

## IGeL A – Z

### Übersicht über die veröffentlichten Bewertungen / Beschreibungen

Der IGeL-Monitor bietet evidenzbasierte Gesundheitsinformationen zu Selbstzahlerleistungen in der ärztlichen Praxis (Individuelle Gesundheitsleistungen – IGeL). Auf der Webseite sind aktuell wissenschaftliche Bewertungen zu 56 IGeL-Leistungen abrufbar mit folgenden Ergebnissen:

- positiv 0
- tendenziell positiv 3
- unklar 23
- tendenziell negativ 26
- negativ 4

Zu weiteren sechs IGeL-Leistungen gibt es auf der Webseite eine ausführliche Information ohne eine Bewertung. Weitere zwei vom IGeL-Monitor bewertete IGeL-Leistungen wurden zwischenzeitlich in den GKV-Leistungskatalog aufgenommen.

Individuelle Gesundheitsleistung	Fazit	Nutzen	Schaden
Akupunktur in der Schwangerschaft  Erstellt 13. April 2016	unklar	geringe Hinweise auf geringen Nutzen heterogene Datenlage und kleine Effekte	Hinweise auf sehr geringfügige Schäden mangelhafte Datenlage zeigt geringfügige Schäden wie Schmerzen an der Einstichstelle
Akupunktur zur Vorbeugung von Migräneanfällen  Erstellt 12. Januar 2012 Aktualisiert 18. Oktober 2023	tendenziell positiv	keine Hinweise auf Nutzen keine Überlegenheit im Vergleich zur medikamentösen Standardtherapie	Hinweise auf weniger Schäden weniger Nebenwirkungen und weniger Therapie-Abbrüche im Vergleich zur Standardtherapie
Akupunktur zur Vorbeugung von Spannungskopfschmerzen  Erstellt 16. Januar 2012 Aktualisiert 18. Oktober 2023	unklar	keine Hinweise auf Nutzen keine Daten zum relevanten Vergleich gegen medikamentöse Standardtherapie	keine Hinweise auf Schäden keine Daten zum relevanten Vergleich gegen medikamentöse Standardtherapie
Augenspiegelung mit Messung des Augeninnendrucks zur Glaukom-Früherkennung  Erstellt 26. Februar 2015 Aktualisiert 12. Dezember 2019	tendenziell negativ	keine Hinweise auf Nutzen Nutzen des Tests auf Grund unzureichender Datenlage nicht abschätzbar	Hinweise auf Schäden unzureichende Datenlage, indirekte Schäden möglich durch falsche Testergebnisse

