

Entscheidungsspielraum für die Pflege

Die Delegation ärztlicher Verantwortung ist einen Schritt weiter. Im Juli 2022 hat der Gemeinsame Bundesausschuss (G-BA) Pflegefachkräften mehr Spielraum bei der häuslichen Krankenpflege eingeräumt. Mit dem Beschluss sollen Pflegefachkräfte etwa bei der Wund- und der Stomaversorgung eigenständig entscheiden können, wie oft und wie lange diese eingesetzt werden sollen. Was die Pflegefachkräfte künftig selbst verantworten können, soll nun in die „Häusliche-Krankenpflege-Richtlinie“ aufgenommen werden. Die Richtlinie sieht bereits heute einen regelmäßigen Austausch zwischen verordnenden Ärzten und Pflegekräften vor. Diese Konsultationen sollen nun intensiviert und die Pflegedienste in die Genehmigungsverfahren der Kassen eingebunden werden.

Long-COVID-Symptome breit gefächert

Ein britisches Forscherteam hat untersucht, mit welchen Symptomen Long-COVID einhergeht. Sie verglichen Daten von knapp 500.000 Personen mit einer dokumentierten SARS-CoV-2-Infektion, die nicht im Krankenhaus behandelt wurden mit den Daten von fast zwei Millionen Personen, bei denen kein Hinweis auf eine Coronavirus-Infektion vorlag.

Aus dieser Kohortenstudie geht hervor, dass Patientinnen und Patienten zwölf Wochen und länger nach der Infektion viel häufiger über eines oder mehrere von 62 Symptomen berichteten als Patienten, die sich nicht mit SARS-CoV-2 infiziert hatten. Besonders ausgeprägt waren dabei: Kurzatmigkeit in Ruhe, Brustschmerzen, Fatigue, Geruchsverlust, Niesen, Haarverlust und nachlassende Libido.

Aus den Daten konnte das Forschungsteam zudem Risikofaktoren für die Entwicklung von Long-COVID identifizieren. So berichteten eher Frauen, jüngere Menschen, Raucher, übergewichtige oder adipöse Menschen sowie Menschen mit mehreren Komorbiditäten über anhaltende Symptome nach einer SARS-CoV-2-Infektion.

Länger leben dank Bewegung

Die Ergebnisse einer Studie aus den USA, die im Juli 2022 erschienen ist, belegt wieder einmal: Menschen, die körperlich aktiv sind, haben eine niedrigere Sterberate als inaktive Personen. Dabei macht es keinen relevanten Unterschied, ob die Bewegung regelmäßig über die Woche verteilt stattfindet oder ob man sich nur konzentriert am Wochenende – als sogenannte Wochenend-Aktive – bewegt.

Die Analyse über fast 22.000 Todesfälle, davon 4130 durch eine kardiovaskuläre Erkrankung und mehr als 6000 durch Krebs, ergab: Im Vergleich zu körperlich inaktiven Teilnehmern lagen bei den Wochenend-Aktiven die Hazard Ratio (HR) für die Gesamtmortalität bei 0,92 und für regelmäßig aktive Teilnehmer bei 0,85. Das heißt, die Sterberaten waren um 8 bzw. 15 Prozent niedriger – jeweils unabhängig davon, ob sich die Befragten moderat oder stark bewegt hatten.

In der Leitlinie der Weltgesundheitsorganisation (WHO) für körperliche Bewegung und sitzende Tätigkeiten von 2020 wird empfohlen, dass Erwachsene sich wie folgt bewegen sollen:

- 150 bis 300 min/Woche mit moderater Intensität oder
- 75 bis 150 min/Woche mit starker Intensität oder
- mit einer gleichwertigen Kombination aus beiden Intensitäten

Heiße Sommer führen zu hoher Sterberate

Auch dieser Sommer hat mit seiner Hitze die Gesundheit der Menschen in Deutschland belastet. Das führt zu einer statistisch signifikanten Erhöhung von Sterbefällen. Zu diesem Ergebnis kommt eine Datenanalyse des Robert Koch-Instituts. Den Schätzungen der Berliner Bundesbehörde zufolge starben demnach 2018 etwa 8700 Menschen aufgrund hoher Temperaturen, 2019 etwa 6900 und 2020 rund 3700. Im vergangenen Jahr sei es dagegen nicht zu einer erhöhten Übersterblichkeit aufgrund von Hitze gekommen. Zum Vergleich: Insgesamt starben in den drei betrachteten Jahren rund 2,9 Millionen Menschen in Deutschland.

Zu den hitzebedingten Todesursachen gehören Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Nierenversagen und Stoffwechselstörungen. In Gefahr sind vor allem ältere und chronisch kranke Menschen. Bewohner dicht bebauter Innenstädte sind gefährdeter als Menschen auf dem Land. In Deutschland gilt ein Tag als heiß, wenn die Maximaltemperatur 30 Grad erreicht. In anderen Ländern wie Dänemark gilt es schon als heiß, wenn der Durchschnitt der Maximaltemperaturen an drei aufeinanderfolgenden Tagen 28 Grad überschreitet.



Videos können Immunantwort auslösen

Das Verhaltensimmunsystem könnte uns bei der Bekämpfung von Infektionen unterstützen. In einer Studie der Universität Hamburg ließ das Forschungsteam 116 Testpersonen verschiedene Videos anzusehen, die mit ansteckenden Virusinfektionen der Atemwege in Verbindung gebracht wurden sowie Kontrollen (Landschaftsvideo). Dann nahmen sie Speichelproben, um die Konzentration von Antikörpern (sezernierbares IgA) zu messen. Es zeigte sich, dass die sIgA-Konzentration bei Testpersonen nach der Stimulation durch Videos, die Menschen mit Krankheitssymptomen zeigen, anstieg. Im Durchschnitt erhöhte sich die sIgA-Konzentration nach dem Schauen des Krankheitsvideos um 83,15 Prozent. Das spricht dafür, dass das Immunsystem schon reagiert, bevor der Keim in den Körper kommt.