

Das Magazin für eigenverantwortliche Menschen ab 60 Jahre

STARKVITAL⁶⁰⁺

Nr. 12

Juni / Juli 2020

3. Jahrgang

www.starkvital.ch

Schweiz: CHF 1.-



**Wissenschaft
ist nicht HEILIG!**

Carmen Dell'Orefice
Supermodel mit 89

Hans Koch
Brückenbauer
zwischen FITNESS & REHA



**WAHLRECHT
für Senioren**

VivoCoach
Trainer-Ausbildung
für 60 PLUS

Das WEISSE Gold

Smarter Medicine

Mehr ist nicht immer ein Plus. Gemeinsam entscheiden.

Es werden immer mehr Behandlungen und Abklärungen durchgeführt, welche den Patientinnen und Patienten mehr schaden als nützen. Das ist ein Missstand, den es dringend zu korrigieren gilt. Smarter medicine verfolgt den Grundsatz, dass eine Behandlung nur dann angewendet wird, wenn sie tatsächlich etwas bringt.

Die Erfolgsgeschichte der Medizin hat auch ihre Schattenseiten.

Medizinische Über- und Fehlversorgungen sind immer häufiger ein Thema. So zeigen Studien, dass 20 bis 30 Prozent der Abklärungen und Behandlungen in der Schweiz unnötig sind und man darauf verzichten könnte. Smarter medicine setzt sich dafür ein, diesen Über- und Fehlversorgungen entgegenzuwirken.

Von einer eigentlichen Überversorgung kann gesprochen werden, wenn etwas gemacht wird, das den Betroffenen keinen Mehrwert bringt, aber vor allem mehr Geld kostet. Von einer Fehlversorgung spricht man, wenn beispielsweise bei Husten, Halsschmerzen oder Schnupfen Antibiotika verabreicht werden. Solche Entzündungen der oberen Luftwege werden meist durch Viren ausgelöst. Gegen Viren sind Antibiotika wirkungslos, sie machen aber die Bakterien resistent. Das kann zu einem späteren Zeitpunkt verheerende Folgen haben. Von einer Fehlversorgung spricht man auch, wenn beispielsweise bei Unruhe Beruhigungsmittel an ältere Personen abgegeben werden. Das kann dazu führen, dass die Sturzgefahr steigt. Zusätzlich bauen sich Muskeln schnell ab, wenn die Betroffenen mehrere Tage nur im Bett liegen.

Auch der Einsatz von neuesten und teuersten Möglichkeiten ist nicht immer die beste Lösung. Manchmal kann Ruhe, moderate Bewegung oder eine Physiotherapie genau so zum gewünschten Ergebnis führen. Smarter medicine hilft dabei, dass medizinische Behandlungen dort angewandt werden, wo sie den Patienten und Patientinnen wirklich nützen. Das fördert die Qualität der Medizin und die Lebensqualität der Behandelten.

Eine Empfehlung: Ältere Menschen während des Krankenhausaufenthalts nicht zu lange im Bett liegen lassen.

Der Trägerverein verleiht der 2014 in der Schweiz lancierten Initiative smarter medicine Aufwind: Nebst medizinischen Fach- und Berufsorganisationen unterstützen auch Patienten- und Konsumentenorganisationen die Stossrichtung der Kampagne. Sie möchten gemeinsam die Öffentlichkeit dafür sensibilisieren, dass bei gewissen Behandlungen weniger Medizin mehr Lebensqualität für die Betroffenen bedeuten kann.

Smarter medicine knüpft dabei an die erfolgreiche amerikanische Initiative «*Choosing Wisely*» an, welche zum Ziel hat, nicht nur «*kluge Entscheidungen*» herbeizuführen, sondern auch die offene Diskussion zwischen Ärzteschaft, den Patienten und der Öffentlichkeit zu fördern.

Info: www.smartermedicine.ch

2019: Rekordrendite beim AHV-Ausgleichsfonds - AHV schliesst positiv ab

compenswiss, der Ausgleichsfonds AHV/IV/EO hat das Anlagejahr 2019 mit einem Rekordergebnis abgeschlossen. Die Nettorendite beträgt 10,22 Prozent. Insgesamt erreichte das Vermögen 36,4 Milliarden Franken gegenüber 34,3 Milliarden Ende 2018. Der positive Ausgang verschafft dem AHV-Fonds etwas Luft. Die zusätzliche Finanzierung von rund zwei Milliarden Franken pro Jahr ab 2020 wird die Lücke zwischen Ausgaben und Einnahmen während ungefähr vier Jahren schliessen.

Catherine Deneuve - wieder in Form

Während der Dreharbeiten unter der Regie von Emmanuelle Bercot für den Film «*De son vivant*» mit Benoît Magimel und Cécile de France erlitt die französische Schauspielerin



am Set letzten November einen Schlaganfall, der als «sehr begrenzt und daher umkehrbar» eingestuft wurde. Glücklicherweise hatte der Vorfall keinerlei Auswirkungen auf Deneuves Bewegungsfähigkeit. Nach dem Krankenhausaufenthalt erholte sie sich in ihrer Wohnung in Paris und kündigte an, sie wolle so bald wie möglich wieder die Arbeit aufnehmen.

Bestechung im Spital

Grosszügige Belohnungen für kooperative Mediziner

In der Schweiz besteht keine Kontrolle über finanzielle Belohnungen, die Ärzte erhalten, wenn sie «gewisse Dienste» anbieten. Laut dem Sonntags Blick wurden grosszügige Rückvergütungen angeboten, wenn die Mediziner bei Patienten die Produkte eines Unternehmens einoperierten.



Die US-Medtech-Firma heisst Nevro und ist auf die Herstellung von subkutanen Implantaten mit neurologischer Wirkung zur Schmerzreduktion spezialisiert. Ein solches Gerät, das nur wenige Zentimeter lang ist, wird ambulant unter die Haut eingeführt. Dem Sonntags Blick nach zahlte das US-Unternehmen Schweizer Mediziner 10'000 Franken

als Belohnung für jedes Nevro-Implantat, das unter die Haut der Patienten gepflanzt wurde.

Die Zeitung bezog sich auf eine Vereinbarung, die das Unternehmen Nevro als «Partnerschaftsprogramm» bezeichnete und seit 2017 umsetzte. Das Vorgehen basierte auf dem Modell der **Schmiergeldzahlungen** (übersetzt: Bestechung). Die Gruppe hat sie nun ausgesetzt und ihre Politik überarbeitet. Infolgedessen seien einige Verträge in der Schweiz angepasst worden, um den neuen Unternehmensstandards zu entsprechen. Ansonsten werden dieselben Praktiken von den Konkurrenten Medtronic, Abbott und Boston Scientific angewandt.

Äpfel senken Cholesterin

Lieber Äpfel essen als Pillen schlucken. Wie der Spruch auf Englisch klingt «*An apple a day keeps the doctor away*» (Ein Apfel am Tag hält den Doktor fern), zwei Äpfel am Tag hingegen können erhöhte Cholesterin-Werte senken. Ein englisches Forschungsteam der University of Reading zeigte, dass das Obst diese Fähigkeit besitzt, wie zwar zuvor auch schon bei Patienten beobachtet. Jetzt aber haben die englischen Forscher diesen Effekt auch erstmals