



Medizin-Mythen im Check

Jörg Wipplinger
www.medizin-transparent.at

Twitter: @med_transparent
Facebook:
www.facebook.com/MedizinTransparent.at

Trusted evidence.
Informed decisions.
Better health.

Was auf Sie zukommt

01 Warum gibt es Medizin-Mythen?

02 Wie überprüfen wir Medizin-Mythen?

03 Studien, die Evidenzpyramide, und evidenzbasierte Medizin
-
die Bewertung bei medizin-transparent.at

04 Mythen im Check:
Nahrungsergänzungsmittel und Vitamine, Stillen,
Aluminium,...

05 Die Vorteile der Wissenden

06 Die Quellen meines Vertrauens

07 Diskussion und Mythen nach Wunsch



Wieso gibt es Medizin-Mythen?

- Wie gut berichten Medien?
- Warum berichten Medien nicht evidenzbasiert?
- Wissenschaftler schuld?
- Tipps von guten Freunden
- Das dumme Internet

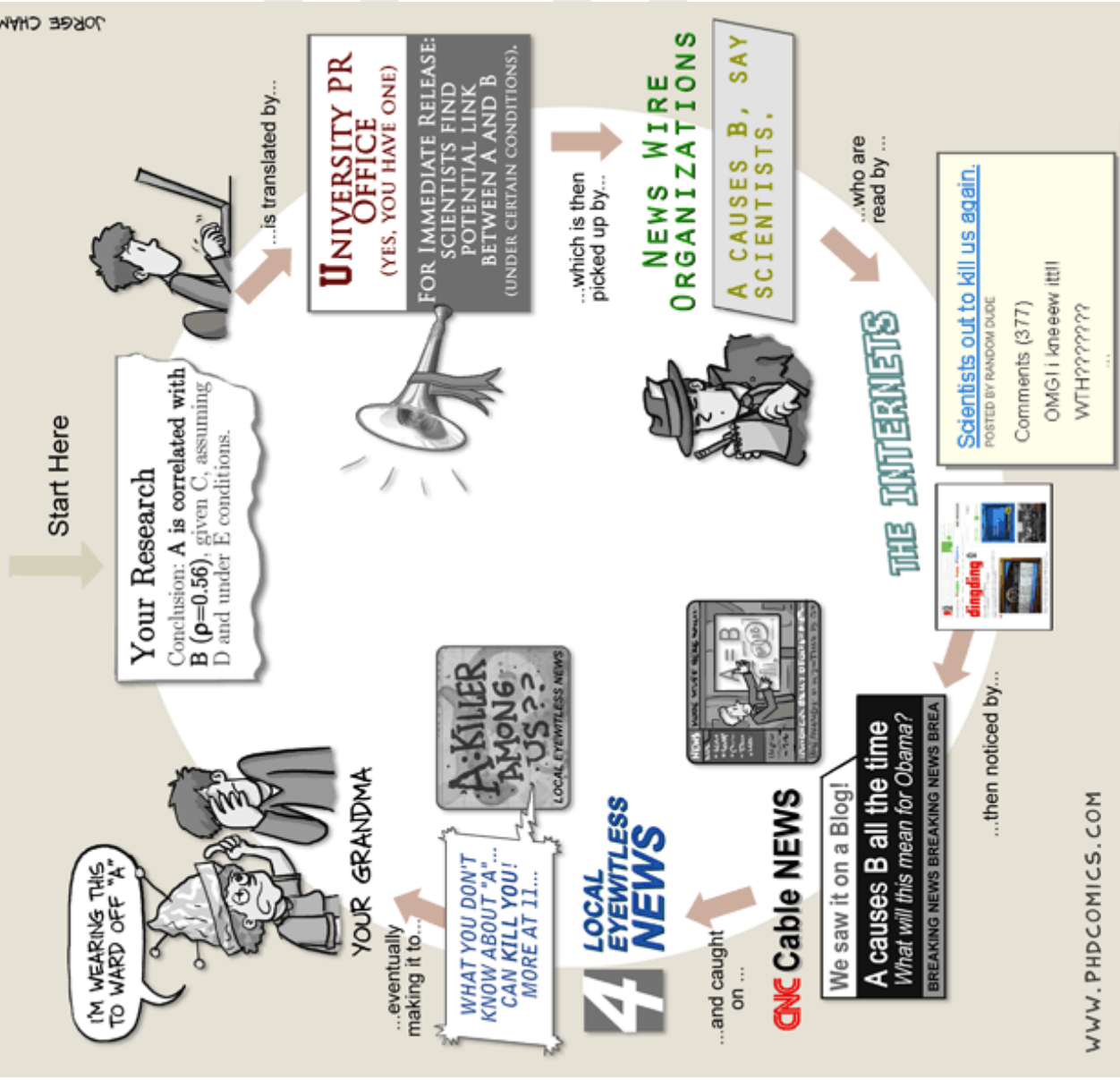


Wie gut berichten Medien?

- Aktuelle Studie: 990 Artikel
- Knapp 60 Prozent stark verzerrt
- Nur knapp 11 Prozent in Übereinstimmung mit der wissenschaftlichen Datenlage
- Qualitätsmedien nur minimal besser als Boulevard
- Am schlechtesten bei Kosmetik und Abnehmen, Berichte über rezeptpflichtige Medikamente am wenigsten verzerrt



