

# Fragebogen

**1 Wann sprechen die Nationalen Versorgungsleitlinien (NVL) bei Kreuzschmerzen eine starke Empfehlung zur Durchführung einer Bewegungstherapie aus?**

- A Bei akutem Kreuzschmerz
- B Bei subakutem Kreuzschmerz in Kombination mit Akupunktur
- C Bei chronischem Kreuzschmerz
- D In der Kreuzschmerz-Prävention
- E Bei chronischem Kreuzschmerz in Kombination mit Bettruhe

**2 Welche Sportart ist bei Arthrose-Patienten nur bedingt geeignet?**

- A Wandern
- B Aquajogging
- C Tennis
- D Schwimmen
- E Radfahren

**3 Körperliches Training kann im Rahmen einer Chemotherapie und lokaler Strahlentherapie durchgeführt werden. Was gilt als absolute Kontraindikation für ein körperliches Training?**

- A Stationärer Aufenthalt > 1 Woche
- B Hämoglobinwert < 8g/dl
- C Übelkeit
- D Thrombozytenzahl < 20 000  $\mu$ l
- E Leukozytenwerte < 3,0/nl

**4 Welche Aussage im Zusammenhang von körperlicher Aktivität und Mortalitäts-/Rekurrenzzisiko bei Krebspatienten ist richtig?**

- A Bislang liegen nur Erkenntnisse vor, dass ein erhöhtes körperliches Aktivitätsniveau mit einem längeren Überleben nach Brustkrebs assoziiert ist.
- B Randomisierte klinische Studien zeigen, dass systematisches körperliches Training das Überleben von Brust-, Darm- und Prostatakarzinompatienten signifikant verlängern kann.
- C Der zentrale Mechanismus, welcher im Zusammenhang zwischen körperlicher Aktivität und Mortalitäts-/Rekurrenzzisiko gefunden wurde, beruht auf der positiven Beeinflussung von immunologischen Prozessen (z. B. Steigerung der Lyseaktivität von T-Zellen)

D Das körperliche Aktivitätsniveau vor der Krebserkrankung ist bedeutender als das Aktivitätsniveau danach.

E Bislang konnte nur in Beobachtungsstudien nachgewiesen werden, dass es eine positive Assoziation zwischen körperlichem Aktivitätsniveau und Mortalitäts-/Rekurrenzzisiko bei Brust-, Darm- und Prostatakarzinom gibt.

**5 Wie viele Minuten pro Woche sollte ein Ausdauertrainingsprogramm laut aktueller Empfehlungen für Patienten mit Typ-2 Diabetes mellitus mindestens dauern, um einen Effekt auf den Glukosestoffwechsel zu erzielen?**

- A < 60 min
- B 60–120 min
- C 120–180 min
- D 200–250 min
- E > 300 min

**6 Welches Merkmal gehört nicht zu den Diagnosekriterien einer Demenz?**

- A Störungen der Orientierung
- B Störungen der Sprache
- C Sinnestäuschungen und Wahrnehmungsstörungen (z. B. Halluzinationen)
- D Störungen des Urteilsvermögens
- E Chronische Erkrankung über mindestens 6 Monate

**7 Welche Antwort ist richtig? Folgende Eigenschaft ist bisher nicht als Risikofaktor für eine Demenzentwicklung wahrscheinlich gemacht worden:**

- A Schlechte Schulbildung
- B Diabetes mellitus
- C Rauchen
- D Hypercholesterinämie
- E Bluthochdruck im fortgeschrittenen Lebensalter

**8 Welche Antwort ist richtig? Warum erfüllt körperliche Aktivität die Kriterien eines Medikamentes?**

- 1 Es besteht eine Dosis-Wirkungs-Beziehung
- 2 Es liegen sicher Indikationen vor
- 3 Es kann zu Interaktionen mit Medikamenten kommen

4 Es können Nebenwirkungen auftreten

5 Es kann zu Abhängigkeitserscheinungen kommen

- A Nur Aussagen 1, 2 und 4 sind richtig
- B Nur Aussagen 1, 3 und 5 sind richtig
- C Nur Aussagen 2, 3 und 4 sind richtig
- D Nur Aussagen 3, 4 und 5 sind richtig
- E Alle Aussagen sind richtig

