

Das richtige Maß an Medizin: DGIM veröffentlicht 5 neue „Klug entscheiden“-Empfehlungen

Welche Diagnostik ist notwendig, welche Therapie verbessert die Versorgung und wann ist Zurückhaltung medizinisch sinnvoller? Mit 5 neuen Empfehlungen der Initiative „Klug entscheiden“ zeigt die Deutsche Gesellschaft für Innere Medizin e. V. (DGIM), wie wichtig das richtige Maß in der Inneren Medizin ist. Die Empfehlungen aus Gastroenterologie und Kardiologie behandeln Themen wie Reizdarm, Mangelernährung oder Bewegungstherapie bei Herz-Kreislauf-Erkrankungen. Sie wurden erstmals im April 2026 auf dem DGIM-Kongress vorgestellt und sind nun im Deutschen Ärzteblatt erschienen.

Fehlversorgung hat immer zwei Seiten: Manche wirksamen Maßnahmen werden im Alltag zu selten eingesetzt. Zugleich erhalten Patientinnen und Patienten Untersuchungen oder Behandlungen, die ihnen voraussichtlich nicht weiterhelfen. „Mit ‚Klug entscheiden‘ adressieren wir deshalb Über-, Unter- und Fehlversorgung in der Inneren Medizin in konkreten alltagsnahen Positiv- und Negativ-Empfehlungen“, erklärt Professor Dr. med. Sebastian M. Schellong, der als Sprecher der Konsensus-Kommission die Entstehung der Empfehlungen mit den internistischen Schwerpunktgesellschaften koordiniert.

Mit den 5 nun im Deutschen Ärzteblatt erschienenen Beiträgen aus der Gastroenterologie und der Kardiologie hat die Initiative unter Leitung der DGIM nunmehr über 170 gültige Empfehlungen verfasst. Diese geben Ärztinnen und Ärzten Hilfestellung, um in konkreten Versorgungssituationen die richtige Entscheidung zu treffen. 4 der 5 neuen Empfehlungen sind Positiv-Empfehlungen, die Ärztinnen und Ärzte auf Instrumente zur Risikoeinschätzung, Prävention und strukturierten Versorgung mit konkretem Nutzen für die Patientinnen und Patienten hinweisen. Hinzu kommt eine neue Negativ-Empfehlung, die dazu beitragen soll, vermeidbare Diagnostik bei Reizdarm-Erkrankungen einzudämmen.

„Bei ‚Klug entscheiden‘ geht es darum, genau das richtige Maß an Medizin für die individuelle Situation und Erkrankung einer Patientin oder eines Patienten zu finden“, sagt Schellong. Damit sei die Initiative kein reines Instrument zur Kosteneinsparung. „Tatsächlich fördert ‚Klug entscheiden‘ die Qualität in der Medizin und gegebenenfalls auch einen sparsamen Umgang mit begrenzten Ressourcen“, sagt auch Professor Dr. med. Georg Ertl, Generalsekretär der DGIM.

Die neuen Empfehlungen im Überblick

Tumorerkrankungen: Mangelernährung früh erkennen und behandeln

Viele Krebspatientinnen und -patienten verlieren im Verlauf ihrer Erkrankung Gewicht oder nehmen zu wenig Energie und Eiweiß auf. Die DGIM empfiehlt deshalb, den Ernährungsstatus ab der Diagnose regelmäßig mit validierten Instrumenten zu erfassen. Wird ein Risiko für Mangelernährung erkannt, kann eine frühzeitige Ernährungsberatung oder -therapie helfen, Kräfte zu erhalten, um die Behandlung besser bewältigen zu können.

