

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	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 <small>Erstellt 12. Januar 2012 Aktualisiert 18. Oktober 2023</small>	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 <small>Erstellt 16. Januar 2012 Aktualisiert 18. Oktober 2023</small>	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 <small>Erstellt 26. Februar 2015 Aktualisiert 12. Dezember 2019</small>	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

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

Früherkennung auf Vitamin-B12-Mangel und Vitamingabe Erstellt 24. März 2022	unklar	keine Hinweise auf Nutzen 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“)	keine Hinweise auf Schäden 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	keine Hinweise auf Nutzen mangels Studien keine Aussage zu Nutzen möglich. Keine Hinweise zu Nutzen bei regelmäßiger Einnahme. Ausnahme: Menschen, die in medizinischen oder pflegerischen Einrichtungen leben	keine Hinweise auf Schäden 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	keine Hinweise auf Nutzen Studien zeigen keine Überlegenheit im Vergleich zu Placebo	Hinweise auf Schäden mögliche Nebenwirkungen bekannt, allerdings kaum bei kurzer Anwendung
H.E.L.P.-Apherese zur Behandlung von Long-/Post-COVID Erstellt 27. April 2023	unklar	keine Hinweise auf Nutzen keine Studien, die auf einen Nutzen hinweisen	keine Hinweise auf Schäden möglich sind seltene und nicht schwerwiegende Nebenwirkungen
HBA1c-Bestimmung zur Früherkennung eines Diabetes Erstellt 11. Januar 2012 Aktualisiert im März 2022	unklar	keine Hinweise auf Nutzen im Vergleich zur Nüchternblutzucker-Bestimmung; („Standardverfahren“)	keine Hinweise auf Schäden im Vergleich zur Nüchternblutzucker-Bestimmung; („Standardverfahren“)
Heidelberger Retina Tomographie (HRT) zur Früherkennung eines Glaukoms Erstellt 12. Dezember 2019	tendenziell negativ	keine Hinweise auf Nutzen keine Studien zum Nutzen der Früherkennungsuntersuchung / keine Hinweise für Nutzen einer Therapievorverlagerung	Hinweise auf Schäden unnötige Abklärungsuntersuchungen und unnötige Therapien möglich
Hirnleistungs-Check zur Früherkennung einer Demenz Erstellt 5. Dezember 2017	tendenziell negativ	keine Hinweise auf Nutzen keine Studien gefunden	Hinweise auf Schäden keine direkten Schäden, aber indirekte Schäden durch unnötige Beunruhigung und Behandlungen
Hochtontherapie Erstellt 6. Dezember 2012 Archivierte IGeL, wird nicht aktualisiert	unklar	keine Hinweise auf Nutzen unzureichende Datenlage	keine Hinweise auf Schäden keine Schäden, die auf Hochtontherapie zurückzuführen sind
Hyaluronsäure-Injektion bei Kniearthrose Erstellt 14. Mai 2014	tendenziell negativ	Belege für geringen Nutzen viele Studien, Mehrzahl schlechte Qualität; kurzfristig etwas weniger Schmerzen und verbesserte Gelenkfunktion	Belege für Schäden mangelhafte Berichterstattung; häufige, leichte unerwünschte Ereignisse; schwerwiegende unerwünschte Ereignisse möglich

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

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

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

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

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