THE SCIENCE NEWS CYCLE



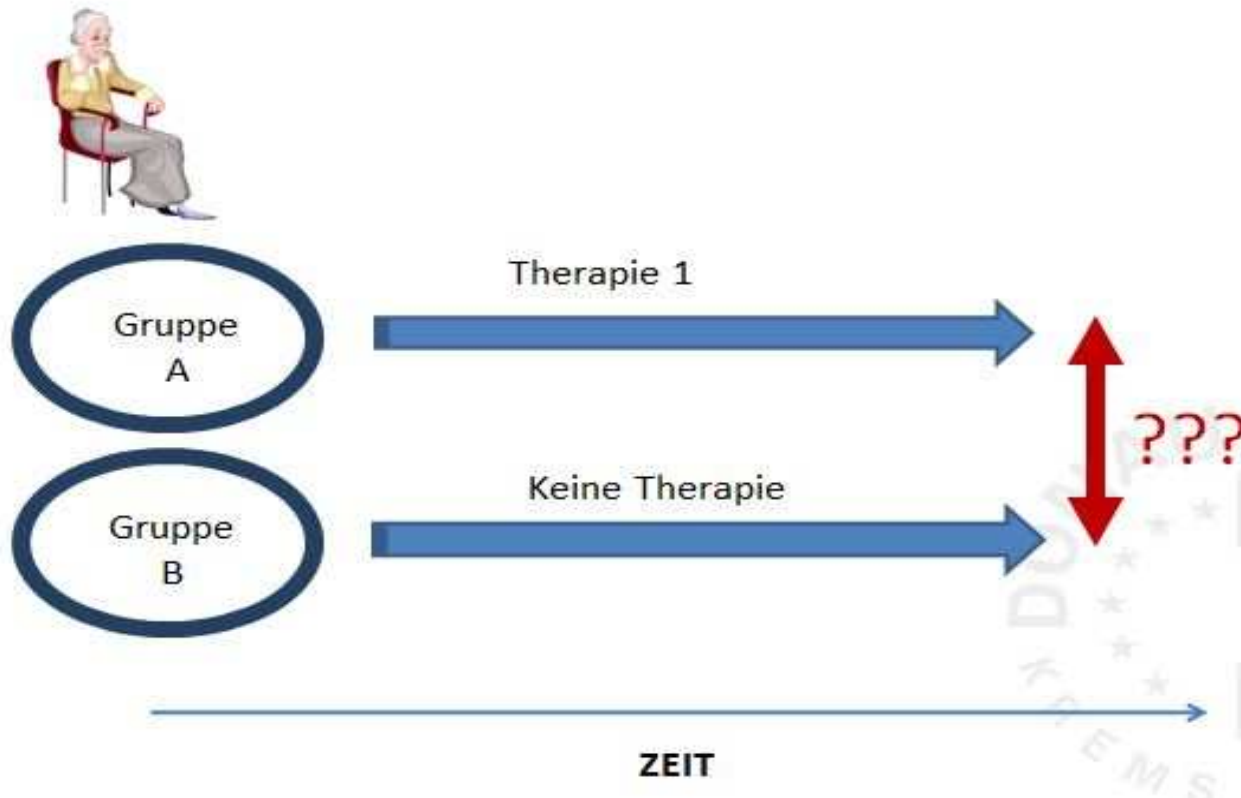
Tipps von guten Freunden

- Oft die erste Quelle bei gesundheitlichen Problemen (ob man will oder nicht)
- Doch Einzelbeobachtungen (Anekdoten) problematisch:
 - Zufall
 - Erwartungshaltung
 - Natürlicher Verlauf der Erkrankung
 - Subjektive Wahrnehmung
 - Eingeschränkte Perspektive

