

## DIABETES

### Bei langem Sitzen regelmäßig aufstehen

Die Empfehlung, lange Sitzzeiten zu vermeiden, hat sich in einer randomisierten Studie auch bei Menschen mit Typ-1-Diabetes bewährt. Personen, die alle 30 Minuten aufstanden und drei Minuten lang umhergingen, hatten infolge schwächerer postprandialer Anstiege im Schnitt niedrigere Blutzuckerspiegel als Personen, die sieben Stunden lang ununterbrochen saßen (7,1 vs. 8,5 mmol/l). Gleichzeitig war die Zeit im Zielbereich um 17 % länger (85 % vs. 72 %), ebenfalls ein signifikanter Unterschied.

Campbell MD et al. (2023) *Diabetes Obes Metab.*;25:3589-3598

## KOMPLEXE KONSTELLATION

### Wen betrifft chronischer Rückenschmerz?

Ein Team der Universitäten Halle-Wittenberg und Lübeck hat untersucht, womit das Risiko, chronische Rückenschmerzen zu entwickeln, zusammenhängt. Von 1.215 Befragten mit initial starken und die Alltagsfunktionen einschränkenden Rückenschmerzen gaben nach zwei Jahren 48 % an, dass die Schmerzen nahezu unverändert anhielten.

Folgende Faktoren waren signifikant mit einem Persistieren der Rückenschmerzen assoziiert: Begleiterkrankungen, die Einnahme von Schmerzmitteln oder anderen Medikamenten, Depressionen, Belastungen durch Pflege oder am Arbeitsplatz, Attributionen, die den Schmerz als Ausdruck einer Verletzung oder einer pathologischen Ursache sehen und Gefühle von mangelnder Selbstwirksamkeit im Zusammenhang mit den Schmerzen. Darüber hinaus waren ältere Personen mehr gefährdet, dauerhaft unter Schmerzen zu leiden als jüngere. Das Team plädiert dafür,

potenziell gefährliche Konstellationen beim Umgang mit den Betroffenen stärker zu berücksichtigen und entsprechende Fachdisziplinen frühzeitig in die Behandlung einzubeziehen.

Zimmer JM et al. *Eur J Pain.* 2023; <https://doi.org/mh7m>

## SO GUT WIE DER MENSCH

### Verbessert KI die Infarktdiagnostik?

Ein Team von Mediziner\*innen und Informatiker\*innen hat ein Modell der künstlichen Intelligenz (KI) entwickelt, das helfen soll, Herzinfarkte durch Gefäßverschlüsse besser zu erkennen. In einer retrospektiven Analyse betrug die Genauigkeit der KI-Diagnosen 90,9 %. Damit war sie genauso gut wie die natürliche Intelligenz der humanen EKG-Spezialisten (90,8 %). Die Wissenschaftler\*innen bescheinigten ihrer KI das Potenzial, die Triage von Menschen mit akutem Koronarsyndrom zu verbessern und die rechtzeitige Überweisung zur sofortigen Revaskularisation zu ermöglichen.

Herman R et al. (2023) *Eur Heart J - Digital Health* 2023; <https://doi.org/10.1093/ehjdh/zta074>



KI kann die Kardio-Diagnostik unterstützen

## DIE MACHT DER ERWARTUNG

### Nocebo-Effekt bei Gluten-Sensivität

Es gibt Menschen mit Reizdarmbeschwerden, die weder an Zöliakie noch an einer Weizenallergie leiden, aber dennoch kein Gluten vertragen: Sie leiden an einer Nicht-Zöliakie-Glutensensitivität. Oft meiden sie Gluten, eventuell droht dann sogar ein Nährstoffmangel. Nun wurde untersucht, ob die Symptome tatsächlich durch Gluten oder eine negative Erwartungshaltung ausgelöst werden. Im Versuch wurden den Probanden Mahlzeiten mit oder ohne Gluten serviert, verbunden mit der Information, dass die Mahlzeit glutenhaltig oder -frei sei. Bei denjenigen, denen gesagt wurde, dass die Speise Gluten enthielte, spielte es keine Rolle, ob sie tatsächlich glutenhaltig oder -frei war, das Beschwerdebild war ähnlich stark. Das Gleiche galt für Probanden, denen gesagt wurde, die Mahlzeit sei glutenfrei. Laut den Autoren spricht dies für einen deutlichen Nocebo-Effekt.

De Graaf MCG et al. (2023) *Lancet Gastroenterol Hepatol*; [https://doi.org/10.1016/S2468-1253\(23\)00317-5](https://doi.org/10.1016/S2468-1253(23)00317-5)

## ERGEBNISSE EINER US-STUDIE

### Mit dem E-Bike ins Krankenhaus

E-Biker verletzen sich schwerer und müssen deshalb doppelt so häufig stationär aufgenommen werden wie Nutzer herkömmlicher Fahrräder. Am verbreitetsten waren Verletzungen an Kopf, Gesicht und Nacken. 75 % der Verletzten waren Männer, unabhängig vom Fahrradtyp. Ursache für die häufigeren und schwereren Verletzungen ist vermutlich die hohe Geschwindigkeit: E-Biker sind im Schnitt 6-9 km/h schneller unterwegs.

