

Die **DEGAM** informiert



Auf diesen Seiten stellt die Deutsche Gesellschaft für Allgemeinmedizin und Familienmedizin (DEGAM) neueste medizinische Erkenntnisse vor, die für den Praxisalltag der Hausärzte relevant sind.

Die Seiten werden redaktionell selbständig von der DEGAM verantwortet und unterliegen keinen inhaltlichen Vorgaben durch Verlag oder Anzeigenkunden.

DEGAM-Kongress trifft WONCA 2020

Der DEGAM-Kongress findet dieses Jahr mit der WONCA Europe Conference vom 24. bis 27. Juni in Berlin statt. Neben neuen Forschungsergebnissen bieten die beliebten Update-Seminare praktische Tipps für Hausärzte. Mehr Infos: www.woncaeurope2020.org

AUS DER FORSCHUNG

Penicillin lieber 5 als 10 Tage?

Patienten mit Streptokokken-Angina und stärkeren Beschwerden soll – nach deutschen und internationalen Leitlinien – Penicillin angeboten werden, um die Beschwerden zu verkürzen. Die DEGAM-Leitlinie (die derzeit aktualisiert wird) rät zu einer 7-tägigen Therapie, in Schweden sind es 10. Um Resistenzen und Nebenwirkungen zu vermeiden, ist eine möglichst kurze Therapie wünschenswert. Die nationale schwedische Gesundheitsbehörde hat daher untersucht, ob eine 5-tägige Therapie auch nicht schlechter ist.

Für einen gleichmäßig hohen Wirkstoffspiegel im Blut wurde Penicillin auf 4 Dosen pro Tag aufgeteilt (4 x 800 mg). Für die Studie wurden in 17 Hausarztzentren Patienten ab sechs Jahren (Centor-Score 3-4, positiver Streptokokken-schnelltest) rekrutiert. 433 Patienten wurden zur 10-tägigen (3 x täglich Penicillin) oder 5-tägigen

Therapie (4 x täglich) randomisiert. Vorab stand fest, dass nur ein Unterschied über 10 Prozent in der Heilungsrate klinisch relevant ist.

In der 10-Tages-Gruppe waren 93 Prozent, in der 5-Tages-Gruppe 90 Prozent eine Woche nach Ende der Therapie geheilt. In der Gruppe, in der die Therapie auf 4 Tagesdosen verteilt war, gingen die Symptome schneller zurück. Bei 5-tägiger Therapie waren die Nebenwirkungen geringer (z.B. 16 vs 21 Prozent Diarrhö, 5 vs 12 Prozent vaginaler Ausfluss/Juckreiz). Zwei Drittel der Patienten würden die kürzere und häufigere Einnahme bevorzugen.

Fazit: Penicillin 4 x 800 mg/Tag über 5 Tage heilte eine Streptokokkentonosillitis genauso gut wie 3 x 1.000 mg/Tag über 10 Tage. Die Beschwerden wurden schneller gelindert und es traten weniger Nebenwirkungen auf. ●

<http://dx.doi.org/10.1136/bmj.l5337>

Blutdruck steigt bei Männern und Frauen verschieden

Kardiovaskuläre Erkrankungen unterscheiden sich bei Männern und Frauen, etwa in der Häufigkeit des Auftretens und der Symptomatik. Ob sich auch der Blutdruck verschieden entwickelt, haben nun Forscher untersucht. Dafür nutzten sie vier US-amerikanische Kohortenstudien, darunter die „Framingham Heart Study Offspring Cohort“



**Impressum
Redaktion:**

Dr. med. Sabine Gehrke-Beck,
Institut für Allgemeinmedizin,
Charité-Universitätsmedizin
(verant.)

DEGAM-Bundesgeschäftsstelle:
Edmund Fröhlich,
Dr. Philipp Leson,
Schumannstr. 9,
10117 Berlin,

Tel.: (030) 209669800
www.degam.de





Mit **Stipendium** zum WONCA-Kongress

Bis zum 30. April können sich Interessierte noch für eines von 30 WONCA-Stipendien der DEGAM in Höhe von 300 Euro bewerben. Vorausgesetzt sie sind entweder in der ärztlichen Weiterbildung oder als nichtärztliche Wissenschaftler tätig und haben als präsentierender Autor ein positiv geratetes Abstract eingereicht. Darunter fallen auch Abstracts für einen Fallbericht.

