

Lisa Maria Parisius

Dr. med.

Hausmittel auf dem Prüfstand

Eine Befragung von Patientinnen und Patienten zu Kenntnis und Anwendung von Hausmitteln in drei verschiedenen Regionen Deutschlands

Allgemeinmedizin

Doktormutter: Prof. Dr. med. Stefanie Joos

Hausmittel, allgemeines Sprachverständnis vorausgesetzt, scheinen in der Bevölkerung allgemein bekannt zu sein. Bei einer Literaturrecherche zum Begriff Hausmittel (im englischen home remedies/household remedies) finden sich beispielsweise über 1600 Ergebnisse bei einem großen Buchversand im Internet. Dies könnte auf ein hohes Interesse in der Bevölkerung und einen fachlich fundierten Hintergrund schließen lassen. Bei Medline finden sich jedoch nicht mehr als 13 klinische Studien und Systematische Übersichtsarbeiten. Die Literaturrecherche zeigt außerdem, dass keine allgemeingültige Definition des Begriffes Hausmittel existiert. Daher wurde für die Studie eine Arbeitsdefinition entwickelt. Laut dieser umfasst der Begriff Hausmittel *"die Anwendung von Mitteln und Verfahren im Rahmen einer Selbstbehandlung, die nicht unbedingt einer ärztlichen Verordnung bedürfen. Diese stammen aus dem häuslichen Umfeld und werden häufig von Generation zu Generation weitergereicht. Als Beispiele seien genannt Bäder, Wickel, Kräutertees und Nahrungsmittel."*

Ziel der vorliegenden Untersuchung war es, im Rahmen einer explorativen Querschnittsstudie Kenntnisstand und Nutzung von Hausmitteln nach vorangehender Arbeitsdefinition bei Patientinnen in hausärztlichen Praxen zu erheben.

Hierzu wurde ein Fragebogen entwickelt. Dieser erfasst Kenntnis und erlebte Effizienz bestimmter Hausmittel, deren Einsatz bei häufigen Beschwerdebildern, Allgemeines zur Anwendung von Hausmitteln sowie soziodemografische Daten anhand von Likert-Skalen und Freitext-Antworten. Es sollten 400 Patientinnen aus 40 Praxen befragt werden. Die Auswahl der Praxen fand randomisiert in drei Regionen Deutschlands (Heidelberg, Erfurt und Hannover, jeweils Stadt und Umland) statt. Die Befragung mittels Verteilung von Fragebögen erfolgte durch die Doktorandin im Zeitraum zwischen März und Juni 2013 im Wartebereich der Praxen. Die Daten wurden deskriptiv ausgewertet. In einem zweiten Schritt erfolgte in einem explorativen Ansatz eine Auswertung nach Subgruppen (z.B. Geschlecht, Region, Alter).

Von 592 angesprochenen Patientinnen in 37 Praxen füllten 480 einen Fragebogen aus. 460 Fragebögen konnten in die Auswertung eingeschlossen werden. 66,3% der Fragebögen wurden von Frauen, 33,7% von Männern ausgefüllt. Der Altersdurchschnitt lag bei 50,7 Jahren.

Etwa 90% der teilnehmenden Patientinnen wenden regelmäßig Hausmittel an. Nur ein geringer Anteil der teilnehmenden Patientinnen kannte oder wendete keine Hausmittel an.

Als meistgenutzte Hausmittel wurden Inhalationen, heiße Zitrone und Honig benannt. Am häufigsten werden Erkältungssymptome mit Hausmitteln behandelt.

Die Fragen zur Motivation der Hausmittelanwendung ergaben, dass Beschwerden bevorzugt zunächst mit Hausmitteln behandelt werden, um auf die Einnahme von Medikamenten verzichten zu können. Häufig genannte Gründe für die Hausmittelanwendung sind bisher gute Erfahrungen und Empfehlung.

Die Subgruppe der Frauen mit Kindern kennt im Vergleich zum Durchschnitt der Befragten die meisten Hausmittel.

Es zeigten sich keine signifikanten regionalen Unterschiede im Hinblick auf die Häufigkeit der Hausmittelanwendung im Allgemeinen, jedoch im Hinblick auf einzelne Hausmittel. So wurden in Erfurt und Umgebung circa ein Drittel der Hausmittel signifikant häufiger bzw. seltener angewendet als in den beiden anderen Regionen.

Die Ergebnisse der Studie liefern erstmalig für Deutschland eine Bestandsaufnahme zu Kenntnisstand und Anwendung von Hausmitteln aus Patientinnenperspektive. Bei einer Rücklaufquote von 81 % zeigte sich, dass Hausmittel von einem Großteil der befragten Patientinnen genutzt werden, insbesondere zur Linderung von Beschwerden im Rahmen einer Erkältung und hier am häufigsten Inhalationen, heiße Zitrone und Honig.

Insgesamt lassen sich die Ergebnisse aufgrund des bisher wenig untersuchten Themengebiets nur schwer vergleichen. Zum Vergleich können nur Studien aus dem Bereich der Selbstmedikation und Komplementärmedizin herangezogen werden. Hier zeigen sich ähnliche, wenn auch geringere Zahlen im Bereich der Häufigkeit der Anwendung von Mitteln und Verfahren zur Selbstbehandlung.

In internationalen Studien, in denen die Anwendung von Hausmitteln mit untersucht wurde, zeigen sich ähnliche Ergebnisse wie in der vorliegenden Studie, vor allem in Bezug auf die Mittel selbst, die Indikation und das Informationsverhalten.

Die Rücklaufquote war mit 81% und einer Auswertbarkeit von 94% der Fragebögen sehr gut. Mit einer der Gründe dafür war die persönliche Präsenz während der Erhebung. Um einen möglichen Selektionsbias zu vermeiden, wurde jede Patientin zur Teilnahme an der Studie eingeschlossen, die die Volljährigkeit erreicht hatte und über ausreichend Deutschkenntnisse verfügte. Des Weiteren wurde die Erhebung in drei verschiedenen Regionen Deutschlands durchgeführt.

Bezüglich einer im Fragebogen vorgegebenen Liste an Hausmitteln kann nicht ausgeschlossen werden, dass diese das Ausfüllen der Freitextfelder beeinflusste.

Unsere Ergebnisse können zum besseren Verständnis des Selbstsorgeverhaltens bei leichteren gesundheitlichen Beschwerden beitragen und als Basis zur Verbesserung der Information für häufig genutzte Hausmittel dienen. Dies erfüllt zum einen die Bedürfnisse der Patienten und kann sich, vor dem Hintergrund, dass Beschwerden aufgrund unkomplizierter selbstlimitierender Erkrankungen wie z.B. grippalen Infekten, die fast 50% aller Beratungsanlässe in der Hausarztpraxis ausmachen, zugleich ressourcensparend auswirken. Um einen Bedarf an Mehrinformation decken zu können,

müssen Patientinnen in ihrer Selbstsorge unterstützt und motiviert werden. Dafür ist eine Einbindung des Wissens über Hausmittel in die medizinische Ausbildung nötig. Die Grundlage hierfür muss bei fehlender Evidenz noch geschaffen werden. Auf Ebene der Forschung sollte eine Bestandsaufnahme zur vorliegenden Evidenz im Bereich der Hausmittel und klinische Studien zu häufig verwendeten Hausmitteln auf den Weg gebracht werden.