

Geprüftes Wissen - eine Säule der partizipativen Entscheidungsfindung

Fachtagung
Mannheim, 18.10.2008

Dr. Britta Lang, MSc/ lang@cochrane.de
Deutsches Cochrane Zentrum, Freiburg



Der Erfolg der Konsultation hängt ab von

- sozialer Kompetenz (Empathie)
- Kommunikationsfähigkeiten
- Verlässlichkeit der zu Grunde gelegten Information (Evidenz)

Evidenz

ist:

Das Wissen über Nutzen und Risiken einer Therapie, basierend auf den Ergebnissen von klinischen Studien

Evidenzbasierte Medizin

[...] nutzt die beste verfügbare **externe Evidenz** und bringt sie in Einklang mit der **ärztlichen Erfahrung** und den **Präferenzen der Patienten**, um damit angemessene Entscheidungen zu treffen.

Eine Information ist

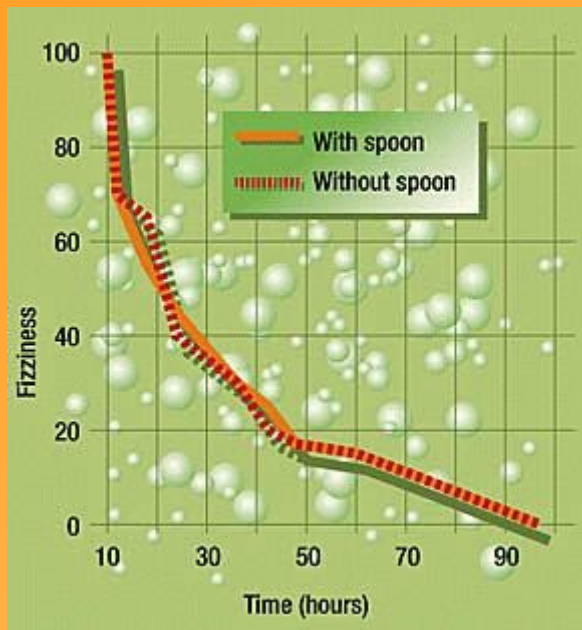
evidenzbasiert, wenn

- Aussagen zu Untersuchungen und Behandlungsmöglichkeiten mit wissenschaftlichen Quellen belegt sind
- diese zum Zeitpunkt der Erstellung die besten und aussagekräftigsten Daten zum betreffenden Problem beinhalten

Überliefertes Wissen



Geprüftes Wissen



Prüfung in einem Experiment:

Kohlensäuregehalt nach 24 Stunden:

Mit Löffel: ca. 40 %

Ohne Löffel: ca. 40 %

Informationsflut und Lesezeit

- Jedes Jahr
 - ca. 2 Mio. Artikel in 25.000 Fachzeitschriften
 - 250.000 bis 1.000.000 abgeschlossene Studien
 - 9.000 randomisierte Studien / Jahr (Olkin 1995)
 - 200 Artikel und 70 Editorials in den 10 führenden Zeitschriften der inneren Medizin pro Monat (Sackett 1996)
- Das sind für einen Allgemeinmediziner 19 Artikel / Tag
- Aber die durchschnittliche ärztliche Lesezeit: unter 40 Minuten in der Woche (Selbsteinschätzung)
- Informationsflut vs. Verfügbare Lesezeit : Forderung nach systematischer Arbeit mit Literatur



diabetes ernährung

Suche

Erweiterte Suche
Einstellungen

Suche: Das Web Seiten auf Deutsch Seiten aus Deutschland

Web

Ergebnisse 1 - 10 von ungefähr 328.000 für **diabetes ernährung**. (0,16 Sekunden)

Ernährung Diabetiker

www.vitaminshopdirect.com Spätschäden vermeiden. Angepasst an den veränderten Stoffwechsel.

Anzeige

Anzeigen

Diabetes-Portal DiabSite / Diabetes und Ernährung

Die Ernährungstipps enthalten BE-Tabellen, Artikel von **Diabetes**- und Ernährungsexperten und Rezepte mit Nährstoffangaben für Menschen mit **Diabetes**.

www.diabsite.de/diabetes/ernaehrung/index.html - 12k - [Im Cache](#) - [Ähnliche Seiten](#)

Diabetes-Portal DiabSite / Diabetes-Ernährung auf einen Blick

Diabetes-Ernährung auf einen Blick. Kochen und Essen für Menschen mit **Diabetes** mellitus. Der **Diabetes** mellitus (früher Zuckerkrankheit genannt) ist eine ...