Williams LC et al. *Laryngoscope* 2023; <https://doi.org/mh7p>



## MIGRÄNE

### Mehr als Kopfschmerz

Migräne wird stärker stigmatisiert als Demenz, Parkinson und Schlaganfall, so eine Studie der Europäischen Migräne- und Kopfschmerz-Allianz (EMHA), der MigräneLiga Deutschland e.V. und der Stiftung Kopfschmerz. Die Umfrage mit 4.000 Menschen mit und ohne Migräne in Europa zeigt, dass 26 % der Nicht-Betroffenen Migräne lediglich als starke Kopfschmerzen betrachten. Die Stigmatisierung ist oft auf mangelndes Verständnis zurückzuführen und kann negative Folgen haben. So ergab die Studie, dass 93 % der Betroffenen glauben, dass die Öffentlichkeit die Krankheit nicht versteht. Infolgedessen geben 35 % zu, dass sie aus Angst vor einer Verurteilung den Arztbesuch hinauszögern oder gar vermeiden.

Europäische Migräne- und Kopfschmerzallianz (EMHA)

## UNABHÄNGIG VOM BMI

### Frauen mit Bauchspeck häufiger infertil

Von 3.229 Frauen im Alter zwischen 18 und 45 Jahren, die am National Health and Nutrition Examination Survey teilnahmen, gaben 327 (11,1 %) an, infertil zu sein. Das Infertilitätsrisiko stieg mit jedem zusätzlichen Zentimeter Bauchumfang um 3 %, unabhängig vom BMI. Die Assoziation war bei normalgewichtigen und bei adipösen Frauen statistisch signifikant. Die Korrelation zwischen Taillenspeck und Infertilität wurde durch das Alter (< oder 35 Jahre) nicht beeinflusst. Nur die körperliche Aktivität schien sich auszuwirken: Bei inaktiven Frauen stieg das Infertilitätsrisiko ab 103,5 cm Taillenumfang steiler an.

Ke J et al. (2023) PLoS ONE; 18(12): e0295360

## ERSTE UNTERSUCHUNG FÜR DEUTSCHLAND

# Pflegende mit Bachelor-Abschluss rekrutieren und halten

Der Mangel an Pflegenden ist verschiedenen Ländern in Europa gemein, ebenso die Suche nach wirksamen Strategien, um sie zu rekrutieren und zu binden. Außerdem sind die Bildungsabschlüsse der Pflegenden in der direkten Patientenversorgung vielfältig. Sie reichen von der grundständigen Ausbildung mit staatlichem Examen (z.B. Deutschland) über akademisch ausgebildete Pflegende mit Bachelor- und Masterabschluss bis hin zum Doktorat. Die BSN4Hospital-Studie von Maier et al. analysiert die Rekrutierungs- und Bindungsstrategien von akademisch ausgebildeten Pflegenden im Vergleich zu grundständig Ausgebildeten hinsichtlich Arbeitszufriedenheit, und- engagement und Bleibemotivation.

### Bis 2024 laufende Studie

Beim Studiendesign handelt es sich um eine konvergente Mixed-Methode, die einen qualitativen und quantitativen Ansatz miteinschließt. Der qualitative Ansatz umfasst semistrukturierte Interviews mit Pflegenden in unterschiedlichen Positionen in deutschen Krankenhäusern sowie internationale Experteninterviews aus Ländern mit einem hohen Anteil an akademisierten Pflegenden. Der quantitative Ansatz besteht aus einer Umfrage von grundständig ausgebildeten und akademisierten Pflegenden in deutschen Krankenhäusern mit einem hohen Akademisierungsgrad, relevanten Rekrutierungs- und Bindungsstrategien sowie umfassenden Maßnahmen zur Verbesserung des Arbeitsumfeldes. Die Studie beläuft sich über einen Zeitraum von drei Jahren (2021-24) und wird durch das Bundesministerium für Bildung und Forschung (BMBF) gefördert. Inhaltlich orientiert sich die Studie am konzeptionellen Ansatz von Cowden und Cummings. Dabei werden vier Bereiche näher betrachtet: Das Manage-

ment, die organisationspezifischen Merkmale, die Arbeitsbedingungen und die individuellen Merkmale der Pflegenden. Die eingeschlossenen Krankenhäuser beteiligen sich an der EU-geförderten Magnet4Europe-Studie, die sich in sechs europäischen Ländern (davon 20 Krankenhäuser in Deutschland) auf die Umsetzung des US-amerikanischen Magnet-Modells konzentriert.

Maier CB, Köppen J, Kleine J, et al. (2023) Recruiting and retaining bachelor qualified nurses in German hospitals (BSN4Hospital): protocol of a mixed-methods design. *BMJ Open*; 13:e073879. doi:10.1136/bmjopen-2023-073879

— **Kommentar:** Eine Studie zur Arbeitszufriedenheit und zum Verbleib von akademisch ausgebildeten Pflegenden gibt es in Deutschland bislang nicht. Sicherlich auch, weil der Anteil an akademisch ausgebildeten Pflegenden in deutschen Krankenhäusern nach wie vor nur bei 1-2 % liegt (BiBB 2022). Daher ist es interessant zu erheben, wie es den Akademisierten in Bezug auf ihre Arbeitszufriedenheit, ihr Arbeitsengagement und ihre Bleibemotive geht. Auch der Vergleich zwischen grundständig ausgebildeten und akademisierten Pflegenden ist für Rekrutierungs- und Bindungsstrategien relevant, um dem fortschreitenden Fachkräftemangel entgegenzuwirken und akademisierten Pflegenden Zukunftsperspektiven aufzuzeigen. Die Ergebnisse dürften für das Krankenhausmanagement, das klinische Personal und für politische Entscheidungsträger von Interesse sein.



### Rebekka Stahl, MA, RN

Leiterin des Pflege- und Funktionsdienstes am Uniklinikum Heidelberg  
[Rebekka.Stahl@med.uni-heidelberg.de](mailto:Rebekka.Stahl@med.uni-heidelberg.de)