Biofeedback-Therapie bei Migräne  Erstellt 11. Januar 2012 Aktualisiert 6. März 2024	unklar	<b>keine Hinweise auf Nutzen</b> keine Überlegenheit im Vergleich zu einer Scheinintervention (möglicherweise Placebo-Effekt)	<b>keine Hinweise auf Schäden</b> keine Schäden, die auf Biofeedback zurückzuführen sind
Blutegeltherapie bei Kniearthrose  Erstellt 26. Februar 2015 Archivierte IGeL, wird nicht aktualisiert	tendenziell negativ	<b>keine Hinweise auf Nutzen</b> unzureichende Datenlage, Placebo-Effekt wahrscheinlich	<b>Hinweise auf geringe Schäden</b> unerwünschte Ereignisse wie Hautirritationen mit Juckreiz und seltene Blutungen
Blutuntersuchung zur Früherkennung von Schilddrüsenfunktionsstörungen  Erstellt 31. Juli 2024	tendenziell negativ	<b>keine Hinweise auf Nutzen</b> keine relevanten Studien gefunden, Studien zum früheren Beginn einer Therapie zeigten keinen Vorteil zu späterem Beginn oder gar keiner Therapie	<b>Hinweise auf Schäden</b> keine direkten Schäden, aber indirekte Schäden durch unnötige Untersuchungen und Behandlungen
Botox gegen Schwitzen  Erstellt 20. November 2017	unklar	<b>Hinweise auf Nutzen</b> vermutlich erhöht Botox die Lebensqualität und vermindert die Schweißproduktion	<b>Hinweise auf Schäden</b> laut Herstellerangaben etliche unerwünschte Ereignisse möglich; keine Schäden durch Giftigkeit bei sachgemäßer Anwendung
Colon-Hydro-Therapie  Erstellt 16. Januar 2012 Archivierte IGeL, wird nicht aktualisiert	negativ	<b>keine Hinweise auf Nutzen</b> keine Aussagen zum Nutzen möglich auf Grund mangelnder Studien bzw. vorhandener Studien mit Mängeln in der Methodik	<b>Hinweise auf erhebliche Schäden</b> seltene aber gravierende unerwünschte Ereignisse wie Darmperforationen, Störung des Elektrolyte-Haushalts
Durchblutungsfördernde Infusionstherapie beim Hörsturz  Erstellt 9. Januar 2017	negativ	<b>keine Hinweise auf Nutzen</b> kein Nutzen von Pentoxifyllin und Dextran gezeigt	<b>Belege für Schäden</b> Nebenwirkungen belegt
Eigenbluttherapie bei Tendinopathie  Erstellt 16. Januar 2012 Aktualisiert im September 2014	tendenziell negativ	<b>keine Hinweise auf Nutzen</b> keine Überlegenheit im Vergleich zu alternativen Therapien, eher Hinweise auf Unterlegenheit	<b>Hinweise auf geringe Schäden</b> keine Hinweise auf Schäden aus den Studien ableitbar, aber bei fehlendem Nutzen mögliche Schadwirkungen nicht zu rechtfertigen
EKG zur Früherkennung einer koronaren Herzerkrankung  Erstellt 14. Februar 2017	tendenziell negativ	<b>keine Hinweise auf Nutzen</b> mangels Studien keine Hinweise zu Nutzen möglich	<b>Hinweise auf Schäden</b> keine direkten Schäden, aber indirekte Schäden durch unnötige Untersuchungen und Behandlungen

Früherkennung auf Vitamin-B12-Mangel und Vitamingabe  Erstellt 24. März 2022	unklar	<b>keine Hinweise auf Nutzen</b> keine Studie weist auf Nutzen von Bestimmung Vitamin-B12-Status und nachfolgender Vitamin-B12-Gabe hin, auch nicht bei Vitamingabe ohne vorherige Diagnose (sog. „Vitaminkuren“)	<b>keine Hinweise auf Schäden</b> keine Hinweise auf Schäden, sehr selten allergische Reaktionen, wenn Vitamin B12 als Spritze oder Infusion verabreicht wird
Früherkennungsuntersuchung auf Vitamin-D-Mangel  Erstellt 9. November 2022	unklar	<b>keine Hinweise auf Nutzen</b> mangels Studien keine Aussage zu Nutzen möglich. Keine Hinweise zu Nutzen bei regelmäßiger Einnahme. Ausnahme: Menschen, die in medizinischen oder pflegerischen Einrichtungen leben	<b>keine Hinweise auf Schäden</b> keine direkten Schäden, indirekte Schäden durch falsch-positive/falsch-negative Ergebnisse oder Überdiagnosen möglich, dies ist bei der Bestimmung des Vitamin-D-Spiegels allerdings nicht sehr bedrohlich.
Glukokortikoide beim Hörsturz  Erstellt 9. Juli 2015	tendenziell negativ	<b>keine Hinweise auf Nutzen</b> Studien zeigen keine Überlegenheit im Vergleich zu Placebo	<b>Hinweise auf Schäden</b> mögliche Nebenwirkungen bekannt, allerdings kaum bei kurzer Anwendung
H.E.L.P.-Apherese zur Behandlung von Long-/Post-COVID  Erstellt 27. April 2023	unklar	<b>keine Hinweise auf Nutzen</b> keine Studien, die auf einen Nutzen hinweisen	<b>keine Hinweise auf Schäden</b> möglich sind seltene und nicht schwerwiegende Nebenwirkungen
HbA1c-Bestimmung zur Früherkennung eines Diabetes  Erstellt 11. Januar 2012 Aktualisiert im März 2022	unklar	<b>keine Hinweise auf Nutzen</b> im Vergleich zur Nüchternblutzucker-Bestimmung; („Standardverfahren“)	<b>keine Hinweise auf Schäden</b> im Vergleich zur Nüchternblutzucker-Bestimmung; („Standardverfahren“)
Heidelberger Retina Tomographie (HRT) zur Früherkennung eines Glaukoms  Erstellt 12. Dezember 2019	tendenziell negativ	<b>keine Hinweise auf Nutzen</b> keine Studien zum Nutzen der Früherkennungsuntersuchung / keine Hinweise für Nutzen einer Therapievorverlagerung	<b>Hinweise auf Schäden</b> unnötige Abklärungsuntersuchungen und unnötige Therapien möglich
Hirnleistungs-Check zur Früherkennung einer Demenz  Erstellt 5. Dezember 2017	tendenziell negativ	<b>keine Hinweise auf Nutzen</b> keine Studien gefunden	<b>Hinweise auf Schäden</b> keine direkten Schäden, aber indirekte Schäden durch unnötige Beunruhigung und Behandlungen
Hochtontherapie  Erstellt 6. Dezember 2012 Archivierte IGeL wird nicht aktualisiert	unklar	<b>keine Hinweise auf Nutzen</b> unzureichende Datenlage	<b>keine Hinweise auf Schäden</b> keine Schäden, die auf Hochtontherapie zurückzuführen sind
Hyaluronsäure-Injektion bei Kniearthrose  Erstellt 14. Mai 2014	tendenziell negativ	<b>Belege für geringen Nutzen</b> viele Studien, Mehrzahl schlechte Qualität; kurzfristig etwas weniger Schmerzen und verbesserte Gelenkfunktion	<b>Belege für Schäden</b> mangelhafte Berichterstattung; häufige, leichte unerwünschte Ereignisse; schwerwiegende unerwünschte Ereignisse möglich

