

„Nierenrechner“ im Internet

Nierenerkrankungen werden oft viel zu spät erkannt. Dabei ist eine rechtzeitige Diagnose entscheidend für das Ausmaß und den weiteren Verlauf der Erkrankung. Die geschätzte glomeruläre Filtrationsrate (eGFR) ist der grundlegende Parameter. Die eGFR ist das Volumen, das von allen Glomeruli beider Nieren in einer definierten Zeit gefiltert werden kann. Die eGFR ist aussagekräftiger als das Serum-Kreatinin, weil zum Beispiel Alter und Geschlecht in die Auswertung mit einfließen.

Die Website nierenrechner.de stellt Werkzeuge zur Verfügung, um mit verschiedenen Formeln die Nierenfunktion zu bestimmen und gibt Tipps zur Einhaltung der Therapietreue durch die Erfassung und Dokumentation der Vitalwerte.

www.nierenrechner.de

Frauen waschen sich öfter die Hände

Zumindest beim Händewaschen kann von Gleichstellung noch nicht die Rede sein: Frauen gaben in einer Umfrage der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) signifikant häufiger als Männer an, sich die Hände zu waschen. Das bestätigt laut BZgA Studienergebnisse der London School of Hygiene & Tropical Medicine mit rund 250.000 Besuchern von Raststätten-Toiletten. Ergebnis: Nicht einmal jeder dritte Mann benutzt dort Wasser und Seife zum Händewaschen – dafür aber 64 Prozent der Frauen.

Das ist schlecht für die Männer. Denn gründliches Händewaschen macht Keimquellen zuverlässig zunichte. Und leider ist die Türklinke vom Bad nach BZgA-Angaben tatsächlich so gefährlich wie ihr Ruf. Und zwar immer dann, wenn sich der Vorgänger dort gerade nicht die Hände gewaschen hat.

Aus der Ärzte Zeitung

Biosimilars – Moleküle mit Sparpotenzial

Aus dem jüngst veröffentlichten „Arzneiverordnungs-Report 2015“ (AVR) geht hervor, dass niedergelassene Ärzte den 70 Millionen gesetzlich Krankenversicherten im vergangenen Jahr 651 Millionen Arzneimittelpackungen mit 39,6 Milliarden Tagesdosen (DDD) verordnet haben. Zu den Kostentreibern zählten unter anderem Immunsuppressiva, die vor allem bei rheumatischen Erkrankungen, bei Multipler Sklerose und bei Organtransplantationen eingesetzt werden.

Diese Entwicklung könnte nach Ansicht des Wissenschaftlichen Instituts der AOK (WIdO) durch Biosimilars abgebrems werden, die in den nächsten Jahren in diesem Bereich verfügbar werden. Biosimilars sind aufwändig hergestellte Nachfolgepräparate. Sie ähneln einem bereits existierenden biotechnologisch hergestellten Arzneimittel (Referenzarzneimittel), das in der Europäischen Union zugelassen ist und dessen Patentschutz abgelaufen ist. In einer Stellungnahme hat die Arzneimittelkommission der deutschen Ärzteschaft bereits 2008 darauf hingewiesen, dass Biosimilar-Arzneimittel aufgrund der behördlichen Zulassungsanforderungen an Wirksamkeit, Qualität und Unbedenklichkeit bei Beginn einer Behandlung ebenso eingesetzt werden können wie Arzneimittel von Originalherstellern.

Im Vergleich zu Generika werden Biosimilars noch selten verordnet.

www.aok-gesundheitspartner.de
Webcode W210126



Biosimilars sind zum Beispiel biotechnologisch hergestellte Antikörper.

Lärm ist schlecht für Herz und Gefäße

Es gibt immer mehr Hinweise darauf, dass Lärm das kardiovaskuläre Risiko erhöhen könnte. So hat eine Studie aus London in einer detaillierten geografischen Analyse den Zusammenhang zwischen Tages- und Nachtlärm sowie Gesamtsterblichkeit und kardiovaskulären Ereignissen untersucht (Eur Heart J 2015; online 23. Juni). Ergebnis: Im Vergleich zu Straßenlärm unter 55 db erhöht Straßenlärm über 60 db das Schlaganfallrisiko bei Erwachsenen um fünf Prozent und bei über 75-Jährigen um neun Prozent. Auch andere Parameter waren teils signifikant erhöht.

Zu ähnlichen Ergebnissen kam eine Studie der Universität Mainz. Hier hatten gesunde Mitarbeiter der Kardiologie mithilfe eines MP3-Players Nachtlärm simuliert, und zwar 30 und 60 Überflüge pro Nacht. Anlass war unter anderem eine neue Start- und Landebahn des Frankfurter Flughafens,



die dazu führte, dass regelmäßig ab fünf Uhr morgens Flugzeuge mit bis 76 db über das Uniklinikum donnern. Die WHO empfiehlt für Krankenhäuser maximal 55 db. Auch bei den gesunden Probanden der Mainzer Studie zeigten sich negative Auswirkungen des Lärms auf die Endothelzellen, die in unseren Blutgefäßen eine wichtige Funktion haben und zwar dosisabhängig: je mehr Lärmereignisse, desto stärker.