

Journal Club

Kurz und bündig

Prof. Dr. med. Reto Krapf

Redaktor Swiss Medical Forum

Praxisrelevant

Schlafdauer und Adaptation im Kindergarten

Das Kindergartenjahr ist entscheidend für die weitere schulische Entwicklung, weshalb eine subjektiv gute Passage die weitere Entwicklung eines Kindes im guten Sinne fördern und seine schulischen Zukunftschancen erhöhen kann.

Wichtig ist, dass Vorschulkinder einen geregelten Schlaf haben. Denn eine nächtliche Schlafdauer von mehr als 10 Stunden, bereits vor dem Eintritt in den Kindergarten etabliert, korrelierte positiv mit dem Verlauf und dem Lernzuwachs im Kindergarten. Dieser Vorteil war unabhängig von der sozioökonomischen Situation der Familie und dem Gesundheitszu-

stand des Kindes selbst. Hoffen wir, dass durch die immer wahrscheinlicher werdende Energiekrise diesen Winter die Lichtpollution vermindert und damit die Schlafdauer und -qualität dieser Kinder verbessert werden. Alles hat eben neben Nachteilen auch Vorteile...

Pediatrics. 2022, doi.org/10.1542/peds.2021-054362.
Verfasst am 15.08.2022.

Fokus auf...

Depressionen bei Adoleszenten

- Schwerere depressive Episoden bei Kindern sind selten (Prävalenz unter etwa 1%), steigen in der Adoleszenz, vor allem bei Mädchen, aber deutlich an.
- Die Gründe sind unklar, vermutet werden: Soziale Stressfaktoren, hormonelle Auslöser, Herausforderungen der Selbstfindung, vulnerable ZNS-Entwicklungsphasen.
- Emotionale Störungen und Depressionen aller Schweregrade sind am Zunehmen und/oder werden vermehrt diagnostiziert (USA 2011 = 8%, 2016 = gut 13 [%]).
- Depressive Episoden in der Adoleszenz korrelieren mit solchen im Erwachsenenalter.
- 40% der Inzidenzen lassen sich durch genetische Faktoren (mit-)erklären.
- Warnsymptome sind:
 - Traurigkeit, Reizbarkeit
 - Interesse- und Lustlosigkeit
 - Zunahme/Abnahme von Appetit oder Gewicht
 - Insomnie oder Hypersomnie
 - Veränderungen der psychomotorischen Aktivität
 - Schuldgefühle oder Gefühle der Wertlosigkeit
 - Konzentrations- und Denkstörungen
 - Rezidivierende Todes- oder Suizidgedanken
- Frühe Erkennung und Interventionen sind prognostisch sehr wichtig.
- Leider sind klinische und genetische Risiko-Scores oder eine Kombination der beiden in der Praxis noch eher unzuverlässig.
- Ein wichtiges und förderungswürdiges Forschungsgebiet mit dem Ziel verbesserter Erkennung, besserer Interventionen und Reduktion der Prävalenz!

Lancet. 2022, doi.org/10.1016/S0140-6736(22)01012-1.
Verfasst am 12.08.2022.

Schlaganfälle: Abnahme bei Über-, aber Zunahme bei Unter-55-Jährigen

Im Süden Englands (Oxfordshire) haben die Inzidenzen an Schlaganfällen in der Zeitperiode 2010 bis 2018 im Vergleich zu 2002 bis 2010 bei Unter-55-Jährigen signifikant zugenommen, während sie in den gleichen Vergleichsperioden bei Über-55-Jährigen abgenommen haben. Es wurden keine Unterschiede gefunden in der Herzinfarktinzidenz und bei peripher-arteriellen Erkrankungen. Zwar waren die Schlaganfälle auch bei Unter-55-Jährigen mit Adipositas, Nikotinabusus, Hypertonie und Diabetes assoziiert, aber die Unterschiede blieben auch in einer Subgruppe ohne diese Risikofaktoren signifikant bestehen. Was geht hier vor? Interessant ist die Beobachtung, dass die Schlaganfallhäufigkeit vor allem bei Personen unter 55 Jahren zunahm, die in verantwortlicheren Positionen arbeiteten, nicht aber bei Leuten mit einer eher einfacheren beruflichen Tätigkeit. Geben wir den Risikokonstellationen bei jüngeren Individuen, deren Behandlung ja dann Jahre bis Jahrzehnte bis zur Realisierung eines Nutzens braucht, zu wenig Beachtung? Sind wir gleichzeitig eventuell bei Patientinnen und Patienten mittleren Alters «sensibilisierter»? Eine interessante Hypothese ist, dass Kinder aus einer In-vitro-Fertilisation/Zeugung Jahrzehnte (40 bis 50 Jahre danach) eine erhöhte kardiovaskuläre, prämatüre Morbidität aufweisen. Die Zahl

der durch In-vitro-Fertilisation geborenen Individuen dürfte im Vergleich der beiden Zeitperioden deutlich zugenommen haben.

JAMA. 2022, doi:10.1001/jama.2022.12759.
Verfasst am 14.08.2022.