www.diabsite.de/diabetes/ernaehrung/diabetes-ernaehrung.html - 10k -

[Im Cache](#) - [Ähnliche Seiten](#)

[Weitere Ergebnisse von www.diabsite.de >](#)

Ernährung | Diabetes mellitus - ernaehrung.de

Was bei der **Ernährung** bei **Diabetes** mellitus zu beachten ist. Wieviel Zucker, Fett und Eiweiß?

www.ernaehrung.de/tipps/diabetes/diab11.php - 17k - [Im Cache](#) - [Ähnliche Seiten](#)

Diabetes mellitus - ernaehrung.de

Patientengerechte Informationen zu **Diabetes** mellitus: **Ernährung**, Unter- und Überzucker, Folgeschäden, Fußpflege, Selbstkontrolle.

www.ernaehrung.de/tipps/diabetes/ - 13k - [Im Cache](#) - [Ähnliche Seiten](#)

Diabetes - HEXAL - Richtige Ernährung, Behandlung, Blutzucker messen

Diabetes mellitus Typ 1 und Typ 2, richtige **Ernährung**, Behandlung, Blutzucker messen; Blutzucker-Tagebuch und Ernährungsrechner zum Download.

www.diabetes.hexal.de/ - 14k - [Im Cache](#) - [Ähnliche Seiten](#)

Ernährung bei Diabetes

Erst Medikamente, dann Spritzen – so sieht die typische **Diabetiker**-Karriere aus. Vermeiden Sie diese – mit der richtigen **Ernährung** bei **Diabetes**.

www.diabetiker-experte.de/Diabetes_Ernaehrung.html - 23k - [Im Cache](#) - [Ähnliche Seiten](#)

Diabetes - Ernährung als Therapie | NetDoktor.de

Heute lässt sich die **Ernährung** glücklicherweise individueller gestalten, wobei Rücksicht auf Ernährungsgewohnheiten, körperliche Aktivität und persönliche ...

www.netdoktor.de/Krankheiten/Diabetes/Therapie/Diabetes-Ernaehrung-als-Therap-5290.html - 69k - [Im Cache](#) - [Ähnliche Seiten](#)

MedizinInfo@: Diabetes und Ernährung

Eine gesunde **Ernährung** für **Diabetiker** unterscheidet sich nicht von den allgemeinen Regeln einer gesunden und abwechslungsreichen **Ernährung**, die für jeden ...

www.medizininfo.de/diabetes/ernaehrung/start.shtml - 12k - [Im Cache](#) - [Ähnliche Seiten](#)

www.diabetes-deutschland.de - Leitlinienbasiertes ...

Obst gehört zu einer gesunden **Ernährung**. Die Forschungsergebnisse der letzten Jahre haben verdeutlicht, daß die Kost für **Diabetiker** nicht nur ein genußvolles ...

www.diabetes.uni-duesseldorf.de/wasistdiabetes/ernaehrung/index.html - 14k - [Im Cache](#) - [Ähnliche Seiten](#)

Diabetes Ernährung und Bewegung

Diabetes mellitus und diabetes Ernährung, Bewegung bei Diabetikern. Mäuselfresser.com

Ernährungsberater-Kurs

Gesund essen, Ernährungsplan, etc. Alles zu über **Ernährung** Infos hier! www.sgd.de

Ernährung und Diabetes

Ernährungs-, Pflegetipps und Checklisten für **Diabetiker**. www.lilly-diabetes.de

Diabetes Naturheilmittel

94 % Erfolg bei **Diabetes** Typ 2 Diabetikererfahrungsberichte hier www.altersdiabetes.info

Diabetes vorbeugen

Erfahren Sie Aktuelles am 22. und 23. Nov. im ehem. Bundestag, Bonn www.praeventionstag.com

Dia plus-minus GmbH

Das günstige Versandhaus für Diabetikerbedarf www.dia-plus-minus.de

Alles über Diabetes

Hilfreiche Tipps von Patienten Jetzt Erfahrungen austauschen! www.imedo.de/Diabetes

Online Ernährungsplan

für **Diabetiker**. Einfach - protokollieren und analysieren. www.xx-weil.com

Diabetes-Line

Alles über **Diabetes**. Ein Service von B. Braun. www.diabetes.bbraun.de

[Mehr Anzeigen >](#)







