

Internet von der Hobbyanwendung zum Praxistool¹



Die Möglichkeiten des Internets ergänzen zunehmend die Arbeit in der Allgemeinpraxis. Meist sind die entsprechenden Hilfen nur auf Umwegen zu finden oder gar nicht bekannt. Den TeilnehmerInnen des Workshops und den LeserInnen dieses Artikels wird etwas Orientierung im Dschungel der Angebote gegeben. Der Inhalt des gesamten Workshops mit den entsprechenden Internetlinks ist als CD beim SGAM-Sekretariat erhältlich (Preis: Fr. 15.–).²

Les possibilités d'Internet complètent de plus en plus le travail au cabinet de médecine générale. Mais les liens essentiels sont souvent inconnus et ne peuvent être découverts que par des chemins détournés. Quelques conseils précieux et de bonnes adresses ont été livrés aux participants du workshop et sont révélés ici aux lecteurs de cet article et les aideront à s'orienter dans cette jungle. On peut commander le CD du workshop avec tous les liens Internet auprès du secrétariat de la SSMG (au prix de 15 Fr.).³

Heinz Bhend

Fast alle ÄrztInnen haben einen Internetanschluss in der Praxis, doch die wenigsten nutzen dessen Möglichkeiten

Wohl die wenigsten Grundversorger nutzen das Internet während der täglichen Praxis; wenn, dann eher als Nachschlagewerk nach der Sprechstunde. Über die Möglichkeiten der Informationsbeschaffung während der Sprechstunde sind die wenigsten orientiert. Dies sollte durch den Besuch des Workshops oder das Lesen dieses Artikels anders werden. Ich bin der Überzeugung, dass der Arzt von morgen neben medizinischer und zunehmend unternehmerischer Kompetenz auch über eine gewisse Fertigkeit in der Nutzung der Informationstechnologie und des Internets verfügen muss.

Folgende Kapitel wurden am Workshop präsentiert:

- Internet in der Ausbildung;
- Sicherheit und Mailverkehr;

1 Ein Workshop am SGAM-Kongress 2004 in Bern (21.–23. Oktober 2004) unter der Leitung von Dr. med. Heinz Bhend, Aarburg, und der Co-Moderation von Dr. med. Thomas Kissling, Mühleberg.

2 Bezugsadresse: SGAM-Sekretariat, Oberplattenweg 73, 9620 Lichtensteig, Fax 071 9886641, E-Mail: sgam@hin.ch; Der Erlös der CD kommt der Arbeitsgruppe «SGAM. Informatics» zugute.

3 Adresse: Secrétariat de la SSMG, Oberplattenweg 73, 9620 Lichtensteig. Fax 071/9886641, e-mail: ssmg@hin.ch; le CD est vendu au profit du groupe de travail «SSMG.Informatics».

- Internetnutzung während der Sprechstunde;
- Internetnutzung nach der Sprechstunde;
- nützliche Links.

Internet in der Ausbildung

Unsere künftigen Kollegen erfahren heute das Internet praktisch ab der ersten Lektion an der Universität hautnah. So können die Stundenpläne online eingesehen werden; einzelne Lektionen bzw. Vorlesungen sind samt den Dias schon vor der eigentlichen Veranstaltung als PDF auf dem Internet verfügbar. Bei entsprechender Motivation kann der Student diese herunterladen und sich vorbereiten. Der mühsame Kampf, während der Vorlesung alles möglichst vollständig aufzuschreiben, entfällt, und das Verstehen des Stoffes muss nicht mehr auf nachher verschoben werden.

Folgende Original-Prüfungsfragen von der ersten Vorprüfung OSCE 2002, welche innert 8 Minuten gelöst werden mussten, illustrieren die Bedeutung des Internets in der Ausbildung der heutigen Medizinstudierenden.

Aufgabe 1:

■ Inhalative Steroide wie Pulmicort (Budesonid[®]) haben sich in der Asthma-Therapie bestens bewährt. Gibt es randomisierte kontrollierte Studien, die den Langzeit-Effekt von Budesonid bei der chronisch obstruktiven Lungenerkrankung (COPD) untersuchen?