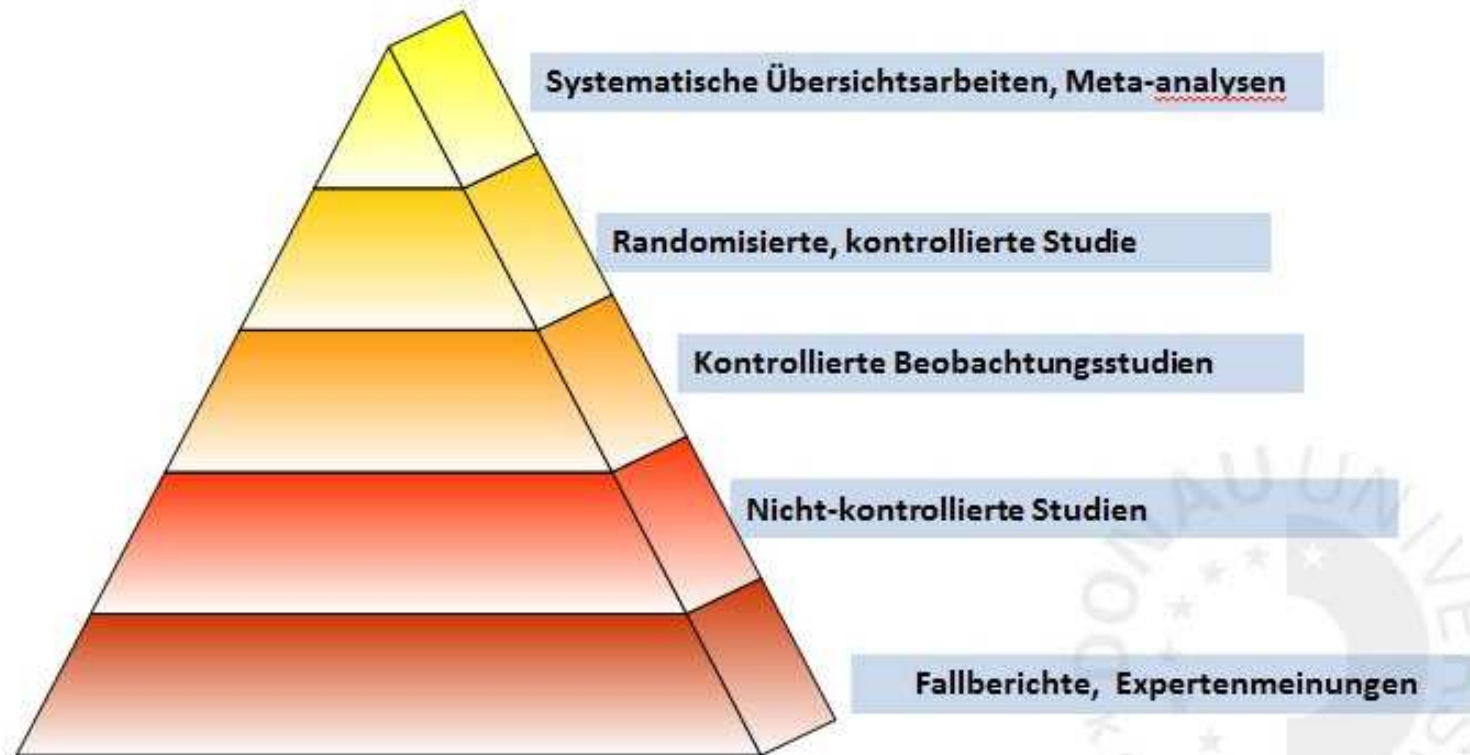


Wir brauchen Wissen aus klinischen Studien

- Studie: Jeder methodische Versuch, objektiv herauszufinden, ob etwas funktioniert.



Evidenzpyramide



Unsere Bewertung

Durchbruch bei der Behandlung von chronischer Hepatitis C?

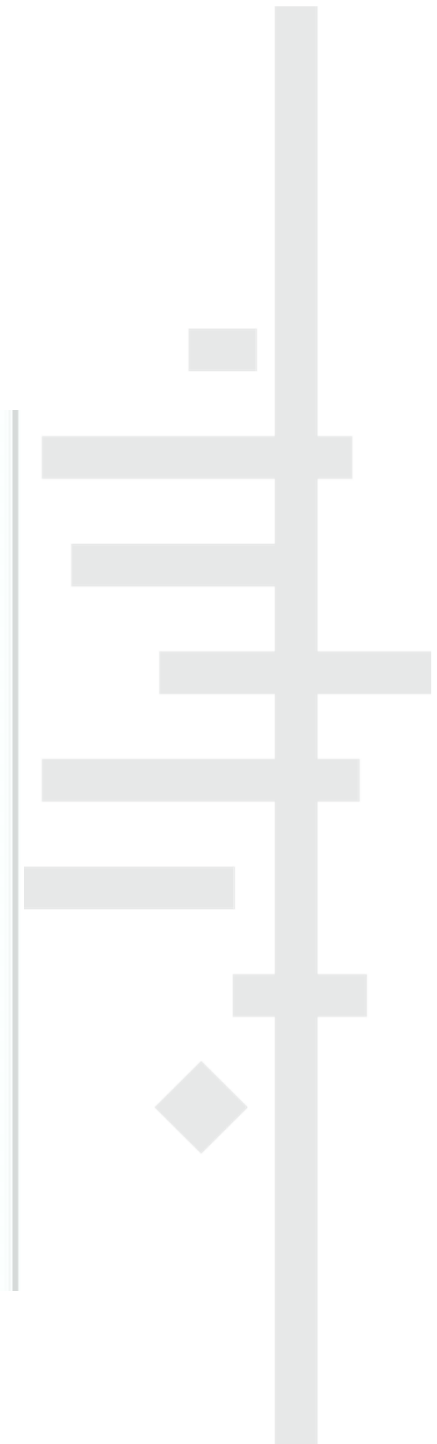
20. März 2015

Was ist die Heilung einer chronischen Hepatitis C wert? Neue Medikamente greifen das Virus direkt an und haben die Erfolgsaussichten verbessert. Sind sie also ihren hohen Preis wert?

Frage: Ermöglicht das Medikament Sovaldi (Sofosbuvir) hohe Heilungsraten bei chronischer Hepatitis C?

Antwort:  wahrscheinlich **Ja**

Erklärung: Ja, in Kombination mit schon länger vorhandenen Medikamenten sind mit Sofosbuvir Heilungsraten von über 90 Prozent möglich. Allerdings gibt es viele unterschiedliche Patientengruppen, die Erfolgsquoten sind nicht bei allen gleich.



Sind Äpfel im Kern böse?

17. April 2015

Steckt Gefahr im Apfelkern?

