

## Kurz und knapp

### IGeL

#### Kein Arzthonorar ohne Vertrag

Das Landgericht Mannheim hat ein wichtiges Urteil gefällt: Nur wenn es eine schriftliche Vereinbarung zwischen Arzt und Patient gibt und der Kranke ihr schriftlich zugestimmt hat, muss er das für eine Individuelle Gesundheitsleistung (IGeL) geforderte Honorar bezahlen (Az.: 1 S 99/07). Wie wir bereits geschrieben haben (GPSP 1/2009, S. 12), dürfen Ärzte bei gesetzlich Versicherten nur dann privatärztliche Leistungen abrechnen, „wenn diese ausdrücklich vom Patienten gewünscht werden.“<sup>1</sup> Außerdem seien Ärztinnen und Ärzte verpflichtet, ihre Patienten vorab über die anfallenden IGeL-Kosten aufzuklären und eine Rechnung auszustellen (am besten nach der Gebührenordnung für Ärzte), erinnerte kürzlich das Deutsche Ärzteblatt.<sup>1</sup> Wer privat versichert ist, sollte ebenfalls auf einer schriftlichen Vereinbarung bestehen. Das schafft Klarheit im Arzt-Patient-Verhältnis.

### Der richtige BH

#### Druckstellen vermeiden

Um das Bindegewebe der Brust vor Überdehnung zu schützen, wird Frauen seit langem empfohlen, BH oder Bustier zu tragen. Belastbare Studien zum Nutzen sind uns zwar nicht bekannt, aber es gibt Risiken: Der Berufsverband der Frauenärzte warnte kürzlich vor schlechtsitzenden BHs, die das Gewebe einschnüren und den Lymphfluss behindern. Hier wichtige Tipps für den richtigen Büstenhalter: Er sollte nach dem Ausziehen keine roten Druckmarken auf der Haut hinterlassen. Zwischen das Unterbrustband, das mit den Körbchen die Brust hält, und die

Haut sollten sich locker zwei Finger schieben lassen. Bügel-BHs dürfen nicht unten auf der Brust aufliegen, sondern auf den Rippen. Wenn die Bügel nicht flach auf dem Brustbein zwischen den Brüsten liegen, sondern absteigen, sind sie zu klein. Wichtig ist, dass die Enden der Bügel auf die Mitte der Achselhöhlen deuten.

### Mittelohrentzündung

#### Kopf hoch

Kleine Kinder bekommen bei einer Erkältung leicht eine Mittelohrentzündung, bei der das Sekret nur schlecht abfließen kann, wenn die Verbindungswege zum Rachen – die so genannten Tuben – zuschwellen. Aus dem Druckgefühl wird nachts meist ein stechender, pochender Schmerz. Die Situation kann sich schon bessern, wenn der Kopf höher gelagert wird und dadurch Sekret abfließt.<sup>2</sup> Ansonsten helfen meist abschwellende Nasentropfen, die die Tubenmündung öffnen. Sie sollten aber nur wenige Tage verwendet werden. Ibuprofen- oder Paracetamol-Präparate für Kinder lindern vor allem Schmerzen und wirken fiebersenkend. Es gibt sie ohne Rezept.

### Hepatitis-B

#### Kampagne für Test

Wer sich mit Hepatitis-B-Viren ansteckt, muss in der Regel keine chronische Leberentzündung und Leberschäden befürchten. Bei 9 von 10 angesteckten Menschen heilt die Infektion von selbst aus – und anschließend ist man gegen den Erreger immun. Im Übrigen ist das Ansteckungsrisiko – die Übertragungswege sind Blut und andere Körperflüssigkeiten (Sex) – in Deutschland gering, weil außer in Risikogruppen nur wenige Menschen infiziert sind. Und zuverlässige Studien haben ergeben, dass es keinen Sinn macht,

Erwachsene mit geringem Infektionsrisiko vorbeugend zu impfen.<sup>3</sup> Aus diesem Grund ist die europaweite Kampagne von Pharmafirmen, die auf die Möglichkeit von Hepatitis-B-Tests und Impfung aufmerksam macht, vor allem Panikmache (und ein Geschäft). Wer Appetitlosigkeit, Bauchschmerzen, Übelkeit, Erbrechen, gelblich verfärbte Haut oder Augen und braunen Urin hat, sollte seinen Arzt aufsuchen. Wer zum Personenkreis derer zählt, die sich besonders leicht anstecken,<sup>4</sup> sollte sich impfen lassen. Für Risikogruppen zahlt die Impfung die Kasse oder der Arbeitgeber.<sup>5</sup> Ausgenommen sind aber Reiseimpfungen. Erkundigen Sie sich zur Sicherheit vorher bei ihrer Kasse. Außerdem wird die Impfung bei Jugendlichen empfohlen.

### Flottes Gehen kostet nix

Wer sich bewegt, trainiert nicht nur seine Muskeln. Aus gutem Grund hat das Deutsche Ärzteblatt kürzlich die Bedeutung von regelmäßiger körperlicher Aktivität wie Radfahren und flottem Gehen zu seinem Schwerpunkt gemacht.<sup>6</sup> Prof. Dieter Leyk von der Sporthochschule Köln spart im Editorial der Ausgabe nicht mit deutlichen Worten: „Regelmäßige körperliche Aktivität gehört zu einer der wirkungsvollsten und kostengünstigsten Maßnahmen in Prävention und Therapie von zahlreichen Erkrankungen. Aus diesem Grund ist kritisch zu