Hyperbare Sauerstofftherapie beim Hörsturz  Erstellt 7. März 2012 Archivierte IGeL, wird nicht aktualisiert	tendenziell negativ	<b>keine Hinweise auf Nutzen</b> unzureichende Datenlage	<b>Hinweise auf geringe Schäden</b> unerwünschte Ereignisse wie Barotraumen, Verschlechterung der Sehschärfe nicht auszuschließen
Hyperbare Sauerstofftherapie zur Behandlung von Long- und Post-COVID  Erstellt 27. April 2023	unklar	<b>keine Hinweise auf Nutzen</b> verglichen mit Scheinbehandlung (laufende Studien lassen weitere Daten erwarten)	<b>keine Hinweise auf Schäden</b> keine Studienteilnehmer haben die Behandlung aufgrund von Nebenwirkungen abgebrochen
Immun-Apherese zur Behandlung von Long-/Post-COVID  Erstellt 29. August 2023	unklar	<b>keine Hinweise auf Nutzen</b> keine Studien über dieses Verfahren bei der Behandlung von Long-/Post-COVID (laufende Studien lassen weitere Daten erwarten)	<b>keine Hinweise auf Schäden</b> möglich sind seltene und nicht schwerwiegende Nebenwirkungen
Immunglobulin G-Bestimmung zur Diagnose einer Nahrungsmittelallergie  Erstellt 11. Januar 2012 Aktualisiert im Dezember 2014 Archivierte IGeL, wird nicht aktualisiert	negativ	<b>keine Hinweise auf Nutzen</b> nicht nur unzureichende Datenlage, sondern auch fehlende Rationale	<b>Hinweise auf erhebliche Schäden</b> unnötige Einschränkung der Ernährung mit ggf. negativen Auswirkungen
Immunprophylaxe mit Uro-Vaxom® zur Vorbeugung wiederkehrender Blasenentzündungen  Erstellt am: 29.10.2024	tendenziell positiv	<b>Hinweise auf einen Nutzen</b> Studien weisen große Unterschiede auf, Ergebnissicherheit eingeschränkt. Ergebnisse weisen aber einen Nutzen auf.	<b>Keine Hinweise auf einen Schaden</b> anhand der Studienergebnisse keine Hinweise auf einen Schaden, hier gelten die gleichen Einschränkungen zur Ergebnissicherheit.
Impfung mit StroVac® zur Vorbeugung wiederkehrender Blasenentzündungen  Erstellt am: 29.10.2024	tendenziell negativ	<b>Keine Hinweise auf einen Nutzen</b> Ein RCT eingeschlossen, kein Vorteil gegenüber einer Placebo-Behandlung.	<b>Hinweise auf Schäden</b> Durch Nebenwirkung werden Hinweise auf einen Schaden gesehen.
Kunsttherapie für Krebspatienten und deren Angehörige  Erstellt 16. Januar 2012 Archivierte IGeL, wird nicht aktualisiert	unklar	<b>keine Hinweise auf Nutzen</b> unzureichende Datenlage	<b>keine Hinweise auf Schäden</b> keine Schäden, die auf Kunsttherapie zurückzuführen sind/ unzureichende Datenlage
Kunsttherapie bei psychischen Erkrankungen  Erstellt 16. Januar 2012 Archivierte IGeL, wird nicht aktualisiert	unklar	<b>keine Hinweise auf Nutzen</b> keine Überlegenheit im Vergleich zur Standard-therapie bei insgesamt unzureichender Datenlage	<b>keine Hinweise auf Schäden</b> keine Schäden, die auf Kunsttherapie zurückzuführen sind / unzureichende Datenlage
Laser-Behandlung von Blutschwämmlchen beim Säugling  Erstellt 9. April 2015 Neu bewertet 2. Juni 2022	tendenziell negativ	<b>keine Hinweise auf Nutzen</b> keine Überlegenheit im Vergleich zu keiner Therapie	<b>Hinweise auf Schäden</b> mehr leichte Schäden als ohne Therapie