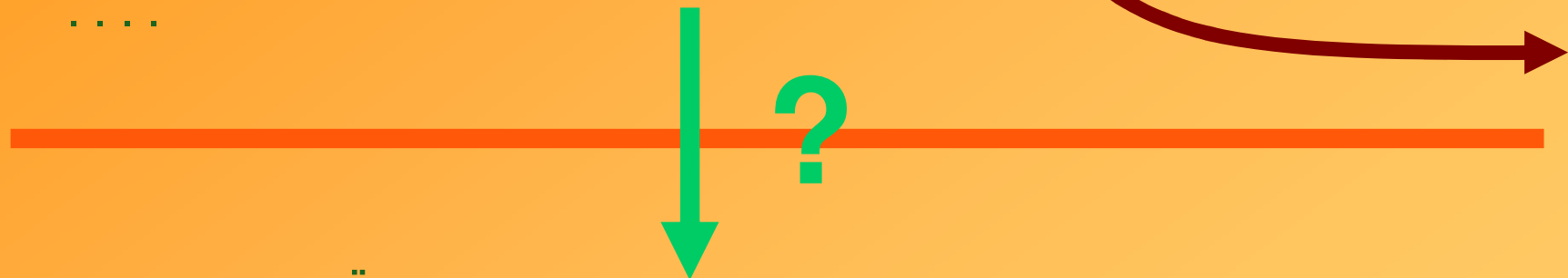
- „Mein Herr, das ist eine Bibliothek. Wenn Sie ein Buch wollen, müssen Sie in einen Buchladen gehen.“

Transfer von Forschung in die Praxis

Informationen zu medizinischen Fragestellungen aus

- Klinischen Studien
- Epidemiologischen (Beobachtungs -) Studien

.....



- Behandelnde Ärzte
- Gesundheitsbehörden, Krankenkassen, Institutionen
- Klinische Forschung
- Patienten

Evidenz -
Produktion

Evidenz -
Nutzung

Der Transferprozess

- Mangel an rationalen, transparenten Begründungen für Entscheidungen im klinischen Alltag (bei 60 - 80 %)
- Wenig durchschaubarer, fehlerbehafteter, langsamer Prozeß der Umsetzung von Forschungsergebnissen in die Praxis (> 10 Jahre)

Antman et al. 1992

- Überstürzte Einführung von Verfahren ohne rationale Absicherung
- Zunehmend schnellere Alterung des medizinischen Wissens (Halbwertszeit bis zu 4 Jahren)

Ramsey et al. 1991

Kortikosteroide bei Schädel-Hirn-Trauma

- Viele kleine Studien
- Fester Glaube an Kortikosteroide, häufige Anwendung
- 1995 Metaanalyse: leichter Vorteil für Kortikosteroidgabe
- Unsicherheit wg. Wirksamkeit und Nebenwirkungen
- 1998 Crash Trial, geplant für 20.000 Patienten
- Mai 2004 Abbruch wegen erhöhter Mortalität nach 8000 Pat.
- Mortalität/Risiko von 1% auf 2% zuungunsten des Präparates
- >10.000 „vermeidbare“ Todesfälle (weltweit)

Plötzlicher Kindstod

- 1944 Empirische Untersuchung: Mehrzahl der gestorbenen Kinder lagen auf dem Bauch
- 1956-58 Erste Fall-Kontroll-Studien
- 60er Jahre Zunahme der Empfehlungen für Bauchlage
- 1970 Ausreichend Evidenz:
Signifikant erhöhtes Risiko durch Bauchlage
- 1973-88 Empfehlungen für Bauchlage

> 50.000 vermeidbare Tode

1000 Studien zu
Tamoxifen bei Brustkrebs



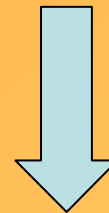
55 Studien mit
37.000
Patientinnen



Systematische
Übersichtsarbeit:

Early Breast Cancer Trialists'
Collaborative Group: Tamoxifen
for early breast cancer
Early Breast Cancer Trialists'
Collaborative Group

*Cochrane Database of Systematic
Reviews 2008 Issue 1*



Tamoxifen kann die 10-Jahre Überlebensrate für Frauen mit ER-
positivem Brustkrebs nach Operation verbessern.