Folgende Kriterien müssen die Bewerber erfüllen:

- Mitgliedschaft in der DEGAM
- Ärzte in Weiterbildung oder nicht-ärztliche Wissenschaftler
- höchstens 35 Jahre alt
- abgeschlossene Promotion
- angenommenes Abstract für den WONCA 2020 in Berlin
- präsentierende/r Autor/in des Beitrags

Falls deutlich mehr Bewerbungen eingehen, als es Stipendienplätze gibt, wird zudem danach ausgewählt ob sich der

Beitrag auf das Kongressthema „Grundwerte der Allgemeinmedizin: Gefahren und Chancen“ bezieht und wie die Gutachter das Abstract geratet haben.

Interessierte sollen bis 30. April ein einseitiges Motivations schreiben (DIN A4) an geschaeftsstelle@degam.de mailen. Daraus sollte hervorgehen, was diejenigen zur Teilnahme motiviert und sie die genannten Kriterien erfüllen. Ende Mai gibt die DEGAM die Stipendiaten bekannt. ●



Fazit: Der Blutdruck entwickelt sich im Lebensverlauf bei Frauen und Männern sehr unterschiedlich. Dies beschränkt sich nicht darauf, dass Frauen erst später an Hypertonie erkranken. ●

doi: 10.1001/jamacardio.2019.5306

Online-Therapie verbessert vestibulären Schwindel

Unterschiedliche akute vestibuläre Störungen (benigner paroxysmaler Lagerungsschwindel, M. Menière etc.) können in einen chronischen vestibulären Schwindel münden. Angeleitete Übungen können Symptome durch Kompensationsleistung verbessern. Jedoch erhalten viele eine solche Übungsbehandlung nicht. Eine Online-Therapie könnte mehr Betroffene erreichen.

59 Hausärzte in den Niederlanden schrieben alle Patienten über 50 an, die sich in den letzten zwei Jahren wegen unspezifischen Schwindels vorstellten. Alle Patienten, die sich zurückmeldeten und im letzten Monat Schwindel hatten, der durch Kopfbewegungen schlimmer wurde, wurden in die Studie eingeschlossen.

Sie bekamen randomisiert entweder eine Online-Therapie (sechs Web-Sessions über sechs Wochen und täglich zehn Minuten Eigenübungen) oder eine Online-Therapie mit zwei Hausbesuchen eines Physiotherapeuten

oder „usual care“ (Hausärzte erhielten die Leitlinie zur Behandlung vestibulärer Störungen und die Therapie erfolgte nach ihrem Ermessen). Die Schwierigkeit der Eigenübungen des Online-Programms wurde für jeden entsprechend seiner aktuellen Symptome angepasst, um ein optimales Gewöhnungstraining des vestibulären Systems zu erzielen.

70 Prozent der Online-Teilnehmer absolvierten eine, die Hälfte alle Sessions. Nach drei und sechs Monaten fiel in beiden Interventionsgruppen der Schwindelscore klinisch relevant niedriger aus. Die Symptome wirkten weniger beeinträchtigend und sie fühlten sich häufiger besser. Die Hausbesuchs-Gruppe schnitt dabei nicht besser ab. Während bei Online-Therapien von Depression oder Angst eine persönliche Begleitung das Ergebnis verbessert, scheint das bei Schwindel nicht zuzutreffen. Eine überdurchschnittliche Motivation der Teilnehmer ist wahrscheinlich, da sich vermutlich nur (online-)therapiewillige Patienten für die Studie zurückmeldeten.

Fazit: Eine Online-Therapie mit individuell angepassten Eigenübungen über sechs Wochen verbesserte die Symptome des chronisch vestibulären Schwindels. ●

<http://dx.doi.org/10.1136/bmj.l15922>

(Nachfolger der Framingham Studie). Die Blutdruckmessungen aller Studien wurden im Zeitverlauf analysiert und geschlechtsspezifisch ausgewertet.

Wie zu erwarten, hatten im Laufe des Lebens zunächst Männer höhere Blutdruckwerte – ein Unterschied zeigte sich ab 15 Jahren. Erst ab 60 überholten Frauen die Männer. Bei genauer Betrachtung zeigte sich, dass bei Frauen der Blutdruck (bei niedrigeren Ausgangswerten) ab dem 20. bis 30. Lebensjahr stieg – bei Männern erst ab 40. Der Anstieg bei Frauen war steiler. Der Effekt von Blutdrucksenkern wurde herausgerechnet. Die Autoren diskutieren, dass diese grundsätzlichen geschlechtsbezogenen Unterschiede auch die verschiedenen Manifestationen von Herzinsuffizienz mitbegründen könnten und weiter untersucht werden sollten.