■ Das Schlaf-Apnoe-Syndrom kann mit einer Überdruckbeatmung (positive airway pressure) be-

handelt werden. Wurden in den letzten 2 Jahren randomisierte kontrollierte Studien publiziert, welche die Wirksamkeit dieser Behandlung untersuchten?

Arbeitsanleitung zur Beantwortung der OSCE-Prüfungsfragen

1. Starten Sie den Internet Explorer, Pubmed ist voreingestellt.
2. Übersetzen Sie zuerst die englischen Suchbegriffe. Benutzen Sie dazu das bereitliegende Wörterbuch oder einen Translator wie LEO.
3. Machen Sie eine einfache Suche. Experimentieren Sie mit verschiedenen Suchbegriffen und/oder Limits.
Die Limits müssen auf dem Papierausdruck sichtbar sein, da diese bewertet werden. Klicken Sie deshalb nie auf «RELATED ARTICLES», sonst gehen Ihre Suchlimits verloren.
NICHT benutzen: «CLIP BOARD» und «HISTORY» (Cookies-Funktionen inaktiviert).
4. Drucken Sie die erste Seite der definitiven Suchergebnisse aus und ergänzen Sie das Blatt handschriftlich mit Vorname, Name und Prüfungsnummer.
5. Beenden: Schliessen Sie den Internet Explorer.

Auf der oben erwähnten CD sind weitere interessante Links zu den Uni-eigenen Lehrmitteln wie Anatomie- und Histologie Atlanten, zum interaktiven Hämatologieatlas sowie zum Basler Histopathotrainer aufgeführt.

Sicherheit im Mailverkehr – Firewall, Antivirenprogramme, ASAS-Tunnel

Um das Internet auch während der Sprechstunde optimal nutzen zu können, ist mindestens eine ADSL-Anbindung nötig. Diese funktioniert im wesentlichen wie eine Standleitung, hat aber trotzdem eine dynamische IP-Adresse. Dadurch erhöht sich auch der Sicherheitsbedarf, der durch einen Firewall, Antivirenprogramme usw. bewerkstelligt werden muss.

Es gibt heute ADSL-Router (Analog oder ISDN) mit eingebauter Hardware-Firewall. Diese ist so vorkonfiguriert, dass sämtliche Ports geschlossen sind. Falls der User keine Änderungen vornimmt, sind Attacken von aussen nicht möglich.

Regelmässige Sicherheits-Checks und eine entsprechende Protokollierung sind unabdingbar. Es gibt Online-Adressen, mit welchen die eigene Firewall, samt entsprechendem Protokollausdruck, geprüft werden kann.

Um gesicherte Mails versenden und empfangen zu

können, müssen die Standardeinstellungen der Mailprogramme geändert werden. Normalerweise wird ein Mail im Rechteckversand übermittelt: Ausgang über eigenen Provider (SMTP-Server von Bluewin usw.), dann via Internet an den Provider des Empfängers, Abruf vom Popserver des Empfängers (z.B. Pop.hin.ch).

Gesicherte Mails mit ASAS-Tunnel sind nur möglich, wenn sowohl Ausgang wie Eingang via HIN abgewickelt werden. Die Mailprogramme müssen entsprechend konfiguriert und der ASAS-Tunnel aktiviert werden. Eine detaillierte Anleitung ist zu finden auf der SGAM-Homepage (www.sgam.ch → Arbeitsgruppen → Informatics → Dokumente)

Internetnutzung während der Sprechstunde – die 3-Minuten-Limite

Der Nutzen ist vor allem dann vorhanden, wenn man eine elektronische Krankengeschichte führt und demzufolge schon am PC arbeitet. Ferner bewährt es sich, einzelne gute *Nachschlagewerke* oder gute Informationsquellen zu kennen, die via Funktionstasten auf der Tastatur oder vordefinierte Browser-Links angeklickt werden können. Für mich persönlich gilt die 3-Minuten-Zeitlimite: Wenn innerhalb von 3 Minuten keine relevanten Informationen gefunden werden können, ist das entsprechende Tool nicht geeignet für die Nutzung während der Sprechstunde.