Barrieren

- 37,6 % der Deutschen Bürger sehen in der Nutzung des Computers ein Handicap
- 52,6 % sehen eine Fremdsprache als Hindernis für eine kontinuierliche Auseinandersetzung mit Wissen

Probleme in der Praxis

- Das Arztgespräch dauert durchschnittlich 7 Minuten
- 1 Minute Informationsvermittlung von 20 Minuten Gespräch: vom Arzt geschätzt: 9 Minuten (Waitzkin 1984)
- Überschätzung der Zeit Vermittlung der Risiken, Fähigkeit dem Behandlungsplan zu folgen, Patientenmeinung einzuholen (Makoul 1995)
- 50 % des Gesagten gehen anschließend verloren (Dunn et al. 1993)

Folgen

- 50 % der Patienten folgen ihrer Medikation nicht oder nicht richtig (Haynes 1996)
 - 20 - 30 % bei akuten Erkrankungen
 - 30 - 40 % bei präventiven Maßnahmen
 - 50 % bei Langzeiteinnahmen
 - 72 % bei Diät-Empfehlungen
- 10 Milliarden Euro Kosten durch fehlende oder fehlerhafte Umsetzung von Therapieempfehlungen (DIMDI 2008)

Informationsbedürfnis

Aus den Daten geht hervor, dass **46 Prozent der Befragten nach gesundheitsrelevanten Informationen suchen**, hauptsächlich über Behandlungsmaßnahmen, Erkrankungen und alternative Heilmethoden. Das Internet als Informationsmedium kommt dabei erst an dritter Stelle nach Zeitungen sowie dem Familien- und Bekanntenkreis. Ärzte sehen das Informationsbedürfnis ihrer Patienten zwiespältig: Zwar äußern sich 70 Prozent von ihnen positiv, gleichzeitig aber moniert mehr als die Hälfte, dass dadurch überzogene Erwartungen entstehen würden.

Rosenwirth, et al.

Das Informationsbedürfnis der Patienten in der ambulanten Versorgung – Ergebnisse des Bertelsmann-Gesundheitsmonitors, Gesundheitswesen 2005; 67

Kompetente Patienten

- Selbstkompetenzen
 - Wissen über Gesundheit, Krankheit, Diagnose, Therapie
 - Informationssuche und –bewertung
 - Coping, Lernen, persönliches Wachstum

Kranich C, Patientenkompetenz, Was müssen Patienten wissen und können ?
Bundesgesundheitsbl - Gesundheitsforsch - Gesundheitsschutz 2004 · 47:950–
956



Umfassende Aufklärung und Beratung:

⇒ **Das gute Recht der Patienten!**

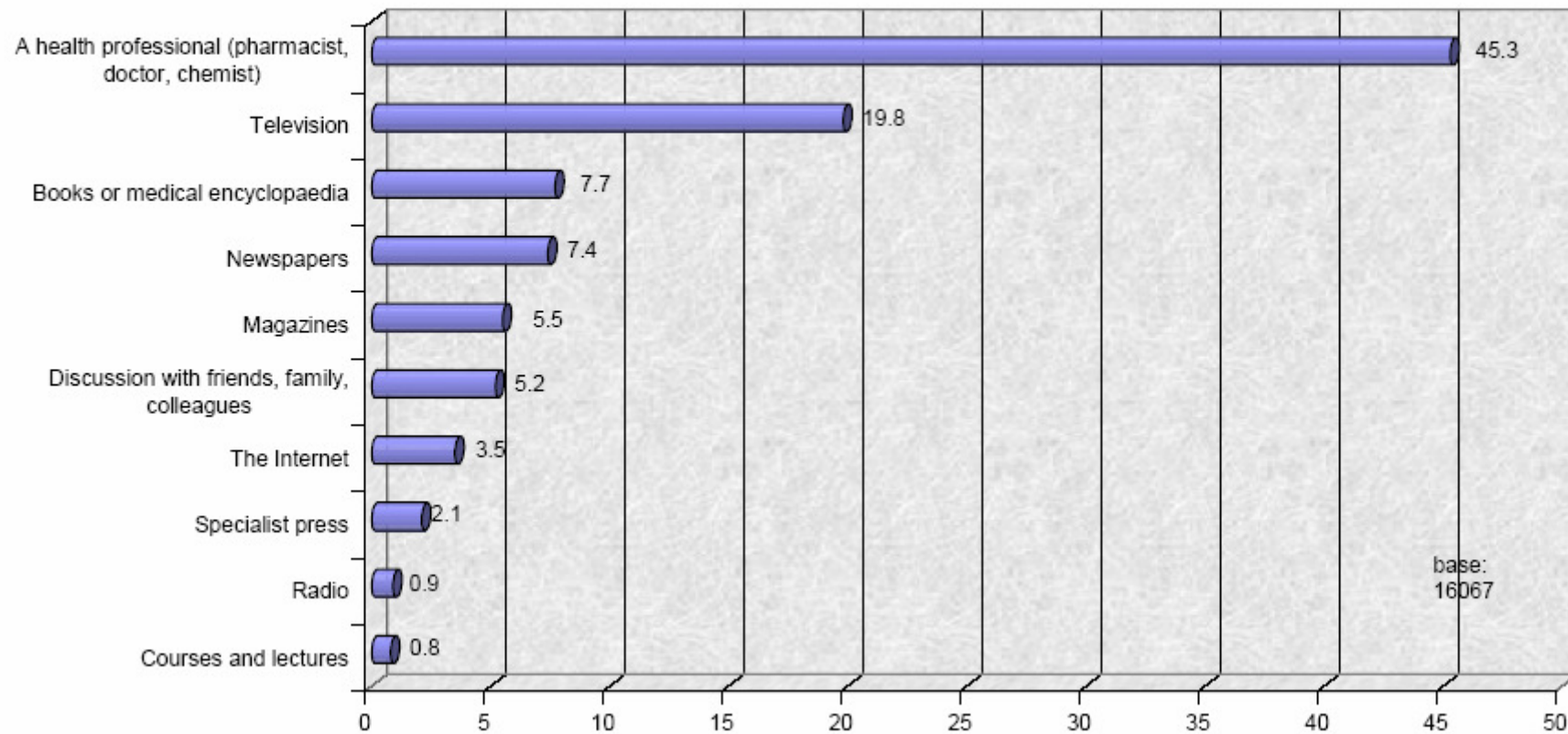
- Aufklärung rechtzeitig vor der Behandlung
- In einem persönlichen Gespräch
- Art und Umfang der Maßnahmen
- Mit den Maßnahmen verbundene Risiken
- Ohne psychischen Druck
- Art und Wahrscheinlichkeit der Risiken im Verhältnis zu den Heilungschancen
- Alternative Möglichkeiten
- Informationen müssen verstehbar sein
- Patient muss ermessen können, was die Entscheidung für ihn bedeutet