Klinische Informationen zu den Affenpocken

Die sorgfältige Dokumentation von bewiesenen Fällen von Affenpocken in Spanien ergab unter anderem:

- Mittleres Alter 37 Jahre
- Jede zwölfte Infektion betrifft heterosexuelle Männer oder Frauen.
- Die mediane Inkubationszeit beträgt 7 Tage, die mediane Zeit vom ersten Auftreten der Pusteln bis zur Verkrustung aller Effloreszenzen beträgt 10 Tage.
- Der Nachweis in den Pusteln gelingt praktisch zu 100%.
- Gemäss Amplifikationszyklen bis zum positiven PCR-Nachweis (ein semiquantitativer Parameter) ist die Viruslast in der Haut auch höher als an anderen Stellen, beispielsweise im Pharynx (mittlere Ct-Werte 23 versus 32).
- Läsionen der Haut kommen uniform vor, bei 80% auch anogenital (inklusive Proktitis), bei gut 40% auch oral oder peroral mit oder ohne Tonsillitis.

Man muss angesichts der steigenden Fallzahlen die Möglichkeit eines Affenpockeninfekts niederschwellig in Betracht ziehen, wobei eine Diagnostik aus Hauteffloreszenzen am erfolgreichsten ist. Eine klinische Inspektion der genannten Orifizien ist unverzichtbar!

Lancet. 2022, doi.org/10.1016/S0140-6736(22)01436-2.
Verfasst am 10.08.2022.

Für Ärztinnen und Ärzte am Spital Kleine, asymptomatische Nieren- oder Uretersteine: Vorsorglich entfernen oder belassen?

Kleine asymptomatische Nieren- oder Uretersteine (≤ 6 mm) haben eine hohe Rate spontaner Abgänge mit und ohne medikamentöse Unterstützung («medical expulsive treatment» oder MET), aber in doch immerhin 50% aller Fälle kommt es in den nächsten fünf Jahren zu einem symptomatischen Rezidiv. Eine kleine, aber methodisch gut durchgeführte Studie erfolgte an Patienten mit symptomatischer Nephrourolithiasis, die zusätzlich noch mindestens einen kleinen und asymptomatischen Nieren- oder Ureterstein hatten. In einer Gruppe wurde in der gleichen Intervention mit modernen Endoskopen und durch erfahrene Endo-Urologen der kleine, asymptomatische Stein ebenfalls entfernt ($n = 38$), in der Kontrollgruppe ($n = 35$)

Nochmals ein Sommerthema



Lifestyle-Trend mit gesundheitlichen Risiken: Schwimmen in kaltem Wasser.
© Slogger / Dreamstime

Akutes Lungenödem beim Schwimmen

Obwohl sich die Badesaison dem Ende nähert und die Wassertemperaturen im Sommer 2022 eher hoch waren, sei an diese Entität erinnert. Dabei geht es nicht um Lungenödeme zum Beispiel bei akutem Vorhofflimmern, einer Angina pectoris beziehungsweise einem Herzinfarkt beim Schwimmen oder um einen Abriss eines myxoid degenerierten Mitralklappenfadens. Nein, es geht um gesunde Leute, die vor allem beim Eintauchen (Schwimmen) in kaltes Wasser über Husten, Atemnot und Hämoptysen klagen. Auf Grund der zunehmenden Attraktivität (?) von Schwimmerevents in kaltem Wasser, ja sogar Eiswasser, könnte das Problem schnell relevanter werden, auch bereits im Rest des Jahres 2022. Verschiedene Mechanismen kommen in Betracht: Zentral-venöses Pooling im Wasser, erhöhter peripherer Widerstand wegen kalter Umgebung und durch Konvektion noch verstärktem Wärmeverlust und erhöhter pulmonal-kapillärer Widerstand im Rahmen der körperlichen Anstrengung. Die Erkrankung ist eindrücklich, die Prognose aber gut, wenn man es denn mit oder ohne Hilfe an Land schafft. Eine durch Nothelfer applizierbare, nicht invasive positive Druckbeatmung löst das Problem meist innert weniger Minuten.

Chest. 2022, doi.org/10.1016/j.chest.2022.02.054.
Verfasst am 15.08.2022.

aber belassen. Nach etwas mehr als 4 Jahren war das Risiko eines symptomatischen Rückfalls in der Interventionsgruppe um etwa 80% reduziert. Auch dauerte es in der Interventionsgruppe bis zu einem Rezidiv viel länger (4,5 Jahre) als in der konservativ behandelten Gruppe (2,5 Jahre). Die Operationszeit verlängerte sich durch die Entfernung des asymptomatischen Steins um eine knappe halbe Stunde. Unklar ist, ob diese Resultate bei isolierten asymptomatischen Steinen (sogenannte Zufallsbefunde) auch zutreffen. Ebenfalls ist die technische Hürde beachtlich, bevor diese Intervention generell empfohlen werden kann: Die technische Ausrüstung war

perfekt, die Interventionsspezialisten waren sehr erfahren.

N Engl J Med. 2022, doi:10.1056/NEJMoa2204253.
Verfasst am 15.08.2022.



Das «Kurz und bündig» finden Sie auch als Podcast unter emh.ch/podcast oder in Ihrer Podcast-App unter «EMH Journal Club».