

Editorial

Jeder Schritt zählt

Möchten Sie kostenlos mit der U-Bahn fahren? Dann machen Sie bitte 10 Kniebeugen! So versuchte die Stadtverwaltung von Mexico City vor einigen Jahren, die Einwohner zu mehr körperlicher Aktivität zu motivieren.¹ Der gesundheitliche Nutzen körperlicher Aktivität ist allgemein bekannt. Dennoch ist es eine Herausforderung, Menschen zu mehr Bewegung zu motivieren. Schon der Begriff Lebensstilmodifikation, der mit dieser Idee verbunden ist, klingt eher nach Mühe als nach Spaß.

Menschen zu motivieren ist eine Fähigkeit, die in der freien Wirtschaft viel Geld wert ist. So werden für Tagungen und Betriebsfeiern hochbezahlte Redner engagiert, die von scheinbar unbezwingbaren Aufgaben berichten und wie diese dann doch zu meistern sind: Die Reise zum Südpol und die Besteigung des Mount Everests, die Überwindung schwerster Krankheitsfolgen oder die erfolgreiche Wandlung vom Moppelchen zur Fitness-Ikone sind beliebte Sujets in diesem Bereich.

Im Praxisalltag stellt die Motivation zur Lebensstilmodifikation eine wichtige ärztliche Kompetenz dar. Egal ob Diabetes, Herzschwäche oder COPD – immer steht die Änderung der Lebensgewohnheiten auf Platz 1 der Therapieempfehlungen. Gleichzeitig stellt das die größte Herausforderung dar: Es ist deutlich einfacher, ein Medikament zu verschreiben, als eine erfolgreiche und dauerhafte Änderung der Ess-

Herausgeber: Justus de Zeeuw

gewohnheiten, des Rauchverhaltens oder der körperlichen Aktivität zu erreichen.

Für das Thema Ernährungsumstellung hat ein erfahrener Berliner Präventionsmediziner ein schönes sprachliches Bild geschaffen: Einerseits vermeidet er das Wort Ernährung (klingt wissenschaftlich und abstrakt) und spricht stattdessen lieber vom Essen (das macht jeder gerne). Zum anderen beschreibt er die Änderung der Essgewohnheiten als „kulinaren Umzug“: Das, woran Ihr Herz hängt, dürfen Sie mitnehmen. Den Ballast, der sich über Jahre angesammelt hat, lassen Sie zurück. Dafür entdecken Sie viele schöne, neue Dinge. Mit diesem Bild

Fortsetzung auf Seite 2 •••••▶

Aus dem Inhalt

	Seite
▶ Schlafbezogene Atmungsstörungen/Schlafmedizin	
Behandlung bei Obstruktiver Schlafapnoe und komorbider Insomnie	4
Obstruktive Schlafapnoe bei Personen mit intellektueller Beeinträchtigung	5
Behandlung mit Mandibulären Protrusionshilfen	6
Vorhersage einer OSA anhand von drei Screening-Instrumenten	8
Einfluss von OSA auf klinische Outcomes bei COVID	9
Schlafwahrnehmung bei Personen mit Insomnie und OSA	20
NoSAS-Score als Screening-Werkzeug für Obstruktive Schlafapnoe	20
Screening-Instrumente für OSA, Insomnie und Schlafqualität bei Herzkrankheit	21
Obstruktive Schlafapnoe und Prognose von Lungenembolien	22
Variabilität der Atemrate bei Personen mit OSA in Wachzeiten	24
Körperliches Training in der Behandlung der Obstruktiven Schlafapnoe	25
Diagnose bei schweren psychischen Erkrankungen	29
Zentrale Schlafapnoe bei Herzinsuffizienz und reduzierter Ejektionsfraktion	30
Schlafapnoe, Koronarkalkdichte und kardiovaskuläre Ereignisse	33
▶ Asthma	
Itepekimab bei Personen mit mittelschwerem bis schwerem Asthma	17
Phase-IIa-Studie zum Einsatz von Risankizumab bei schwerem Asthma	18
Assoziation des Metabolischen Syndroms mit Asthma	29
▶ Pneumo-Onkologie	
Lungenkrebsrisiko von Personen mit Asthma-COPD-Overlap	9
Hypofraktionierte bildgeführte Strahlentherapie beim NSCLC im Stadium II/III	14
Auswirkungen von COVID-19 auf geplante Krebsoperationen in 61 Ländern	39
▶ COPD	
Lungenrehabilitation und Rehospitalisierung bei COPD	12
Inspiratorische Atemmuskulatur bei Patientinnen und Patienten mit COPD	32
Emphysem bei COPD, Risiko für Veränderung des Sättigungsstatus bei Belastung ..	34
Vorhersage des Ansprechens und von Exazerbationen unter COPD-Therapie	37
Molekulare Marker des Alterns bei COPD-Patientinnen und -Patienten	37
▶ Pulmonale Infektionen	
Amoxicillintherapie bei Kindern mit ambulant erworbener Pneumonie	6
Erwerb einer Rifampicin-Resistenz während Erstlinien-Tuberkulosebehandlung ...	24
Resistenz gegenüber Bedaquilin bei Infektionen mit <i>Mycobacterium tuberculosis</i>	29
Irreversible Atemwegsobstruktion nach Bronchiolitis im Säuglingsalter	34
▶ COVID-19	
Alter und Ansteckung mit SARS-CoV-2 im Haushalt	16
Entwicklung einer Lungenfibrose nach COVID-19-Erkrankung	24
Candidiasis bei Personen mit COVID-19 und schwerer Pneumonie	26
Outcomes einer SARS-CoV-2-Infektionen bei Personen mit Mukoviszidose	28
Impfung mit BNT162b2 bei Personen in onkologischer Behandlung	30
▶ Forschung: COVID-19/SARS-CoV-2	40
▶ Forschung, Hochschule und Verbände	49
▶ Industrie	60
▶ Termine	63

Seite 27

5

FRAGEN

zum Thema: Breite Zulassung bei Lungenfibrosen –
Nintedanib in der pneumologischen Praxis