eines Knochenbruchs. Letzteres wäre nicht immer nötig und kann mit Komplikationen verbunden sein. Auch Untersuchungen mit einem Herzkatheter werden bei Privatversicherten doppelt so häufig durchgeführt wie bei Personen, die nur eine Grundversicherung haben.

Nun will die Kampagne «Smarter Medicine» Gegensteuer geben. «Bis zu 30 Prozent aller Behandlungen sind überflüssig», sagt Daniel Scheidegger, Präsident der Schweizerischen Aka-



Besonders am Kniegelenk werden häufig unnötige Eingriffe vorgenommen. Foto: Getty Images

## «Die Anreize in unserem Gesundheitssystem sind eindeutig falsch gesetzt.»

Daniel Scheidegger

Präsident der Schweizerischen Akademie für Medizinische Wissenschaften

demie für Medizinische Wissenschaften, die die Kampagne mit der Schweizerischen Gesellschaft für Allgemeine Innere Medizin und anderen Organisationen lanciert hat. Verlässliche Studien aus der Schweiz gebe es zwar nicht, räumt der emeritierte Anästhesiologie-Professor ein. Doch man lehne sich an Zahlen aus den USA an, wo eine kürzlich publizierte Vergleichsstudie für Aufsehen sorgte.

Diese Fehlentwicklung sei einerseits teuer, vor allem aber auch aus gesundheitlichen Gründen bedenklich, sagt Scheidegger. «Jeder Eingriff in den Kör-

per kann Komplikationen nach sich ziehen.» Im Einzelfall sei es jedoch schwierig nachzuweisen, dass eine Behandlung unnötig war. Denn natürlich müssten Ärzte immer auch eine schwerwiegende Erkrankung in Betracht ziehen. Übersehen sie etwas Gravierendes, könne dies für den Patienten tragische Konsequenzen haben und auch den Ruf des Arztes schädigen, erklärt er. Deshalb seien manche Ärzte wohl lieber etwas zu vorsichtig, als ein Risiko einzugehen. Und wenn die Beschwerden eine relativ harmlose Ursache haben, könne man das oft erst nach einer Operation feststellen.

Scheidegger will auch keinem seiner Kollegen unterstellen, dass sie bewusst überflüssige Untersuchungen oder Therapien durchführen, um sich zu bereichern. Die Sache laufe viel subtiler, sagt er. Manchmal bestehe zum Beispiel vonseiten eines Spitals der sanfte Druck, die teuren Untersuchungsgeräte auszulasten oder die Mindestfallzahlen zu erreichen, damit die Bewilligung für eine bestimmte Operation nicht entzogen wird. «Die Anreize im Gesundheitssys-

tem sind eindeutig falsch gesetzt», betont Scheidegger. Oft würden auch die Patienten selber auf medizinische Massnahmen drängen, weil sie sich sonst nicht ernst genommen fühlen.

Im Rahmen von «Smarter Medicine» sind die verschiedenen medizinischen Fachgesellschaften nun aufgerufen, je fünf Behandlungen aus ihrem Fachbereich aufzulisten, die häufig unnötig wären. Zudem sollen verbindliche Empfehlungen für Ärzte formuliert sowie Patientinnen und Patienten befähigt werden, informierte Entscheidungen zu treffen.

## Infos sinnvoll bewerten

Die Förderung von Gesundheitskompetenzen ist auch ein wichtiges Ziel des Kantons Zürich. Eine Befragung von 1000 Personen, die letztes Jahr durchgeführt wurde, hat ergeben, dass über die Hälfte Mühe bekundet, Gesundheitsinformationen sinnvoll zu bewerten. Sie haben Schwierigkeiten beim Beurteilen der Vor- und Nachteile verschiedener Behandlungsmöglichkeiten und dem Nutzen von Vorsorgeuntersuchungen. Viele können auch

nicht gut einschätzen, wie vertrauenswürdig Angaben aus den Medien sind.

Zu einem ähnlichen Resultat kommen schweizweite Studien. Das Programm Gesundheitskompetenz Zürich setzt bei der Bevölkerung an, aber auch bei den Organisationen und Fachpersonen. Letztere sollen lernen, Informationen so zu vermitteln, dass sie auch Patienten mit wenig Bildung verstehen. Ein entsprechendes Programm betreibt der Halbkanton Basel-Stadt bereits. Mit Broschüren will er die Bevölkerung unterstützen, sich bei körperlichen Beschwerden an die richtige Stelle zu wenden, Informationen aus dem Internet einzuordnen und eine passende Krankenversicherung auszuwählen.

Stünde Regula Neumüller heute nochmals eine Operation bevor, würde sie auf einer Zweitmeinung bestehen. Hilfreich wäre für sie auch das Café Med gewesen, das die Akademie Menschenmedizin in verschiedenen Städten betreibt: In einem Café bieten Ärzte kostenlos medizinische Beratungen an. «Davon habe ich leider zu spät erfahren», bedauert sie. Nach der Operation fühlte sie sich monatelang geschwächt, litt an Husten und fehlender Stimme. Nachwehen der Intubation, vermutet sie. Die Patientin verarbeitete das seelisch belastende Erlebnis mithilfe eines Psychiaters. Heute geht es ihr aber wieder gut.