Laser-Behandlung von Krampfadern	unklar	<b>keine Hinweise auf Nutzen</b> im Vergleich zur Operation	<b>keine Hinweise auf Schäden</b> im Vergleich zur Operation
Erstellt 19. Dezember 2017			
Lichttherapie bei Akne	unklar	<b>keine Hinweise auf Nutzen</b> im Vergleich zu keiner Behandlung	<b>keine Hinweise auf Schäden</b> im Vergleich zu keiner Behandlung
Erstellt 21. Februar 2018			
Lichttherapie bei saisonal depressiver Störung („Winterdepression“)	tendenziell positiv	<b>Hinweise auf geringen Nutzen</b> Linderung depressiver Beschwerden, Vergleich gegen Scheinintervention	<b>keine Hinweise auf Schäden</b> keine unerwünschten Ereignisse, die auf Lichttherapie zurückzuführen sind
Erstellt 16. Januar 2012			
M2-PK-Test zur Früherkennung von Darmkrebs	unklar	<b>keine Hinweise auf Nutzen</b> keine Studiendaten für alternativen oder ergänzenden Einsatz zum Blutstuhl-Test	<b>keine Hinweise auf Schäden</b> keine Studiendaten für alternativen oder ergänzenden Einsatz zum Blutstuhl-Test
Erstellt 22. August 2018			
MRT der Brust zur Krebsfrüherkennung	tendenziell negativ	<b>keine Hinweise auf Nutzen</b> keine Studien zur MRT als Ergänzung oder Alternative zum Mammographie-Screening	<b>Hinweise auf Schäden</b> mögliche Schäden durch Kontrastmittel
Erstellt 3. Mai 2018			
MRT zur Früherkennung einer Alzheimer-Demenz	tendenziell negativ	<b>keine Hinweise auf Nutzen</b> unzureichende Treffsicherheit des MRT, kaum therapeutische Konsequenzen	<b>Hinweise auf geringe Schäden</b> Verunsicherung und Beängstigung der Patienten / unzureichende Datenlage
Erstellt 16. Januar 2012 Aktualisiert 15. Mai 2019			
NMP22-Test zur Früherkennung von Harnblasenkrebs	tendenziell negativ	<b>keine Hinweise auf Nutzen</b> keine Studien zum direkten Nutzennachweis – Treffsicherheit selbst für Hochrisikogruppen mangelhaft – unzureichende Datenlage	<b>Hinweise auf geringe Schäden</b> Fehlalarme und unnötige invasive Abklärungsdiagnostik möglich
Erstellt 25. Februar 2014			
OCT zur Früherkennung einer feuchten, altersbedingten Makuladegeneration (nAMD)	tendenziell negativ	<b>keine Hinweise auf Nutzen</b> keine Studien zum Nutzen / keine Hinweise für Nutzen einer Therapievorverlagerung	<b>Hinweise auf Schäden</b> falsch-positive Befunde und unnötige Therapien möglich
Erstellt 12. Mai 2020			
OCT zur Früherkennung eines Glaukoms	tendenziell negativ	<b>keine Hinweise auf Nutzen</b> keine Studien zum Nutzen / keine Hinweise für Nutzen einer Therapievorverlagerung	<b>Hinweise auf Schäden</b> unnötige Abklärungsuntersuchungen und unnötige Therapien möglich
Erstellt 30. August 2019			
Operative Behandlung des Schnarchens (Rhonchopathie)	tendenziell negativ	<b>Hinweise auf geringen Nutzen</b> unzureichende Datenlage / keine Erkenntnisse zu Langzeitergebnissen	<b>Belege für geringe Schäden</b> eher geringfügige aber häufige Schäden eines invasiven Verfahrens bei Fehlen eines überzeugenden Nutzennachweises
Erstellt 11. Januar 2012 Aktualisiert 18. Dezember 2014 Archivierte IGeL, wird nicht aktualisiert			
Osteopathie bei unspezifischen Kreuzschmerzen	unklar	<b>keine Hinweise auf Nutzen</b> trotz einzelner positiver Studienergebnisse insgesamt nicht überzeugend	<b>keine Hinweise auf Schäden</b> keine Hinweise aus Studien, Schäden sind zudem unplausibel
Erstellt 3. Mai 2018			

