

## Die Dritte Seite

Burn-out in der Allgemeinarztpraxis:  
Wenn der Beruf zur Belastung wird  
*BR J GEN PRACT; FAM PRACT; CUREUS* 06

## Schlaf & Psyche

**IM FOKUS** Immer mehr Kinder auf Melatonin; Mehr Antibiotikaresistenzen durch rohes Hundefutter; Tod in der Familie erhöht Sterberisiko; Alzheimer-Frühsymptome bei Down-Syndrom entdeckt 08

Obstruktive Schlafapnoe: Gestörtes Gehör und Gleichgewicht *SLEEP MED* 08

Gute-Nacht-Gewürz: Besser schlafen dank Safran *SLEEP MED* 10

Exzessive Tagesschläfrigkeit: Stimulanzien vs. H3R-Antagonisten  
*PHARMACOL RES PERSPECT* 10

**CME** Bei Schlafapnoe, GERD oder Morbus Parkinson auch Bruxismus abklären  
*SLEEP MED* 13

Narkolepsie und idiopathische Hypersomnie: Mehr Lebensqualität im Lockdown  
*J CLIN SLEEP MED* 14

Insomnie: Veränderte Darmflora  
*FRONT CELL INFECT MICROBIOL* 14

Pathogenese der Depression: Eine Frage von Serotonin? Stimmt nicht!  
*MOL PSYCHIATRY* 16

Mehr als nur eine versteckte Depression: Burn-out – Differenzialdiagnostik und Behandlungsmöglichkeiten 16

## Neurologie

Veränderter Hirnstoffwechsel: Handystrahlung macht hungrig  
*NUTRIENTS* 18

Deutsche SYNAPSES-Daten zu Safinamid in der Real World: Wirksam in jedem Alter und bei unterschiedlichen Komorbiditäten 18

**CME** Besondere Herausforderung oder alltäglich? Tics bei Kindern erkennen und managen *BMJ* 19

## Verdauung & Harntrakt

Nicht alkoholische Fettleber ohne Adipositas: Welche Rolle spielt die Darmflora?  
*J GASTROENTEROL HEPATOL* 20

Zystitis naturheilkundlich behandeln: Oft kann auf Antibiotika verzichtet werden  
*J ALTERN COMPLEMENT MED* 20

Zöliakie: Ernährungsempfehlungen per App  
*INT J TELEMED APPL* 21

Chronische Lebererkrankungen: Milzdurchmesser verrät Komplikationsrisiko  
*J HEPATOL* 22

Reizmagensyndrom: Gallenreflux sorgt für Dyspepsie  
*J NEUROGASTROENTEROL MOTIL* 22

Chronische Obstipation: Viel Wasser und gutes Obst  
*NUTRIENTS* 23

## HNO & Atemtrakt

**CME** Riechstörungen – Diagnostik der Parosmie nach COVID-19 *BMJ* 24

Corona-Schutzmaßnahmen: Masken stören, behindern aber nicht die Atmung  
*JAMA NETW OPEN* 26

Mögliche schwere Grippesaison 2022/23: STIKO empfiehlt hoch dosierten tetravalenten Impfstoff 26

Tonsillopharyngitis: Antibiotika im Vergleich *EUR GEN PRACT* 27

## Herz & Kreislauf

<b>CME</b> Hypertonie-Diagnostik bei jungen Personen <i>BMJ</i>	28
Optimaler Blutdruck im Alter: Leichter Hypertonus schützt vor Demenz <i>JAMA INTERN MED</i>	29
Hypertonus: Medikamentöse Einstellung lohnt in jedem Alter <i>BMJ</i>	29
Herz und Gefäße schützen: Zusatztherapie mit Coenzym Q10 lohnt sich <i>ANTIOXIDANTS (BASEL)</i>	31
Chronische Herzinsuffizienz: Q10-Gabe bessert Symptome und Prognose <i>J CARDIOVASC DEV DIS</i>	31
Klassiker bei kongestiver Herzinsuffizienz: Zuverlässige Diagnose per hepatojugulärem Reflux <i>BR GEN FAM PRACT</i>	32
Kardiovaskuläres Risiko von Frauen: Atemstörungen im Schlaf erstes Warnsignal <i>SLEEP MED</i>	32

## Stoffwechsel & Hormone

<b>Struma nodosa:</b> Malignität von Schilddrüsenknoten bei Erstdiagnose und im Verlauf	36
Schilddrüsenerkrankungen: Euthyreose ist auch Herzensangelegenheit <i>JAMA NETW OPEN</i>	36
Unerfüllter Kinderwunsch: Vitamin-A-Spiegel zeigt Risiko für ovarielle Insuffizienz <i>J MED LIFE</i>	39
GLP-1-Rezeptoragonisten: Nutzen-Risiko-Verhältnis im Auge behalten <i>JAMA INTERN MED</i>	39

<b>FORSCHUNG + ENTWICKLUNG</b> Tragbares 24-h-Stethoskop; „Smarter“ Schrittmacher; Antioxidanzien schützen vor Demenz; Ohr-Stimulation lindert Entzündung bei COVID-19	39
--	----

## Sexualmedizin

„Ich halte es für meine ethische Verpflichtung, Frauen beizustehen“ Interview mit Dr. Kristina Hänel	40
HPV-Impfung für Männer: Klarer Nutzen, schlechte Akzeptanz <i>EXP THER MED</i>	42
Erektile Dysfunktion: Feministen greifen öfter zu Potenzmitteln <i>J SEX RES</i>	42

---

Impressum	18
Med-Info	44
CME-Fragebogen	47

---

### Abkürzungen

<b>A</b>	Anwendungsbeobachtung
<b>C</b>	Fall-Kontroll-Studie
<b>F</b>	Fallbericht
<b>K</b>	Kohortenstudie
<b>R</b>	Randomisiert kontrollierte Studie
<b>M</b>	Metaanalyse
<b>S</b>	Sonstige Studienarten
<b>Ü</b>	Übersicht