\*Name geändert

Am Montag, 25. November, 17:15 Uhr findet im Pfarreizentrum Liebfrauen, Weinbergstrasse 36, Zürich, eine Veranstaltung zum Thema statt: «Kompetent durch den Gesundheitsdschungel». [www.gesundheitsfoerderung-zh.ch](http://www.gesundheitsfoerderung-zh.ch)

## Zahl der MS-Fälle in der Schweiz stark angestiegen

**Studie** Seit den 1980ern war man davon ausgegangen, dass es in der Schweiz rund 10 000 Menschen gibt, die an multipler Sklerose (MS) leiden. Doch inzwischen sind es deutlich mehr – mindestens 15 000, wie nun eine Studie im Rahmen des Schweizer MS-Registers ergeben hat. Das MS-Register wurde 2016 von der Schweizerischen Multiple-Sklerose-Gesellschaft zusammen mit dem Institut für Epidemiologie, Biostatistik und Prävention der Universität Zürich lanciert. Es hat zum Ziel, die Verbreitung der unheilbaren Nervenkrankheit und die Lebensqualität der Betroffenen in der Schweiz zu dokumentieren.

Neben der Zunahme der MS-Patienten insgesamt hat sich auch das Geschlechterverhältnis weiter verschoben: Schon immer waren etwas mehr Frauen an MS erkrankt als Männer. Nach der neuen Hochrechnung sind nun aber 73 Prozent, also fast drei Viertel, der Betroffenen Frauen, wie Registerleiter Viktor von Wyl in einer Mitteilung zum Zwischenbericht schreibt.

Der Anstieg der MS-Erkrankungen wird im Bericht mit dem ebenfalls markanten Bevölkerungswachstum in den letzten 30 Jahren begründet; ferner mit der steigenden Lebenserwartung (auch der MS-Patienten) und den verbesserten Diagnosemöglichkeiten. All diese Gründe, so der Bericht weiter, reichten als Erklärung für die Zunahme jedoch nicht aus. Weiter spielt offenbar der Lebensstil eine Rolle, wie Jens Kuhle, Leiter des MS-Zentrums am Universitätsspital Basel und Studien-Mitautor, auf Nachfrage erklärt. «Rauchen, Übergewicht, aber auch hormonelle Faktoren, zum Teil durch spätere Geburten beeinflusst, können die MS-Entstehung begünstigen.» Gerade die Risiken eines ungesunden Lebensstils hätten besonders bei jungen Frauen in den letzten Jahren tendenziell zugenommen. Darüber hinaus gebe es aber auch Hinweise, dass Autoimmunerkrankungen wie Allergien, Morbus Crohn oder eben MS in den Industrieländern generell häufiger auftreten. Kuhle vermutet denn auch, dass die Zahl der MS-Betroffenen in den nächsten Jahren weiter zunimmt. «Leider verstehen wir die Entstehungsmechanismen der Krankheit immer noch zu wenig.» (sae)

Weitere Infos: [www.ms-register.ch](http://www.ms-register.ch)

## Musik hören schon das Herz

**Autofahren** In der Rushhour durch die Stadt zur Arbeit: Stress tritt beim Autofahren häufig auf und gilt als Risiko für einen Herzinfarkt. Musik hören beim Fahren könnte diese Gefahr senken, wie eine kleine Studie aus Brasilien zeigt. Forscher haben fünf Frauen 20 Minuten lang zur Hauptverkehrszeit durch eine Stadt fahren lassen, einmal mit und einmal ohne Musik. Es zeigte sich, dass die Fahrerinnen eine variabelere Herzfrequenz hatten, wenn sie Musik hörten. Dies entlastet das Herz, weil es seine Schlagfrequenz besser an die Umstände anpassen kann. Eine niedrige Herzfrequenzvariabilität dagegen ist ein Zeichen für herzbelastenden Stress. (sae)

## Fünf Fragen, die Sie Ihrem Arzt stellen sollten

In der Nervosität und unter Zeitdruck des Arzttermins vergisst man häufig, vor einer Behandlung die wichtigsten Themen anzusprechen. Die Stiftung für Konsumentenschutz hat deshalb auf einer kreditkartengrossen Liste fürs Portemonnaie fünf zentrale Fragen zusammengetragen – sie zu stellen, empfiehlt sich vor allem auch, wenn eine Operation zur Diskussion steht:

**1. Welche anderen Therapiemöglichkeiten gibt es?** Bei den

meisten Beschwerden stehen mehrere Behandlungsmethoden zur Verfügung. Im Gespräch mit dem Arzt kann man Vor- und Nachteile gegeneinander abwägen und diejenige auswählen, die den eigenen Bedürfnissen entspricht.

**2. Welches sind die Vor- und Nachteile der empfohlenen Behandlung?** Vor einem Eingriff sollten auch mögliche Komplikationen zur Sprache kommen.

**3. Wie wahrscheinlich sind die Vor- und Nachteile?** In der Besprechung sollte man abwägen,

ob voraussichtlicher Nutzen und Schaden einer Behandlung in einem guten Verhältnis stehen.

**4. Was passiert, wenn ich nichts unternehme?** Manchmal ist keine Eile geboten. Beschwerden können von alleine wieder verschwinden oder leichter werden.

**5. Was kann ich selbst tun?** Bei vielen Beschwerden kann man selber etwas dazu beitragen, dass sie nicht schlimmer werden oder sogar abklingen. (asö)

[www.smartermedicine.ch](http://www.smartermedicine.ch)