Patientenrechte in Deutschland

Leitfaden für Patienten und Ärzte

Quelle: <http://www.bmj.de/media/archive/226.pdf>

**Main source of information about health
(% of EU population)**



Quelle: Eurobarometer 58.0, European Union citizens and sources of information about health, 2003

Informationsquellen

- Gespräch mit dem Arzt
- Beipackzettel
- Publikumsmedien (Zeitschriften, Bücher, TV, Radio)
- Pharmabroschüren (Werbung)
- Selbsthilfegruppen
- Internet (World Wide Web)
- Fachpublikationen (Studienberichte)

Zeitungen, Zeitschriften, Radio, TV und Bücher

- Informieren Sie sich über das gedruckte Medium/die Sendung/den Verlag
- Informieren Sie sich über den Autor
- Prüfen Sie den Beitrag, Artikel oder das Buch selbst kritisch (gibt es Studien, die die Aussagen belegen?)
- Vergleichen Sie verschiedene Informationen
- Sprechen Sie immer zunächst mit Ihrem Arzt, bevor Sie eine nicht genau einschätzbare Information zur Grundlage einer Änderung bei Medikamenten oder Ihrer Ernährung machen

Warum systematisch vorgehen?

- Wissen ist für alle verfügbar und leichter zugänglich geworden
- Die Qualität schwankt sehr stark
- Es gibt eine unüberschaubare Menge an Informationen
- Es ist schwierig die Qualität zu bewerten
- Es gibt viele interessengefärbte Informationen

Zu Nutzen, Risiken und Nebenwirkungen....

- Fragen Sie Ihren Arzt
- Bereiten Sie Ihren Arztbesuch vor – die Zeit ist begrenzt und sollte optimal genutzt werden
- Es ist auch für den Arzt/Berater unmöglich, immer alle Informationsquellen zum in Frage stehenden Problem zu kennen: Nutzen Sie eine sinnvolle Vorauswahl der gefundenen Information.
- Funde aus dem Internet sollten zur Ergänzung des Gesprächs, aber nicht als alleinige Grundlage für eine Entscheidung genutzt werden.

Evidenzbasierte Informationen

- Zur Verbesserung der Entscheidungsgrundlage
- Zur Stärkung der Position von Selbsthilfe gegenüber anderen Institutionen im Gesundheitswesen
- Zur Stärkung der partnerschaftlichen Entscheidungsfindung von Arzt und Patient
- Zur Bewertung von Produkten des Gesundheitsmarktes

Das ärztliche Handeln steht auf zwei Säulen:
einerseits der naturwissenschaftlichen Erkenntnis und dem
technischen Können, andererseits auf dem Ethos der
Humanität. [...]

Die wissenschaftliche Forschung mehrt das Wissen und
Können, sie wird kritischer und methodischer.

Die Humanität dagegen ist nicht zu planen.

Karl Jaspers, 1952