**9 Beim Rezept für Bewegung sind Vorsorgeuntersuchungen angeraten. Welche Vorsorgeuntersuchungen sollten dazu erfolgen?**

- 1 Anamnese, Sportanamnese
- 2 Stress-Echo
- 3 Körperliche Untersuchung
- 4 Ruhe-EKG
- 5 Röntgenuntersuchung der Thoraxorgane

- A Nur Aussagen 1, 2 und 3 sind richtig
- B Nur Aussagen 1, 3 und 4 sind richtig
- C Nur Aussagen 1, 4 und 5 sind richtig
- D Nur Aussagen 2, 3 und 4 sind richtig
- E Alle Aussagen sind richtig

**10 Welche Antwort zur Einnahme von Nahrungsergänzungsmitteln ist richtig?**

- A Nahrungsergänzungsmittel haben für Sportler kein gesundheitliches Risiko
- B Muskelbeschwerden sind bei korrekter Dosierung von Kreatin auszuschließen
- C Antioxidantien fördern die Regeneration nur nach vorangegangener intensiver Anstrengung
- D Kohlenhydratsubstitution während langandauernder Belastung wirkt leistungsverbessernd
- E Auf der Kölner Liste aufgeführte Nahrungsergänzungsmittel für Sportler sind garantiert nicht verunreinigt

# Antwortbogen Online-Teilnahme unter <http://cme.thieme.de>

## Lernerfolgskontrolle

(nur eine Antwort pro Frage ankreuzen)

<b>1</b>	<input type="checkbox"/> A	<input type="checkbox"/> B	<input type="checkbox"/> C	<input type="checkbox"/> D	<input type="checkbox"/> E	<b>6</b>	<input type="checkbox"/> A	<input type="checkbox"/> B	<input type="checkbox"/> C	<input type="checkbox"/> D	<input type="checkbox"/> E
<b>2</b>	<input type="checkbox"/> A	<input type="checkbox"/> B	<input type="checkbox"/> C	<input type="checkbox"/> D	<input type="checkbox"/> E	<b>7</b>	<input type="checkbox"/> A	<input type="checkbox"/> B	<input type="checkbox"/> C	<input type="checkbox"/> D	<input type="checkbox"/> E
<b>3</b>	<input type="checkbox"/> A	<input type="checkbox"/> B	<input type="checkbox"/> C	<input type="checkbox"/> D	<input type="checkbox"/> E	<b>8</b>	<input type="checkbox"/> A	<input type="checkbox"/> B	<input type="checkbox"/> C	<input type="checkbox"/> D	<input type="checkbox"/> E
<b>4</b>	<input type="checkbox"/> A	<input type="checkbox"/> B	<input type="checkbox"/> C	<input type="checkbox"/> D	<input type="checkbox"/> E	<b>9</b>	<input type="checkbox"/> A	<input type="checkbox"/> B	<input type="checkbox"/> C	<input type="checkbox"/> D	<input type="checkbox"/> E
<b>5</b>	<input type="checkbox"/> A	<input type="checkbox"/> B	<input type="checkbox"/> C	<input type="checkbox"/> D	<input type="checkbox"/> E	<b>10</b>	<input type="checkbox"/> A	<input type="checkbox"/> B	<input type="checkbox"/> C	<input type="checkbox"/> D	<input type="checkbox"/> E

## Ihre Adresse

Name Vorname

Straße PLZ, Ort

## Erklärung

Ich versichere, dass ich die Beantwortung der Fragen selbst und ohne fremde Hilfe durchgeführt habe.

Ort/Datum Unterschrift

## CME-Wertmarken für Nicht-Abonnenten

CME-Wertmarken (für Teilnehmer, die den **klinikarzt** nicht abonniert haben) können beim Verlag zu folgenden Bedingungen erworben werden: 6er-Pack Thieme-CME-Wertmarken, Preis: 63,- Euro inkl. MwSt., Artikel-Nr. 901916; 12er-Pack Thieme-CME-Wertmarken, Preis: 99,- Euro inkl. MwSt., Artikel-Nr. 901917. Bitte richten Sie Bestellungen an: Georg Thieme Verlag KG, Kundenservice, Postfach 301120, 70451 Stuttgart.

