



Foto: shock – Fotolia

Elite-Volleyballspieler: Ischämische Finger keine Seltenheit

Mehrere Fälle von Ischämien und Mikroembolien in den Fingerarterien von hochklassigen jungen Volleyballspielern in ihrer Klinik machten niederländische Sportärzte (Daan van de Pol et al., Amsterdam) stutzig. Nähere Untersuchungen ergaben eine Dilatation der Arteria circumflexa humeri posterior (ACHP) infolge von Mikroaneurysmen mit distaler Okklusion und digitalen Emboli in der isolateralen Hand, vermutlich als Folge der Kompression der ACHP durch den Humeruskopf beim Aufschlag und beim Schmettern. Wie eine anschließende Umfrage in der obersten niederländischen Volleyball-Liga ergab, ist das bei dieser Sportart keine seltene Komplikation. 11 bis 27% der befragten 99 Topspieler kannten die typischen Symptome. Bis zu 27% berichteten von kalten, blauen und/oder blutleeren Fingern an der dominanten Spielhand beim Training, Wettkampf oder unmittelbar danach. Teamärzten raten die Autoren deshalb zu regelmässigen Checks bei ihren Spielern, um irreversible Gefässschäden und thrombembolische Komplikationen zu verhindern.

Quelle: Am J Sports Med 2012 online

Elternschaft stiehlt die Widerstandskraft

Eltern sind weniger anfällig für Erkältungskrankheiten als Kinderlose. Das bestätigte ein Experiment mit 795 risikobereiten gesunden Freiwilligen im Alter von 18 bis 55 Jahren an der Pittsburgh University (R. S. Sneed et al.). Die Teilnehmer wurden unter Quarantäne gestellt, mittels Nasentropfen Erkältungsviren ausgesetzt und fünf bis sechs Tage lang beobachtet. Rund drei Viertel von ihnen infizierten sich, Eltern und Kinderlose gleichermaßen. Symptome entwickelten die Probanden ohne Kinder jedoch doppelt so häufig wie Eltern, und dass selbst dann, wenn die Kinder nicht mehr bei den Eltern wohnten. Je grösser die Zahl der Kinder, desto seltener traten Erkältungssymptome auf.

Quelle: Psychosomatic Medicine 2012 (74) 6, 567-573

Dicke Kinder bleiben dick

Überernährung in der frühen Kindheit kann sich noch lange verhängnisvoll auswirken. Selbst bei später eher zurückhaltender Nahrungsaufnahme behalten viele übergewichtige Kinder ihre ungeliebten überflüssigen Pfunde. Demonstriert hat dies einmal mehr eine US-amerikanische Studie an der University of North Carolina in Chapel Hill. Die Autoren (A. Cockrell Skinner et al.) hatten Daten des National Health and Nutrition Examination Survey von mehr als 12 648 Kindern unter die Lupe genommen und den Zusammenhang zwischen Alter, Gewicht und den Angaben über die Energieaufnahme analysiert. Wie sich zeigte, hatten übergewichtige Mädchen bis zum Alter von etwa sieben und übergewichtige Jungen bis zum Alter von 10 Jahren tatsächlich mehr Kalorien pro Tag zu sich genommen als normalgewichtige, in den folgenden Jahren jedoch weniger als die ihrer schlanken Altersgenossen.

Quelle: Pediatrics online September 2012; doi:10.1542/peds.2012-0605

Plötzliches Schnarchen: Für Schwangere ein Alarmsignal

Beginnt eine werdende Mutter nachts zu schnarchen, kann dies ein erhöhtes Risiko für Hypertonie und Präeklampsie anzeigen. Wie eine Prospektivstudie US-amerikanischer Wissenschaftler (L. M. O'Brien et al.) bei 1719 Schwangeren im dritten Trimenon ergab, trat bei den 25% betroffenen Frauen mehr als doppelt so häufig eine Hypertonie auf wie im Rest des Kollektivs. Auch die Präeklampsierate war um etwa 60% erhöht. Habituelle Schnarcherinnen dagegen waren nicht betroffen.

Quelle: Am J Obstet Gynecol 2012 online 10. September 2012

Neutrale Zigarettenpackungen bieten weniger Anreiz

Im Kampf gegen das weltweit für 5,4 Millionen Todesfälle verantwortliche Rauchen plant Australien, Markenlogos auf Zigarettenpackungen zu verbieten. Das könnte die Kauflust tatsächlich dämpfen, wie eine Studie kanadischer Autoren (C. M. White et al.) vermuten lässt. 640 junge brasilianische Frauen beurteilten randomisiert jeweils 10 verschiedene Verpackungen der gleichen Zigaretten in drei Kategorien (Standard, die gleiche ohne Markenlogo sowie sowohl ohne Markenlogo als auch ohne werbende Beschreibung). Markenverpackungen wurden als signifikant attraktiver empfunden und mit besserem Geschmack und besserer Bekömmlichkeit der Zigaretten assoziiert. Auch die den Käufern und Käuferinnen dieser Verpackungen zugeschriebenen Eigenschaften fielen weit positiver aus. Vor die Wahl gestellt, liessen die Probandinnen die schlichten Verpackungen liegen.

