Feinde des Herzens: Fastfood und Fußball

Chefredakteur Dr. med. Dirk Einecke

FUSSBALL-INFARKT

Elfmeter war sein letztes Wort

Emotionaler Stress kann lebensgefährlich sein. Das schließen Münchner Klinikärzte aus Daten, die sie während der Fußball-WM an 24 Notfallstandorten in und um München gesammelt haben.

Gezählt wurden die gesicherten kardiologischen Notfälle während der Spiele der deutschen Nationalmannschaft. Die Zahlen wurden mit Daten aus den Jahren 2003 und 2004 verglichen. Es zeigte sich, dass das Risiko für Herznotfälle während der WM-Spiele statistisch signifikant erhöht war. Fußballreporter sprechen gerne von einem „Herzschlagfinale“. Das Wort macht offensichtlich Sinn.

Foto: Plambeck/Laif

Herzschlag beim Finale?

Pressemitteilung des Klinikums der Universität München

DIE HAMBURGER-KHK

Wie Big Macs und Whoppers die Gefäße ruinieren

Der Verzehr von großen Burgern und dicken Pizzen führt zu postprandialen Glukose- und Lipidkonzentrationsspitzen, denen der Organismus metabolisch nicht gewachsen ist. Wie Forscher aus Kansas berichten, übt die hochkalorische Zucker- und Fettwelle, die aus dem Darm anrollt, direkt toxische Effekte im Gefäßsystem aus: Freie Radikale werden gebildet, LDL wird oxidiert, der Sympathikus wird hochgefahren, die Gefäße kontrahieren sich und die Thrombozyten aggregieren. Die Folge sind eine systemische Gefäßinflammation und atherosklerotische Gefäßveränderungen. Mit gesunder Ernährung und kleineren Mahlzeiten kann man dem vorbeugen.

J Am Coll Cardiol 2008;512:49–55

HERZINSUFFIZIENZ

Cochrane-Review attestiert Weißdorn positive Effekte

Weißdornextrakt kann bei Patienten mit Herzinsuffizienz die Belastungstoleranz erhöhen und die Symptome Atemnot und Müdigkeit reduzieren. Nebenwirkungen der Behandlung sind selten und in der Regel harmlos. Zu diesem Ergebnis kommt ein Cochrane-Review, das randomisierte, placebokontrollierte Studien

mit Crataegus-Extrakt als Ergänzung der üblichen Herzinsuffizienztherapie ausgewertet hat. Bei der Analyse noch nicht berücksichtigt wurde die SPICE-Studie, in der die Wirkung der zusätzlichen Weißdorntherapie auf die Prognose von Herzinsuffizienzpatienten untersucht wurde – mit nur im Trend positivem Ergebnis. In welchen weiteren Indikationen ein Nutzen von Phytotherapeutika belegt ist, lesen Sie im MMW-Report ab Seite 14.

Pittler MH et al., Cochrane Database Syst Rev 2008

STRESS IM JOB

KHK-Risiko um 70% erhöht

Beruflich ständig unter Hochspannung zu stehen, belastet das Herz: Das Risiko einer koronaren Herzerkrankung steigt, bei unter 50-Jährigen liegt es sogar um zwei Drittel höher als bei Gleichaltrigen ohne Stress im Erwerbsleben. Das ist das Ergebnis einer zwölf Jahre dauernden Studie mit 10300 Londoner Angestellten. Dabei wurde auch untersucht, wie der Stress das KHK-Risiko ansteigen lässt. Das Ergebnis: Überwiegend sind es direkte Effekte auf das neuroendokrine System, die sich als verminderte Herzfrequenzvariabilität und erhöhte Kortisolspiegel am Morgen zeigen. Zu etwa einem Drittel sind es aus dem Stress resultierende ungesunde Verhaltensweisen (wenig Bewegung, Fastfood) und das dadurch begünstigte metabolische Syndrom.

Chandola T et al., Eur Heart J 2008; online

ENDE EINES MYTHOS

Schadet Olivenöl dem Herzen?

Seit Jahren predigen Ernährungswissenschaftler die Vorzüge mediterraner Ernährung. Besonders Olivenöl soll gesundheitsfördernd sein und das Herzinfarktrisiko senken. Untersuchungen von Prof. Susanne Klumpp und Prof. Josef Krieglstein von der Universität Münster zeigen nun: Am Olivenöl scheint es nicht zu liegen, dass mediterrane Kost die Herzinfarktrate statistisch eindeutig senkt. Im Gegenteil: Die Forscher zeigten, dass einige einfach ungesättigte Fettsäuren wie die Ölsäure aus Olivenöl die Aktivität der Proteinphosphatase Typ 2C (PP2C) massiv steigern und damit das Arteriosklerosierisiko eher erhöhen. Im Tierversuch stellte sich außerdem heraus, dass mit einer ölsäurereichen Diät gefütterte Meerschweinchen signifikant kleinere Herzen hatten als normal gefütterte Kontrolltiere und überdies häufiger geschädigte Herzmuskelzellen aufwiesen. „Die landläufige Meinung, dass Olivenöl gesund ist, muss wohl revidiert werden“, so Krieglstein. Voraussetzung sei allerdings, dass diese Effekte auch beim Menschen überprüft würden.

Pressemitteilung der Westfälischen Wilhelms-Universität Münster vom 23.1.2008.

SCHNELLER INFORMIERT

Abonnieren Sie den MMW-Newsletter!

Wenn Sie gerne schnell und früh informiert sind, empfehlen wir Ihnen, den Newsletter der MMW zu abonnieren. Dieser wird zweimal im Monat kostenlos per E-Mail verschickt und informiert schneller und kompakter als Medizinzeitschriften über aktuelle Studienergebnisse und neueste medizinische Entwicklungen. Bestellen können Sie den Newsletter auf der Homepage der MMW unter www.mmw.de. Dort finden Sie außerdem das MMW-Archiv und aktuelle medizinische Themen, die über die Inhalte des Heftes hinausgehen.