## Feld für CME-Wertmarke

Bitte hier Wertmarke aufkleben,  
Abonnenten bitte Abonummer eintragen

## Teilnahmebedingungen der zertifizierten Fortbildung

Für diese Fortbildungseinheit erhalten Sie 3 Fortbildungspunkte im Rahmen des Fortbildungszertifikates der Ärztekammern. Hierfür:

- müssen 70% der Fragen richtig beantwortet sein.
- muss die oben stehende Erklärung sowie die Evaluation vollständig ausgefüllt sein. Unvollständig ausgefüllte Bögen können nicht berücksichtigt werden!
- muss Ihre Abonentennummer im entsprechenden Feld des Antwortbogens angegeben oder eine CME-Wertmarke im dafür vorgesehenen Feld aufgeklebt sein.

## Ihr Ergebnis

(wird vom Verlag ausgefüllt)

Sie haben  von  Fragen richtig beantwortet und somit  bestanden und 3 Fortbildungspunkte erworben  nicht bestanden.

Stuttgart, (Stempel/Unterschrift)

## Wichtige Hinweise

Die CME-Beiträge des **klinikarzt** wurden durch die Ärztekammer Nordrhein anerkannt. Der **klinikarzt** ist zur Vergabe der Fortbildungspunkte für diese Fortbildungseinheit berechtigt. Diese Fortbildungspunkte der Ärztekammer Nordrhein werden von anderen zertifizierenden Ärztekammern anerkannt. Die Vergabe der Fortbildungspunkte ist nicht an ein Abonnement gekoppelt!

Bitte senden Sie den vollständig ausgefüllten Antwortbogen und einen an Sie selbst adressierten und ausreichend frankierten Rückumschlag an den Georg Thieme Verlag KG, CME, Joachim Ortleb, Postfach 301120, 70451 Stuttgart. **Einsendeschluss** ist der 31.08.2014 (Datum des Poststempels). VNR: 2760512013141211517. Die Zertifikate werden spätestens 3 Wochen nach Erhalt des Antwortbogens versandt. Von telefonischen Anfragen bitten wir abzusehen.

# Didaktisch-methodische Evaluation

## 1 Das Fortbildungsthema kommt in meiner ärztlichen Tätigkeit

- häufig vor     
  selten vor     
  regelmäßig vor     
  gar nicht vor

## 2 Bezüglich des Fortbildungsthemas gab es für mich vor dem Studium dieses Beitrages

- eine feste Gesamtstrategie   
  keine Strategie   
  noch offene Einzelprobleme:

## 3 Bezüglich des Fortbildungsthemas

- fühle ich mich nach dem Studium des Beitrages in meiner Strategie bestätigt  
 habe ich meine Strategie geändert:   
 habe ich erstmals eine einheitliche Strategie erarbeitet  
 habe ich keine einheitliche Strategie ableiten können

## 4 Wurden aus der Sicht Ihrer täglichen Praxis heraus wichtige Aspekte des Themas

- nicht erwähnt?      Ja / Nein – wenn ja, welche:   
 zu knapp abgehandelt?    Ja / Nein – wenn ja, welche:   
 überbewertet?      Ja / Nein – wenn ja, welche:

## 5 Verständlichkeit des Beitrags

- Der Beitrag ist nur für Spezialisten verständlich   
  Der Beitrag ist auch für Nicht-Spezialisten verständlich

## 6 Beantwortung der Fragen

- Die Fragen lassen sich aus dem Studium des Beitrages allein beantworten  
 Die Fragen lassen sich nur unter Zuhilfenahme zusätzlicher Literatur beantworten

## 7 Die Aussagen des Beitrages benötigen eine ausführlichere Darstellung

- zusätzlicher Daten   
  von Befunden bildgebender Verfahren   
  die Darstellung ist ausreichend

## 8 Wieviel Zeit haben Sie für das Lesen des Beitrages und die Bearbeitung des Fragebogens benötigt?

Minuten

## Fragen zur Person

Ich bin Mitglied der Ärztekammer:

Jahr meiner Approbation:

Ich befinde mich in Weiterbildung zum:

Ich habe eine abgeschlossene Weiterbildung in (bitte Fach eintragen):

Ich bin tätig als:   
 Assistenzarzt   
 Chefarzt   
 Sonstiges   
 Oberarzt   
 Niedergelassener Arzt