

Und anderswo ...?

Antoine de Torrenté

Hände bei rheumatoider Arthritis: Use them or lose them?

Fragestellung

Millionen Patienten weltweit leiden an rheumatoider Arthritis, was ihre Lebensqualität stark beeinträchtigt. In letzter Zeit wurden durch die Gabe von DMARD ([disease-modifying anti-rheumatic drugs], Medikamente zur Eindämmung des Krankheitsverlaufs) und kürzlich durch die Behandlung mit Biologicals entscheidende Fortschritte bei der Entzündungskontrolle erzielt. Die Hände, die sich im Laufe der menschlichen Evolution zu unglaublich komplexen Werkzeugen entwickelt haben, können bei rheumatoider Arthritis sehr schwer betroffen sein: Deformationen (Ulnar-deviation), motorische Einschränkungen, verminderte Kraft und Schmerzen. Durch Physio- und Ergotherapie können zwar Verbesserungen erzielt werden; bislang gab es jedoch keine Langzeitstudien darüber, ob die Übungen die Handfunktionen verbessern. In der SARAH (Strengthening and Stretching for Rheumatoid Arthritis of the Hand)-Studie wurde untersucht, ob bei Patienten mit stabiler Erkrankung ein progressives Übungsprogramm eine deutlichere Verbesserung der Handfunktionen bewirkt als die Standardbehandlung.

Methode

Es handelte sich um eine multizentrische, pragmatische, randomisierte, einfach verblindete (nur die Prüfer) Studie. Die Patienten mit Handschmerzen und -dysfunktion stammten aus Rheumakliniken in Grossbritannien. Sie erhielten entweder eine Standardbehandlung (Gelenkschutz, Schienen) und maximal drei höchstens 1,5-stündige Physiotherapie-sitzungen oder mindestens 12 Wochen lang eine Behandlung in Form von sechs Einzelsitzungen bei einem Physio- oder Ergotherapeuten sowie ein tägliches Übungsprogramm. Primärer Endpunkt war die allgemeine Handfunktion, die nach 4 und 12 Monaten im direkten Kontakt mit einem Prüfer und durch einen validierten Fragebogen (37 Fragen, Skala von 0–100, wobei 100 = volle Funktionsfähigkeit) beurteilt wurde.

Resultate

246 Patienten wurden in die Übungs- und 244 in die Standardgruppe eingeschlossen. 76% waren Frauen mit einem Durchschnittsalter von 62 Jahren. Nach zwölf Monaten betrug die Verbesserung in der Standardgruppe 3,6 Punkte gegenüber 7,9 in der Übungsgruppe ($p = 0,0028$). Dieser Unterschied war klinisch signifikant.

Probleme

Wie in allen derartigen Studien kann die Verblindung der Prüfer nicht garantiert werden. Die anhaltende Verbesserung nach zwölf Monaten macht eine Placebowirkung jedoch unwahrscheinlicher.

Kommentar

Für die pragmatische Studie, die den Patienten in der Übungsgruppe starke Anstrengungen abverlangt hat, wurden wahrscheinlich stark motivierte Patienten ausgewählt. Daher treffen die Resultate möglicherweise nicht auf alle Erkrankten zu. Die Therapieadhärenz war hervorragend, was die Vermutung bestätigt, dass die Übungsgruppe besonders motiviert war. Die medikamentöse Therapie hat sich durch die Übungen nicht verändert. Der ökonomische Aspekt wurde ebenfalls berücksichtigt und die Kosten pro Patient auf 156 £ geschätzt. Ein derartiges effektives Übungsprogramm könnte also wahrscheinlich auch bei uns verordnet werden und würde von den Krankenversicherungen übernommen. Wie hätte dies wohl dem berühmten Maler Renoir gefallen, den man auf Fotoaufnahmen am Lebensende mit durch rheumatoide Arthritis stark deformierten Händen sehen kann?
Lamb SE, et al. Lancet. 2015;385:421–9.

Cholesterinhaltige Nahrungsmittel: die Stimme der Vernunft?

Das vom US-Gesundheitsdepartment eingesetzte Beraterkomitee für Ernährungsrichtlinien ist endlich den entscheidenden Schritt gegangen und gibt in seinen neuen Empfehlungen keinen Cholesteringrenzwert mehr an. Denn die Auswirkungen cholesterinhaltiger Nahrungsmittel hängen nur in sehr geringem Masse von der gastrointestinalen Resorption des Cholesterins, sondern vielmehr von den gesättigten und Transfettsäuren ab, die in cholesterinhaltigen Speisen häufig ebenfalls enthalten sind. Also: Bacon and eggs and sausage: NO. Eggs and toast: YES!
Physician's First Watch. 2015; February 12.

Alkohol, Sterblichkeit und Alter

In einer englischen Studie wurde die Sterblichkeit jeglicher Ursache im Zusammenhang mit dem Alkoholkonsum und dem Alter untersucht. Dazu wurden zwei Kohorten, zum einen von 1998–2002, bestehend aus 18 000 Personen und 4100 Todesfällen mit einem medi-

anen Follow-up von 9,7 Jahren, und zum anderen von 1999–2008, bestehend aus 34 500 Personen und 4220 Todesfällen mit einem medianen Follow-up von 6,5 Jahren, untersucht. Eine Schutzwirkung wurde bei 50–64 Jahre alten Männern, die 1,5–20 Einheiten pro Woche konsumierten, festgestellt, HR 0,5 im Vergleich zu abstinenten Probanden. Auch bei älteren Frauen wurde bei einem etwas höheren Alkoholkonsum, jedoch von <10 Einheiten/Woche eine geringere Sterblichkeit festgestellt (HR nicht angegeben). In medio stat virtus ...

Knott CS, et al. BMJ. 2015;350:h384.

Chronisches Fatigue-Syndrom: neuer Name und Diagnosekriterien?

Das Institute of Medicine (IOM) in den USA hat einen neuen Namen für die Erkrankung vorgeschlagen: *systemic exertion intolerance disease* (SEID), um die Stigmatisierung der Patienten zu vermeiden. Für die Erkrankung an SEID gelten folgende Kriterien: (1.) tägliche funktionelle Einschränkungen; (2.) Zustands-

verschlechterung nach körperlicher, emotionaler oder kognitiver Belastung; (3.) nicht erholsamer Schlaf; (4.) orthostatische Intoleranz oder kognitive Veränderungen. Es wird sich zeigen, wie diese Veränderungen in anderen Ländern aufgenommen werden. Die Kriterien scheinen eher vage zu sein ...

Physician's First Watch. 2015; February 10.

HPV-Impfung: sorgloserer Geschlechtsverkehr?

20 000 junge Mädchen von 12–18 Jahren erhielten den Vierfachimpfstoff gegen HPV und wurden mit 185 000 HPV-ungeimpften Probandinnen gematched. Im Jahr nach der Impfung und im selben Beobachtungszeitraum ohne Impfung war die Infektionsrate sexuell übertragbarer Krankheiten (Chlamydien, Gonorrhoe, HIV und Syphilis) identisch. Die Moral von der Geschichte: Durch die Impfung konnte eine weitere Infektion vermieden werden, ohne dass dies sorglosere Sexualpraktiken zur Folge gehabt hätte ...

Physician's First Watch. 2015; February 10.