

Vegane Ernährung: Gesund oder riskant?

16 Ob eine rein pflanzliche Kost Risiken birgt oder nur gesundheitliche Vorteile hat, wird kontrovers diskutiert. In diesem Beitrag sollen die einzelnen Nährstoffe unter die Lupe genommen werden, die bei veganer Ernährung möglicherweise in zu geringer Menge zugeführt werden, was zu Mangelzuständen führen könnte.

Übergewicht und Müdigkeit

23 Schlafstörungen und Übergewicht bedingen sich gegenseitig und begünstigen zahlreiche kardiovaskuläre, metabolische und pneumologische Begleiterkrankungen. Im Hinblick auf die Therapie stellt sich die Frage: „Macht Übergewicht müde oder wird der Müde dick?“ Der Beitrag gibt Antworten darauf.

Diagnostik bei Nackenschmerzen

38 Patienten mit länger andauernden Nackenschmerzen bestehen nicht selten auf einer umfangreichen bildgebenden Diagnostik, um die Ursache aufzuspüren. Solange keine Risikofaktoren vorliegen, die auf eine spezifische Ursache hindeuten, sollte man derartige Verfahren aber besser zurückhaltend einsetzen.

AKTUELL

- 10 Ist Osteoporose-Screening nutzlos?
- 12 Hausärzte testen elektronisches Rezept
- 13 Cannabiskonsum steigt
- 14 Elektronische AU ist beschlossen
- 15 Herzpatienten gegen Grippe impfen

TITELTHEMA

- 16 *Liette van den Burg, Alexander Koch*
Vegane Ernährung: Gesund oder riskant?
- 23 *Till Hasenberg*
Macht Übergewicht müde oder wird der Müde dick?
- 26 *Valérie Herzog*
Durch Fasten Gewicht abspecken: Welche Methoden gibt es?

BERUFSBILD & POLITIK

- 30 **Gesundheits-Apps: Neue Chancen für die hausärztliche Prävention?**
- 34 Effektive Palliativversorgung in der Hausarztpraxis
- 37 Wo bleibt das „Medikament Arzt“?

FORTBILDUNG

- 38 *Isabel Höppchen und Maren Wittek, Joachim Szecsenyi*
Diagnostik bei Nackenschmerzen
- 44 *René Schmidt*
Lumbaler Bandscheibenvorfall: Wann operativ, wann konservativ behandeln?
- 50 *Sebastian Reuter*
Hüftgelenkersatz: Welche Prothese für welchen Patienten?
- 58 Dialog

FORSCHUNG UND TECHNIK

- 60 Besser bei 60 Grad waschen
- 61 Hat das Zika-Virus Europa erreicht?

Apps für die hausärztliche Prävention?

30 Im hausärztlichen Alltag führen Zeitdruck und Ressourcenknappheit häufig dazu, dass der Aspekt der Prävention nicht den Stellenwert hat, der wünschenswert wäre. Mithilfe von Gesundheits-Apps könnte sich dies allmählich ändern. Allerdings muss dafür vorher eine Reihe von Problemen gelöst werden.

Sozialkompetenz: Erfolgsfaktor für die Praxis

66 Unternehmenserfolge basieren auf exzellenten Mitarbeitern, die motiviert arbeiten und von sich selbst das beste Ergebnis erwarten. Als Praxisinhaber haben Sie entscheidenden Einfluss auf die Motivation Ihrer Mitarbeiter. Das Zauberwort lautet Sozialkompetenz. Wie steht es um Ihre?

Silvester im Wandel der Zeit

88 Für viele ist Silvester ein Höhepunkt des Jahres. Ein fröhliches Fest, das mit Musik, Tanz, Essen, Trinken und dem traditionellen Feuerwerk begangen wird. Dagegen war früher eine Vielzahl von Regeln und Bräuchen einzuhalten, sollte das neue Jahr erfolgreich werden, weiß unser Autor Ernst-Albert Meyer.

PRAXIS

- 62** Arzthaftung bei Diagnose- und Befunderhebungsfehlern
- 66** **Sozialkompetenz: Ein wesentlicher Erfolgsfaktor für Ihre Praxis**
- 72** Update Stelleninserate: So locken Sie nur die Besten an

VERORDNUNG

Kongressberichte

- 76** Stufe-3-Opioid gegen akute Schmerzen
- 76** Antikoagulation bei Hochrisikopatienten
- 77** Real-World-Evidenz bei COPD
- 77** Parkinson: Lebensqualität im Blick halten
- 78** ARNI-Einsatz bei Herzinsuffizienz
- 78** Schmerztherapie: NSAR mit Magenschutz
- 81** Hypertonie und Dyslipidämie behandeln
- 82** Pharma-News

PANORAMA

- 86** Buchbesprechung: Programmierte Diagnostik in der Allgemeinmedizin
- 88** **Silvester im Wandel der Zeit**
- 91** Kurz & gut
- 92** Vom Schusterlicht zur Schneekugel
- 84** Impressum