Frage: Sind Apfelkerne giftig?

Antwort: **XXXX** **Nein**

Erklärung: Das ist äußerst unwahrscheinlich. Normalerweise zerkleinert der Körper die Äpfelkerne, bevor sie in den Körper gelangen. Selbst wenn sie zerbrochen werden, werden sie im Verdauungstrakt abgebaut und werden nicht in den Körper, um eine Gefahr darzustellen.

Neues im Kampf gegen Arthrose?

15. April 2015

Gelenkschmerzen weg schmieren?

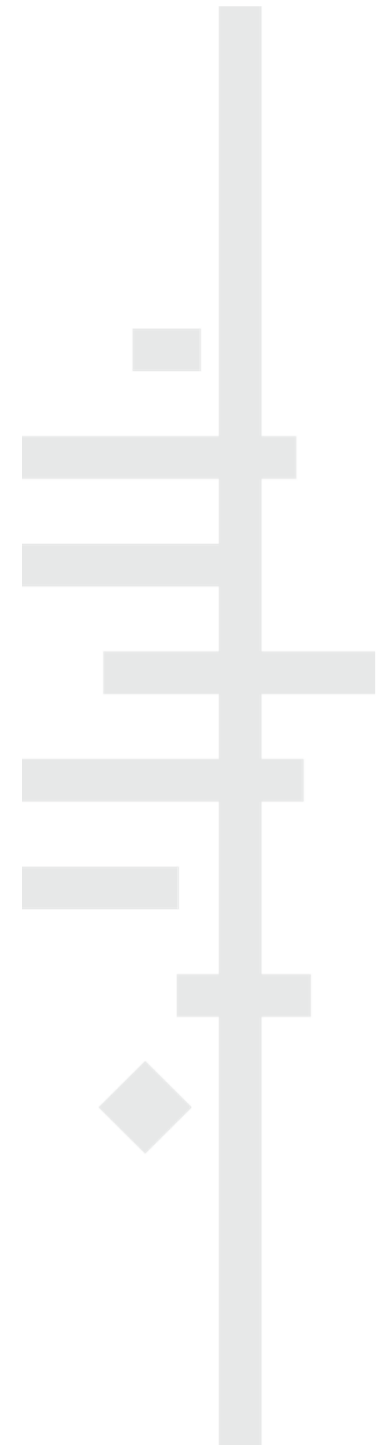
Frage: Kann die Salbe FLEXISEQ Schmerzen bei Arthrose lindern?

Antwort: **???** **unklar**

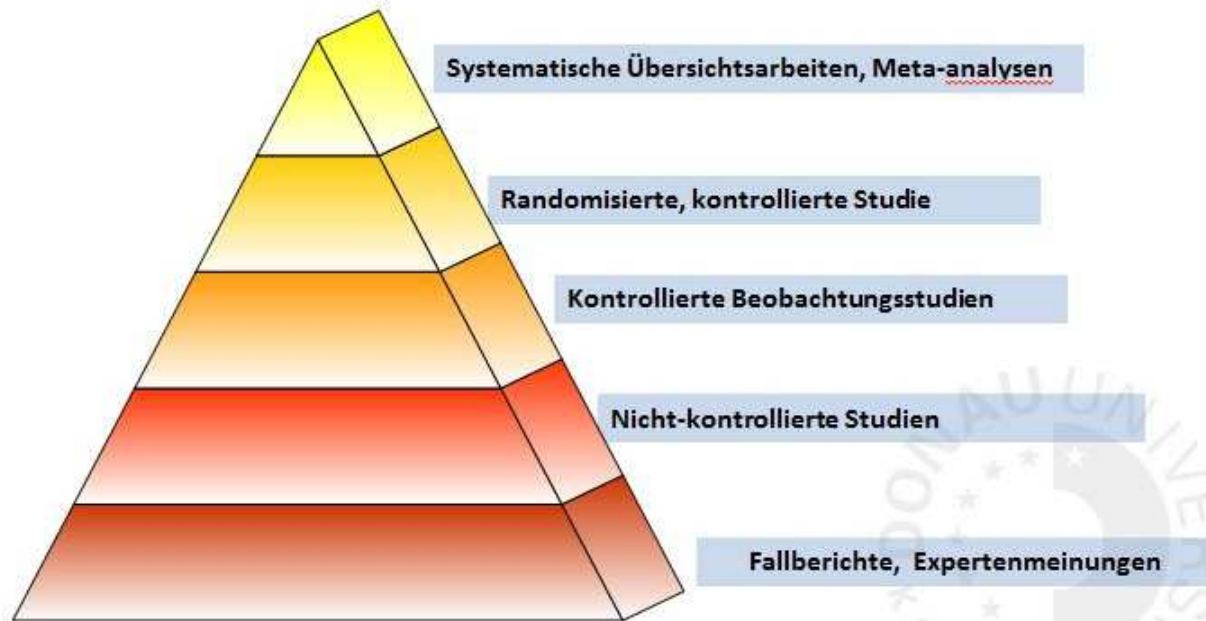
Erklärung: Die bisherigen Vergleiche mit anderen gängigen Salben für Gelenkschmerzen sind nicht eindeutig zu interpretieren, ergeben aber keinen klaren Hinweis auf einen Nutzen.

