

## 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  <small>Erstellt 13. April 2016</small>	unklar	<b>geringe Hinweise auf geringen Nutzen</b> heterogene Datenlage und kleine Effekte	<b>Hinweise auf sehr geringfügige Schäden</b> mangelhafte Datenlage zeigt geringfügige Schäden wie Schmerzen an der Einstichstelle
Akupunktur zur Vorbeugung von Migräneanfällen  <small>Erstellt 12. Januar 2012 Aktualisiert 18. Oktober 2023</small>	tendenziell positiv	<b>keine Hinweise auf Nutzen</b> keine Überlegenheit im Vergleich zur medikamentösen Standardtherapie	<b>Hinweise auf weniger Schäden</b> weniger Nebenwirkungen und weniger Therapie-Abbrüche im Vergleich zur Standardtherapie
Akupunktur zur Vorbeugung von Spannungskopfschmerzen  <small>Erstellt 16. Januar 2012 Aktualisiert 18. Oktober 2023</small>	unklar	<b>keine Hinweise auf Nutzen</b> keine Daten zum relevanten Vergleich gegen medikamentöse Standardtherapie	<b>keine Hinweise auf Schäden</b> keine Daten zum relevanten Vergleich gegen medikamentöse Standardtherapie
Augenspiegelung mit Messung des Augeninnendrucks zur Glaukom-Früherkennung  <small>Erstellt 26. Februar 2015 Aktualisiert 12. Dezember 2019</small>	tendenziell negativ	<b>keine Hinweise auf Nutzen</b> Nutzen des Tests auf Grund unzureichender Datenlage nicht abschätzbar	<b>Hinweise auf Schäden</b> 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 Schädwirkungen 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 Blutschwämmchen 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  Erstellt 19. Dezember 2017	unklar	<b>keine Hinweise auf Nutzen</b> im Vergleich zur Operation	<b>keine Hinweise auf Schäden</b> im Vergleich zur Operation
Lichttherapie bei Akne  Erstellt 21. Februar 2018	unklar	<b>keine Hinweise auf Nutzen</b> im Vergleich zu keiner Behandlung	<b>keine Hinweise auf Schäden</b> im Vergleich zu keiner Behandlung
Lichttherapie bei saisonal depressiver Störung („Winterdepression“)  Erstellt 16. Januar 2012	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
M2-PK-Test zur Früherkennung von Darmkrebs  Erstellt 22. August 2018	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
MRT der Brust zur Krebsfrüherkennung  Erstellt 3. Mai 2018	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
MRT zur Früherkennung einer Alzheimer-Demenz  Erstellt 16. Januar 2012 Aktualisiert 15. Mai 2019	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
NMP22-Test zur Früherkennung von Harnblasenkrebs  Erstellt 25. Februar 2014	tendenziell negativ	<b>keine Hinweise auf Nutzen</b> keine Studien zum direkten Nutznachweis – Treffsicherheit selbst für Hochrisikogruppen mangelhaft – unzureichende Datenlage	<b>Hinweise auf geringe Schäden</b> Fehlalarme und unnötige invasive Abklärungsdiagnostik möglich
OCT zur Früherkennung einer feuchten, altersbedingten Makuladegeneration (nAMD)  Erstellt 12. Mai 2020	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
OCT zur Früherkennung eines Glaukoms  Erstellt 30. August 2019	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
Operative Behandlung des Schnarchens (Rhonchopathie)  Erstellt 11. Januar 2012 Aktualisiert 18. Dezember 2014 Archivierte IGeL, wird nicht aktualisiert	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 Nutznachweises
Osteopathie bei unspezifischen Kreuzschmerzen  Erstellt 3. Mai 2018	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

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 Schädwirkungen, 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 Schädwirkungen
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 Schädwirkungen
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 Nutznachweis; 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 Gebärmutterkörperkrebs  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