

Liebe Kollegin, lieber Kollege,

Was sagt man einem Raucher, der schon oft gescheitert ist? Was einer Patientin, die ein nicht indiziertes Antibiotikum einfordert? Zu beidem Fragen gibt es nützliche Cochrane Reviews. Hier deren Antworten.

#1 E-Zigaretten zur Rauchentwöhnung:

Cochrane bestätigt die Wirksamkeit erneut

- Das [Review-Update](#) von August inkludiert 80 RCTs mit 30.000 Personen.
- Nikotinhaltigen E-Zigaretten waren allen anderen Vergleichsgruppen überlegen: Nikotinersatztherapie (Evidenzsicherheit hoch), nikotinfreie E-Zigaretten (moderat) sowie alleinige Verhaltensunterstützung oder keine Unterstützung (niedrig).
- Diese Nugget-Karte zeigt den Vergleich zur Nikotinersatztherapie in absoluten Risiken:



Anmeldung: family-medicine.org

- **Kritische Betrachtung:**

- **Unabhängig?** Der Review ist industrieunabhängig finanziert (Cancer Research UK, NIH und FDA). Acht der 80 Primärstudien erhielten Tabak-/Vaping-Industriegelder, ihre Entfernung änderte die Ergebnisse jedoch nicht.
- **Rauchstopp geglückt, aber weiterhin nikotinabhängig?**
Vermutlich, denn in 3 von 5 Studien wurden E-Zigaretten häufiger weiterhin genutzt als andere Nikotinersatzprodukte. Aber Nikotin ist deutlich weniger schädlich als Tabak.
- Ein [Cochrane Review](#) (2023) zeigte für Vareniclin (seit 2025 wieder verfügbar) und Cytisin ähnlich hohe Rauchstoppraten wie für nikotinhaltige E-Zigaretten. Bupropion war deutlich weniger effektiv.
- Die [AWMF S3-Leitlinie](#) (2025 abgelaufen) gibt für Nikotinersatzprodukte, Vareniclin und Bupropion die Empfehlung „soll“, für Cytisin „kann“.

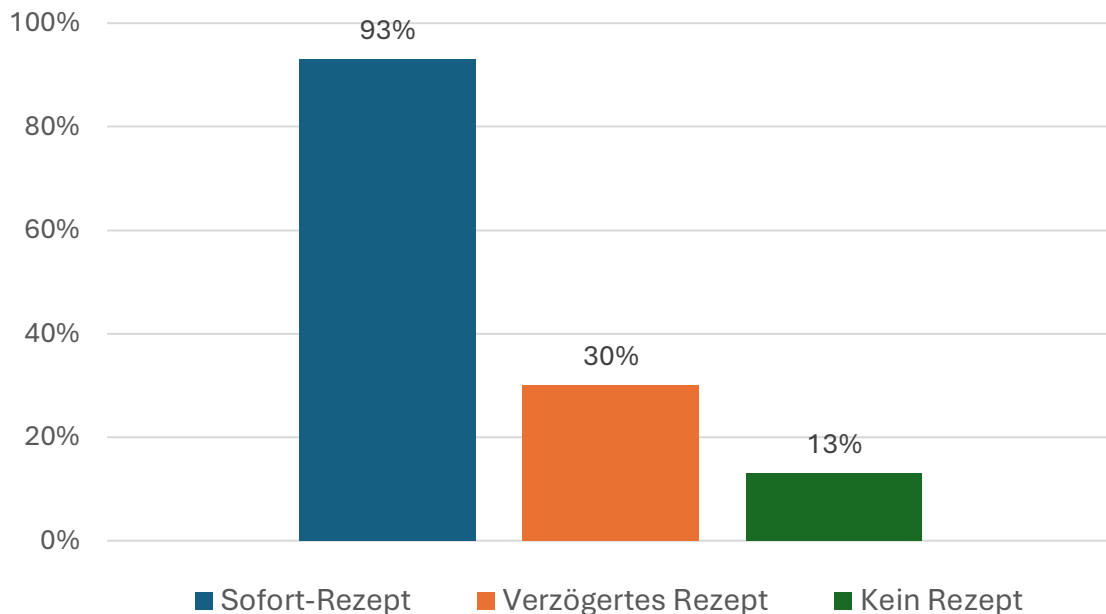
- **Mein Fazit:** Nikotinhaltige E-Zigaretten sind eine der wirksamsten Rauchstopp-Hilfen. Gerade für Rauchende, die mehrfach gescheitert sind: anbieten, statt abraten.

Cochrane: Ein Rezept, das (meistens) nie eingelöst wird

Ein Patient mit respiratorischem Infekt wartet auf sein Antibiotikum. Ist das „verzögerte Rezept“ – der Hinweis, das Rezept nur einzulösen, wenn es in 2-3 Tagen nicht besser wird – sinnvoll?

- Das [Cochrane-Update](#) (2023) inkludiert nun 12 RCTs und 4.000 Patienten mit respiratorischen Infekten.
- Die Antibiotikaeinnahme wurde deutlich reduziert:

Tatsächliche Antibiotika-Einnahme bei respiratorischen Infekten



- **Symptome:** Bei den meisten Endpunkten gab es keinen Unterschied. Es zeigte sich nur ein kleiner Vorteil von Sofort-Rezepten bei Halsschmerzen und Otitis Media.
- **Komplikationen und Wiedervorstellungen:** Keine Unterschiede nachgewiesen.
- **Zufriedenheit:** 82% (kein Rezept), 87% (verzögert), 91% (sofort). Signifikant war nur der Unterschied zwischen verzögertem und keinem Rezept.
- **Einschränkung:** Niedrig bis moderate Evidenzsicherheit; seltene Komplikationen lassen sich mit 4.000 Patienten nicht ausschließen.
- **Mein Fazit:** Das verzögerte Rezept ist kein Ersatz für „nichts“, sondern für „sofort“. Wo man wegen Druck sofort verschreiben würde, spart es zwei Drittel der Antibiotika, ohne dass Komplikationen oder Wiedervorstellungen zunehmen.

P.S.

Hier mehr zu Golden Nuggets LIVE:



DDr. Florian Stigler, MPH
Allgemeinmediziner, Gesundheitswissenschaftler
Herausgeber der „[Golden Nuggets der Allgemeinmedizin](#)“
[LinkedIn](#) / [Lebenslauf](#)