Ozon-Eigenbluttherapie zur Behandlung von Long-/Post-COVID  Erstellt 6. Juni 2023	unklar	<b>keine Hinweise auf Nutzen</b> keine Studien zum Nutzen	<b>keine Hinweise auf Schäden</b> keine Studien zum Schaden, Nebenwirkungen möglich, bisher aber nicht untersucht
Protein C-Bestimmung zur Einschätzung des Thrombose-Risikos  Erstellt 11. Januar 2012 Archivierte IGeL, wird nicht aktualisiert	tendenziell negativ	<b>keine Hinweise auf Nutzen</b> unzureichende Datenlage / keinerlei Hinweise auf positive Auswirkungen	<b>Hinweise auf geringe Schäden</b> unzureichende Datenlage, aber Beunruhigung und Ängste der Patienten
PSA-Test zur Früherkennung von Prostatakrebs  Erstellt 16. Januar 2012 Aktualisiert 6. April 2017	tendenziell negativ	<b>Hinweise auf geringen Nutzen</b> widersprüchliche Studienergebnisse – daher nur Hinweise	<b>Belege für geringe Schäden</b> wenn sie auftreten, erhebliche Schadwirkungen, da aber insgesamt eher selten, nur als „gering“ eingestuft
Spirometrie zur Überprüfung der Lungenfunktion  Erstellt 14. Februar 2017	tendenziell negativ	<b>keine Hinweise auf Nutzen</b> keine Studien gefunden	<b>Hinweise auf Schäden</b> keine direkten Schäden, aber indirekte Schäden durch unnötige Untersuchungen und Behandlungen
Statische Magnetfeldtherapie beim Kreuzschmerz  Erstellt 16. Dezember 2014 Archivierte IGeL, wird nicht aktualisiert	unklar	<b>keine Hinweise auf Nutzen</b> unzureichende Datenlage	<b>keine Hinweise auf Schäden</b> unzureichende Datenlage, keine direkten Schäden erfasst
Stoßwellentherapie bei der Kalkschulter  Erstellt 31. Mai 2013 Aktualisiert 17. September 2014	unklar	<b>Hinweise auf erheblichen Nutzen</b> unzureichende Datenlage, daher nur Hinweise	<b>Belege für geringe Schäden</b> übereinstimmende Ergebnisse hinsichtlich geringer Schadwirkungen
Stoßwellentherapie beim Tennisarm  Erstellt 16. Januar 2012 Aktualisiert 17. September 2014	tendenziell negativ	<b>Hinweise auf geringen Nutzen</b> widersprüchliche Ergebnisse der Studien, daher nur Hinweise	<b>Belege für geringe Schäden</b> übereinstimmende Ergebnisse hinsichtlich geringer Schadwirkungen
Streptokokken-Test in der Schwangerschaft  Erstellt 18. Juli 2017	unklar	<b>Hinweise auf Nutzen</b> leichte Vorteile gegenüber der Risiko-Strategie	<b>Hinweise auf Schaden</b> leichte Nachteile gegenüber der Risiko-Strategie
Toxoplasmose-Test bei Schwangeren (Früherkennung)  Erstellt 16. Januar 2012 Aktualisiert 4. Oktober 2021	unklar	<b>Keine Hinweise auf Nutzen</b> unzureichende Datenlage Bei Erstinfektion: Anhaltspunkte auf Nutzen medikamentöser Therapie	<b>Hinweise auf Schäden</b> falsch-positive Befunde und unnötige Therapien möglich
Ultraschall der Brust zur Krebsfrüherkennung  Erstellt 20. März 2013 Aktualisiert 18. Juni 2018	unklar	<b>keine Hinweise auf Nutzen</b> keine Studien zum Nutzennachweis; indirekte Hinweise aus anderen Studien nicht ausreichend	<b>keine Hinweise auf Schäden</b> Fehlalarme und unnötig entdeckte und behandelte Brustkrebsherde möglich, aber nicht quantifizierbar