Quelle: BMC Public Health 2012, 12:737

Kokos gegen Karies

Neue Wege beim Kampf gegen Karies hat ein Forscherteam des Athlone Institute of Technology in Irland beschriften (D. Brady et al.). Es behandelte Kokosfett



mit Enzymen, wie sie ähnlich auch beim Verdauungsprozess im Mund aktiv werden, und testete dann die Wirkung gegen Streptokokken in der Mundflora. Das Wachstum fast aller getesteten Streptokokken-Spezies einschliesslich Streptococcus mutans wurden durch das modifizierte Kokosöl stark gehemmt. Str. mutans, ein Säure produzierendes Bakterium, ist die Hauptursache von Zahnschäden durch Karies. Ein weiteres viel versprechendes Angriffsziel des modifizierten Kokosöls war der Soorpilz Candida albicans. Kokosöl bietet sich demnach, wie es hiess, als interessantes natürliches Antibiotikum insbesondere für die Mundhygiene an.

Quelle: Herbstkonferenz 2012 der Society for General Microbiology in Warwick, UK

Zuviel Stress? Chef werden!

Entgegen weit verbreiteter Annahme steigt beruflicher Stress nicht etwa zwangsläufig mit der Last der Verantwortung, im Gegenteil. An der amerikanischen Harvard-Universität wurde der Speichel von 48 hochrangigen Mitarbeitern in hohen Regierungsämtern und beim Militär auf das Stresshormon Cortisol untersucht (G. D. Sherman et al.). Man fand deutlich niedrigere Werte als bei einer gemischten Vergleichsgruppe aus verschiedenen einfachen Berufen ohne Führungsfunktion. Zwischen den Messwerten und den Antworten der Studienteilnehmer in standardisierten Fragebogen zur Selbsteinschätzung ihrer Stressbelastung bestand eine enge Korrelation. Je mehr Kontrolle die Befragten über ihr Arbeitsumfeld und ihre Mitarbeiter ausübten, desto weniger fühlten sie sich von ihren Aufgaben gestresst oder von Unruhe und Unsicherheit geplagt.

Quelle: Proc. Nation. Acad. of Sciences of the USA (PNAS), 10.1073/pnas.1207042109

Erhöhter Rheumafaktor signalisiert hohes rA-Risiko

Wird bei einem Gesunden ein erhöhter Rheumafaktor (RF)-Wert gemessen, so ist dies keineswegs irrelevant. Eine prospektive Kohortenstudie (S. F. Nielsen et al.) hat gezeigt, dass ein solcher Befund das absolute Risiko einer Erkrankung an rheumatoider Arthritis (RA) in den folgenden 10 Jahren um bis zu 32% erhöht. An der Studie beteiligt waren 9712 Dänen im Alter zwischen 20 und 100 Jahren. Keiner litt bei der ersten Blutuntersuchung in den Jahren 1981-1983 an RA. Bis August 2010 erkrankten 183 Teilnehmer. Das höchste absolute 10-Jahresrisiko (32%) wurde bei 50-69 Jahre alten Frauen beobachtet, die rauchten und einen RF-Wert von mehr als 100 IE/ml aufgewiesen hatten. Männer über 70 mit einem RF-Titer unter 25 IE/ml waren am wenigsten gefährdet.

Quelle: BMJ 2012; 345: e5244

Alkoholismus: Entzug stoppt den Knochenschwund

Übermässiger Alkoholkonsum schadet der Knochendichte und begünstigt Frakturen. Entschliesst sich ein Alkoholabhängiger jedoch zur Abstinenz, profitieren seine Knochen rasch. Dass der alkoholbedingte Abbau reversibel ist und der Knochenstoffwechsel sich rasch erholt, konnten Forscher der Universität Innsbruck (P. Malik et al.) in einer longitudinalen Prospektivstudie mit 57 Alkoholikern im Alter zwischen 21 und 50 Jahren nachweisen. Vor und nach der Behandlung in einer Entzugsklinik wurden Parameter des Knochenstoffwechsels sowie die Knochendichte bestimmt. Bei 15% der Alkoholkranken lag die Knochendichte der Lendenwirbelsäule anfangs deutlich unterhalb der Norm, Marker des Knochenabbaus (ss-Crosslaps) waren bei 34% erhöht, die Osteocalcin-Plasmaspiegel lagen im Mangelbereich. Nach achtwöchiger Abstinenz zeigte ein signifikanter Anstieg der Osteocalcin-Werte einen erhöhten Knochenaufbau an. Körperliche Aktivität wirkte sich nachweisbar zusätzlich positiv auf die Knochendichte aus.

Quelle: Alcohol Clin Exp Res online 14. September 2012, doi: 10.1111/j.1530-0277.2012.01834.x/



Schutzimpfungen:

Wichtig für den Erfolg ist ausreichender Schlaf

Schlafmangel begünstigt nicht nur Infektionen. Er kann auch den Erfolg einer Schutzimpfung beeinträchtigen, wie US-amerikanische Wissenschaftler (A. A. Prather et al., Pittsburgh) am Beispiel der Hepatitis B-Impfung nachweisen konnten. Bei 125 gesunden Männern und Frauen im Alter zwischen 40 und 60 Jahren wurde das Ergebnis einer Standardimpfung mit drei Vakzinedosen (0-1-6 Monate) zur vorher mittels Schlafprofil (Aktigraphie) und Schlaftagebuch ermittelten Schlafqualität und Schlafdauer in Beziehung gesetzt. Kürzere Schlafzeiten gingen unabhängig von Alter, Geschlecht, BMI und Reaktion auf die erste Impfung mit einer niedrigeren Antikörperantwort auf die zweite Impfung sowie mit einer geringeren Wahrscheinlichkeit einher, sechs Monate nach Abschluss der Impfung klinisch ausreichend geschützt zu sein. Probanden mit weniger als sechs Stunden Schlaf täglich hatten im Vergleich zu denen mit mindestens sieben Stunden Nachtschlaf ein mehr als 11fach höheres Risiko, nicht auf die Impfung anzusprechen.

Quelle: Sleep 2012; 35(8):1063-1069