Langjähriger Reflux: Einmalige Magenspiegelung soll Barrett-Ösophagus erkennen

Rund ein Viertel der Menschen in Deutschland ist regelmäßig von saurem Rückfluss wie Sodbrennen

betroffen. Bestehen die Beschwerden über Jahre, kann sich hinter dem vermeintlich bekannten Sodbrennen ein Barrett-Ösophagus verbergen. Dieser gilt als Vorstufe für ein Adenokarzinom der Speiseröhre. Im Rahmen einer Meta-Analyse kam heraus, dass nur bei 5 Prozent der Menschen mit Barrett-Karzinom zuvor ein Barrett-Ösophagus bekannt war. Die DGIM empfiehlt daher bei chronischem Reflux mindestens eine Magenspiegelung zur gezielten Abklärung einer relevanten Risikokonstellation. Ein allgemeines Screening der Bevölkerung wird wegen fehlender Daten jedoch nicht empfohlen.

Reizdarmsyndrom: Nach sicherer Diagnose keine routinemäßigen Wiederholungsuntersuchungen

Das Reizdarmsyndrom belastet Betroffene erheblich und schränkt die Lebensqualität durch Bauchschmerzen, Blähungen, Durchfall oder Verstopfung teils deutlich ein. Sind Warnzeichen und relevante Differenzialdiagnosen ausgeschlossen, ändert sich Studien zufolge die Diagnose Reizdarm über 2 bis 30 Jahre bei mehr als 95 Prozent der Betroffenen nicht mehr. Die DGIM betont deshalb: Ohne neue Hinweise führt eine wiederholte Untersuchung, die die Ursprungsdiagnose infrage stellt, meist nicht weiter. Wichtiger sei dann eine verlässliche Behandlung und Begleitung.

Herz-Kreislauf-Risiko: Bewegungstherapie gezielt verordnen

Bei Menschen mit hohem Herz-Kreislauf-Risiko oder chronischem Koronarsyndrom ist Bewegung keine Wellness-Empfehlung, sondern fester Teil der Therapie. Große Studien und Metaanalysen zeigen, dass regelmäßiges Training die Prognose verbessert und die Gesamt- und kardiale Mortalität senkt. Entscheidend ist, dass das Bewegungsprogramm individuell auf die Patientin und den Patienten zugeschnitten wird und Belastbarkeit, Begleiterkrankungen und mögliche andere Risiken beachtet.

Vorhofflimmern: Schlaganfallrisiko mit neuem CHA₂DS₂-VA-Score einschätzen

Vorhofflimmern ist die häufigste anhaltende Herzrhythmusstörung. Etwa 1 von 3 Menschen entwickeln diese im Laufe des Lebens. Weil die Rhythmusstörung das Risiko für Schlaganfall und andere Komplikationen erhöht, ist die Entscheidung über eine orale Antikoagulation zentral. Die DGIM empfiehlt dafür den neuen geschlechtsunabhängigen CHA₂DS₂-VA-Score. Dieser gibt Ärztinnen und Ärzte anhand eines Punktesystems eine Einschätzung, wie hoch das Schlaganfallrisiko ist und ob eine blutverdünnende Behandlung sinnvoll ist. Die Grundlage des Scores bildet eine Erhebung von Risikofaktoren wie Alter, Bluthochdruck, Diabetes, Herzschwäche, früherer Schlaganfall und Gefäßerkrankungen.

Über „Klug entscheiden“

Seit 2015 entwickelt die DGIM im Rahmen von „Klug entscheiden“ Empfehlungen für die Innere Medizin. Von 2016 bis 2024 wurden nahezu 200 Empfehlungen erarbeitet. Nach Prüfung und Aktualisierung waren zuletzt 165 als gültig klassifiziert. Die neuen Empfehlungen knüpfen an diesen Aktualisierungsprozess an.

Mehr Informationen

Deutsches Ärzteblatt: „Klug entscheiden‘ in der Inneren Medizin: Fünf neue Empfehlungen veröffentlicht“, Raffi Bekereditian, Stefan Frantz, Thomas Frieling, Sebastian M. Schellong, Juni 2026: <https://www.aerzteblatt.de/archiv/klug-entscheiden-in-der-inneren-medizin-fuenf-...>

Alle Empfehlungen finden Sie auch unter www.klug-entscheiden.de