

## Liebe Leserin, lieber Leser,

„Der Mensch ist, was er isst.“ Dieses Wortspiel des Philosophen (!) Ludwig Feuerbach (1804-1872) mag stimmen, zumindest in der simplen Hinsicht, dass der Körper sich mithilfe der Nahrung ständig erneuert. Wie schwierig dagegen verlässliche Aussagen zu gewinnen sind, welche Ernährung oder welche speziellen Nahrungsmittel „gesund“ sind oder gar das Leben verlängern können, zeigt unser Interview mit dem international bekannten kritischen Wissenschaftler John Ioannidis. Er hat allerdings auch eine beruhigende Botschaft. Aber lesen Sie selbst (S. 19).

Kräftig gerührt wird die Werbetrömmel für das Medikament Entresto<sup>®</sup>, das bei Herzschwäche helfen soll. Doch was ist an den Versprechen wirklich dran? Wir haben genau hingeschaut (S. 16).

Digitalisierung überall. Sie gilt derzeit als treibende Kraft für den Fortschritt in Wissenschaft und Gesellschaft, obwohl doch primär nur eine technische Hilfe. Und sie hat auch ihren Preis. Der besteht zum Beispiel bei Gesundheits-Apps darin, dass wir unbemerkt und ungewollt Informationen „preis“geben, mit denen andere gewinnbringend arbeiten – nicht unbedingt zu unserem eigenen Wohlergehen (S. 8, S. 12). Das Titelbild beleuchtet diesen Hintergrund.

Per Smartwatch können wohl bald überall Daten zu aktuellen Körperfunktionen übermittelt werden, beispielsweise auch an den Apple-Konzern, der kürzlich im Bereich der Medizin gewildert und eine Studie zum Vorhofflimmern vorgestellt hat (S. 14). Wer welchen Nutzen von



© Roland Brinkmann

solchen Informationen hat, ist dann noch zu klären.

Wir hoffen, dass Sie einen klaren Nutzen von unseren vielfältigen Informationen haben.

Ihr

Dietrich von Herrath

## Aus aktuellem Anlass: Warnung vor riskantem Schlafwandeln

Schon vor mehr als zehn Jahren hat GPSP berichtet, dass Zolpidem und verwandte Arzneistoffe wie Zopiclon, also die sogenannten Z-Substanzen, ganz unerwartete Nebenwirkungen haben können (GPSP 4/2007, S. 9). Diese Schlafmittel wirken nicht nur beruhigend auf das Nervensystem, sondern fördern bei manchen Menschen unerklärliche Verhaltensweisen – wie nächtliches Essen vor dem Kühlschrank, ohne dass man sich am Morgen daran erinnern kann.

Schlafwandeln und damit verbundene Aktionen, die unbe-

wusst ablaufen, werden oft belächelt. Aber sie sind hochriskant, wenn sich Betroffene ans Lenkrad setzen, ins Wasser gehen – wo sie ertrinken können – oder mit einer Schusswaffe hantieren.

Die US-amerikanische Arzneimittelbehörde FDA hat in einem Zeitraum von 26 Jahren bisher 66 lebensgefährliche Episoden ermittelt, davon 20 mit tödlichem Ausgang. Darum hat sie jetzt für Zolpidem, für Eszopiclon (ein in den USA erhältlicher Abkömmling des hierzulande häufig verwendeten Zopiclon) und für Zaleplon (bei

uns außer Handel) neue Warnhinweise vorgeschrieben, und zwar „Boxed Warnings“.<sup>1</sup> Sie gelten jenseits des Atlantiks als auffälligste Warnstufe. Bei uns stehen diese Warnungen zwischen all den anderen Nebenwirkungen im Beipackzettel.

Außerdem sollen in den USA Personen, die bereits schlafwandlerisch aufgefallen sind, Z-Substanzen generell nicht mehr einnehmen – und Ärzte sollten sie ihnen nicht verordnen.

<sup>1</sup> arznei-telegramm<sup>®</sup> (2019) 50, S. 48