Ultraschall der Eierstöcke zur Krebsfrüherkennung  Erstellt 16. Januar 2012 Aktualisiert 18. November 2020	negativ	<b>keine Hinweise auf Nutzen</b> Treffsicherheit des Ultraschalls ist gering, kein Überlebensvorteil	<b>Belege für geringe Schäden</b> viele falsch-positive Befunde; indirekte Schäden durch unnötige Operationen mit möglichen gravierenden Nebenwirkungen
Ultraschall der Halsschlagader zur Schlaganfallvorsorge  Erstellt 17. November 2016 Aktualisiert 8. Juli 2021	tendenziell negativ	<b>keine Hinweise auf Nutzen</b> keine Studien gefunden	<b>Hinweise auf Schäden</b> keine direkten Schäden, aber indirekte Schäden durch unnötige Untersuchungen und Behandlungen
Ultraschall zur Früherkennung von Gebärmutterkörperfekrebs  Erstellt 18. November 2020	tendenziell negativ	<b>keine Hinweise auf Nutzen</b> keine Studien gefunden	<b>Hinweise auf Schäden</b> keine direkten Schäden, aber indirekte Schäden durch unnötige Untersuchungen und Behandlungen
Ultraschall zur Früherkennung von Prostatakrebs  Erstellt 8. September 2017	tendenziell negativ	<b>keine Hinweise auf Nutzen</b> keine Studien gefunden	<b>Hinweise auf Schäden</b> keine direkten Schäden, aber indirekte Schäden durch unnötige Untersuchungen und Behandlungen
Ultraschall zur Früherkennung von Veränderungen der Schilddrüse  Erstellt 31. Juli 2024	tendenziell negativ	<b>keine Hinweise auf Nutzen</b> keine relevanten Studien gefunden	<b>Hinweise auf Schäden</b> keine direkten Schäden, aber indirekte Schäden durch unnötige Untersuchungen und Behandlungen

Informationen ohne Bewertung zu weiteren IGeL-Leistungen	
Atteste/Gutachten	
Computertomographie (CT) zur Erkennung schwerer Krankheiten	
Entfernung von Tätowierungen	
Reisemedizinische Vorsorge	
Sport-Check	
Ultraschall in der Schwangerschaft (ergänzende Untersuchungen)	

Vom IGeL-Monitor bewertete IGeL, die inzwischen zum GKV-Leistungskatalog gehören	
Stoßwellentherapie beim Fersenschmerz – wurde im Januar 2019 in den GKV-Leistungskatalog aufgenommen	
Dermatoskopie zur Früherkennung von Hautkrebs – wurde im April 2020 in den GKV-Leistungskatalog aufgenommen	