

Fünfmal pro Woche

Digitale Ärzte Zeitung kostenlos für alle Ärzte

Die App der Ärzte Zeitung ist komplett überarbeitet worden. Die neue digitale Zeitung kann auf allen Tablets, PC und MAC gelesen werden. Für alle Ärzte ist das Angebot kostenfrei.

Die App der Ärzte Zeitung ist komplett weiterentwickelt worden. Sie bietet Lesevergnügen wie eine gedruckte Ausgabe, da alle Meldungen im Originallayout der Zeitung angezeigt werden. Die App läuft auf iPad und Android-Tablets. Zusätzlich gibt es eine Desktop-Version der „Ärzte Zeitung digital“ für PC und MAC. Die App ist so auch ohne Tablet nutzbar. Die digitale Version der Ärzte Zeitung kommt fünfmal in der Woche, die gedruckte Ärzte Zeitung erscheint weiterhin jeden Montag, Mittwoch

und Freitag. Der Download einer digitalen Ausgabe der Ärzte Zeitung mit der neuen App ist um den Faktor 10 schneller als mit der früheren Version. Auch über Mobilfunk ist eine Ausgabe meist in weniger als einer Minute heruntergeladen. Die Suchfunktion ist erheblich erweitert worden: In heruntergeladenen Ausgaben ist eine Offline-Suche möglich, online sogar im gesamten Archiv. Für den Zugang zur „Ärzte Zeitung digital“ benötigen Sie einen kostenlosen Login bei Springer Medizin. Die Registrierung dauert nur wenige Minuten. Folgen Sie einfach den Anweisungen auf: <http://goo.gl/ncH3hQ>. In der App melden Sie sich mit Ihrem Benutzernamen und dem persönlichen Passwort an.

Springer Medizin, Michael Hubert

Chronische Rhinosinusitis

Symptome schonend lindern

Hypertone Salzlösungen lassen die Nasenschleimhaut abschwellen – ohne Rebound-Effekt. Aloe vera schützt die Schleimhaut zusätzlich.

Zur Symptomlinderung bei chronischer Rhinosinusitis ist neben spezifischen Medikamenten unterstützend die lokale Anwendung von hypertonen Salzlösungen sinnvoll. „Durch den osmotischen Effekt kommt es zu einer schonenden Abschwellung der Nasenschleimhäute“, so Prof. Dr. Ludger Klimek, Wiesbaden. Der Nasenschleimhaut wird durch die erhöhte Salzkonzentration im Pflege-Nasenspray überschüssiges Wasser entzogen, die Schleimhäute schwellen ab. Die frei werdende Flüssigkeit löst zähes Sekret und Verkrustungen. Der Patient kann wieder besser durchatmen. Auch in der aktuellen

Leitlinie der Deutschen Gesellschaft für Hals-Nasen-Ohrenheilkunde, Kopf- und Hals-Chirurgie wird die lokale Anwendung von hypertonen Salzlösungen zur Beschwerdelinderung erwähnt. Eine Studie mit 211 Patienten konnte bei zwei Mal täglicher Anwendung einer hypertonen Salzlösung eine Reduktion der Beschwerden zeigen. Rinupret®-Pflege-Nasenspray enthält neben natürlichem Meersalz in hypertoner Lösung (2,7-%ig) Eukalyptusöl, das belebend wirkt, sowie pflegende Aloe vera. Das gut verträgliche Präparat kann bei Erwachsenen und Kindern ab zwei Jahren angewendet werden und ist zur begleitenden Behandlung bei Entzündungen der Nasenschleimhaut mit verstopfter Nase oder Schnupfen geeignet.

Nach Informationen des Unternehmens Bionorica SE



© Tommlz/Stockphoto

Der Kick für das Immunsystem

Die Antibiotika-Ära könnte bald zu Ende sein. Resistenzen nehmen zu, Infektionskrankheiten ebenso. Andere Therapien sind gefragt.

Eine Schlüsselfunktion für das Immunsystem hat Vitamin D. Dessen Serumkonzentration solle über 30 ng/ml liegen. In den USA werde sogar zu über 80 ng/ml geraten, sagte Dr. Michael Gesche, Hamm. Die Realität in Deutschland liege im Mittel um 10 ng/ml. Vor allem im Winter sei der Vitamin-D-Mangel evident. Denn für eine ausreichende Vitamin-D-Bildung sei es im Winter etwa nötig, sich zwei Stunden täglich in der Sonne aufzuhalten. Dass eine Supplementierung mit Mikronährstoffen sinnvoll ist, lässt sich anhand klinischer Daten belegen. So reduzierte in einer Studie die Gabe einer Mikronährstoffkombination bei Menschen über 65 Jahren die Zahl der Atemwegsinfekte. Zudem wurde die Zahl der Krankenhaustage halbiert und nach der Grippe-Impfung war der Antikörpertiter viermal höher als in der Kontrollgruppe.

Krankheitstage reduziert

Auch in einer anderen Studie war in der Mikronährstoff-Gruppe die Zahl der Krankheitstage aufgrund von Atemwegsinfekten gegenüber dem Vorjahr deutlich reduziert. Sie lag bei 1,5 Tagen versus 6,3 Tagen. In der Kontrollgruppe blieb der Krankenstand mit im Mittel je rund 6 Tagen unverändert. Ähnlich positive Ergebnisse hatte auch eine Studie mit 192 Patienten mit rezidivierenden Atemwegsinfekten, die 16 Wochen lang entweder eine Mikronährstoffkombination (Orthomol Immun®) oder Placebo erhalten hatten. Der Wert im Erkältungsscore an Tag 7 verringerte sich mit Supplementierung deutlich stärker, nämlich um 81 versus 74%. „Dieser Unterschied von sieben Prozentpunkten wurde nur mit Nährstoffen erreicht, nicht mit Medikamenten“, betonte Gesche. Unterschiede gab es auch bei der Arbeitsfähigkeit, besonders in der Gruppe der unter 45-Jährigen: Während der 2. und 3. Erkältungsepisode lag der AU-Anteil bei 14 versus 48%.

Veranstaltung: Health Cup 2014 „Immer eine Seemeile voraus“, Hamburg, 20. September 2014, Veranstalter: Orthomol, Bericht: Michael Hubert