Hilfreiche Internetseiten für die Informationsbeschaffung während der Sprechstunde sind u.a. folgende Links:

- EBM-Guidelines: www.ebm-guidelines.com; eine kostenpflichtige Evidenz-basierte Seite mit über 1000 problemorientierten Guidelines, die auf der Cochrane-Library basieren. Die Zusammenfassung wird auf einer bis maximal drei A4 Seiten angezeigt.
- www.infomed.org (pharma-kritik).
- www.arzneimittelkompendium.com (www.kompendium.ch).
- www.generika.cc (cc!!) – aktuelles Generika-Portal mit monatlicher Aktualisierung.
- Reisemedizinische Seiten wie www.osir.ch und www.savetravel.ch.

Illustrationen mit einfachen Schemata und anatomischen Bildern erweisen sich mir oft als hilfreich, wenn ich einem Patienten gewisse Zusammenhänge erklären und zeigen möchte. Als Beispiele seien genannt: Tubenmittelohrkatarrh/Serotympanon oder eine akute Otitis media.

Ferner existieren sehr gute *Videoclips* zu diversen Interventionen (PTCA, Stenteinlage usw.). Wiederholt schon konnte ich den Patienten den Ablauf einer MRI- oder CT-Untersuchung samt den entsprechen-

den *Geräten* anhand eines Bildes zeigen und ihnen damit etwas die Angst vor der Untersuchung nehmen.

Internetnutzung nach der Sprechstunde

Die meisten medizinischen Internetseiten nehmen zu viel Zeit in Anspruch, so dass eine Nutzung erst nach der Sprechstunde möglich ist. Ausnahmen bestätigen die Regel.

Diverse *medizinische Journals* sind in einer Online-Volltextversion vorhanden, allen voran das British Medical Journal und PrimaryCare. Weitere Zeitschriften wie das New England Journal oder JAMA sind erst sechs Monate nach der Print-Publikation online zugänglich; die renommierte Zeitschrift *Sience* erst nach einem Jahr.

Die *Medline* ist eine Standard-Webadresse, worauf ich wohl nicht näher eingehen muss. Auf der CD befindet sich eine Anleitung, wie Internetrecherchen mit Medline durchgeführt werden können (Verfasser Thomas Walser, Zürich).

Eine gute Informationsquelle sind *Alerts*, d.h. via Mail eintreffende Hinweise auf interessante Publikationen. Hier wiederum ist BMJ führend, indem je nach Interesse aus ca. 250 Themen ausgewählt werden kann. Zu den gewählten Themen wird bei Neuerscheinungen entsprechend ein Mail zugesandt.

Eine weitere sehr praxisrelevante Informationsquelle ist *infomed screen*, ein Produkt des Infomed-Verlages. Das Jahresabo kostet 81 Fr. Die Infomed-screen-Nummern werden auf Wunsch per Mail in PDF-Format zugesandt, die entsprechenden Links können dann direkt aus dem PDF-File angeklickt werden.

Auch *Wonca* bietet sogenannte Daily Alerts an. Dies ist eine Liste mit Internetlinkadressen zu diversen Onlinepublikationen zu Themen, welche die Grundversorger direkt oder indirekt betreffen.

e-learning: Diverse Sites mit e-learning-Angeboten stehen zur Verfügung. Wahrscheinlich werden sich nur die wenigsten über längere Zeit halten können.

Evidence-based-medicine: Drei wichtige Informationsquellen sind erwähnenswert: www.evimed.ch sowie www.nettingtheevidence.org.uk und Forum für Evidence-Based Medicine.

Nützliche Links

Es gibt ein umfassendes Angebot an Datenbanken, Nachschlagewerken, EBM-Guidelines usw. Eine detaillierte Abhandlung ist in diesem Rahmen nicht möglich, sämtliche Links finden sich auf der CD-ROM.

Schnelllebiges Internet

Es liegt in der Natur des Internets, dass eine Zusammenstellung nie abschliessend und nur kurzfristig aktuell sein kann. Da dieses Thema mich (uns) auch in Zukunft noch intensiv beschäftigen wird, nehme ich Kritiken und Anregungen gerne entgegen.

Dr. med. Heinz Bhend
Alte Zofingerstrasse 62
CH-4663 Aarburg
bhend@sgam.ch