Medizin –Mythen im Check (endlich)

- Vitamin C schützt vor Erkältungen
- Gute Studie
 - präventiv ?
 - Während der Erkältung?
 - Sportler?



Anti-Aging mit Vitamin E und (wieder) die Evidenzpyramide



Sinn von Nahrungsergänzungsmitteln



Misteln gegen Krebs



Stillen

Schutz vor plötzlichem
Kindstod

Langzeit-Schutzeffekte
möglich, aber umstritten

Confounder???



Die vielen Akten Aluminium

- Deos und Brustkrebs
- Demenz
- Schädliche Gesamtbelastung
- Risiko kann nie ganz ausgeschlossen werden
- Panikmache?



Homöopathie

- Ausnahme: eine Alternativmethode mit vielen Studien

Streitthema Homöopathie

24. März 2015

Im Artikel des Wochenmagazins News „100 Heilmittel, die wirklich helfen“ werden 28 homöopathische Mittel empfohlen, in der Gratiszeitung „Heute“ behauptet ein Universitätsprofessor die nachgewiesene Wirksamkeit der Homöopathie. Doch was sagt die Studienlage zum alternativmedizinischen Streitthema Nr.1?

(Ursprünglich veröffentlicht am 11.4.2013)

Wirkt Homöopathie?

Zeitungsartikel:	100 Heilmittel, die wirklich helfen (14.3.2013, News (ganzer Artikel nur im Heft)), Verschüttelt, nicht gerührt (2.4.2013, Heute)
Frage:	Wirkt Homöopathie besser als <u>Placebo</u> ?
Antwort:	XXX wahrscheinlich Nein
Erklärung:	Auch wenn gelegentlich einzelne Studien der Homöopathie Erfolg bescheinigen, existieren inzwischen eine ganze Reihe systematischer Übersichtsarbeiten, die in Summe deutlich darauf hinweisen, dass keine Wirksamkeit über den Placeboeffekt hinaus vorhanden ist.



Detox/Entschlacken

Was sollen Schlacken sein?

Keine Definitionen

-> eingebildete Lösung für ein nicht existierendes Problem



Johanniskraut gegen Depression

- Gleich gut wie Antidepressiva
- Langzeitstudien fehlen
- Nicht harmlos!



Vorteile der Wissenden

- Geld sparen
- Keine Panik!
- Kompetenz für eigene Entscheidungen für die Gesundheit!



Quellen meines Vertrauens

- www.medizin-transparent.at
- www.Gesundheitsinformation.de
- www.Krebsinformationsdienst.de
- www.lgel-monitor.de



Diskussion

Fragen?
Mythen?

DANKE!

