Gefahr durch zu viel Fernsehen

Gesteigertes Diabetes- und Gefäßrisiko

Grøntved A, Hu FB.
Television viewing
and risk of type 2 dia-
betes, cardiovascular
disease, and all-cause
mortality: a meta-
analysis. JAMA
2011;305:2448–55.

Fragestellung: Welcher Zusammenhang besteht zwischen TV-Konsum und dem Risiko für Typ-2-Diabetes, Herz-Kreislauf-Erkrankungen sowie Gesamtsterblichkeit?

Hintergrund und Methodik: In den vergangenen Jahren sind einige Publikationen zu dem Thema Fernsehkonsum und Morbidität bzw. Mortalität erschienen. Erstmals wurden nun sämtliche publizierten prospektiven Kohortenstudien im Hinblick auf den Zusammenhang zwischen Fernsehkonsum und dem Risiko für Diabetes Typ 2 und für Herz-Kreislauf-Erkrankungen mit tödlichem oder nicht tödlichem Ausgang sowie der Gesamtsterblichkeitsrate in einer Metaanalyse zusammengefasst.

Ergebnisse: Vier der acht berücksichtigten Studien beschrieben Diabetes-Typ-2-Fälle (175 938 Personen; 6428 neue Fälle im Verlauf von 1,1 Millionen Personenn Jahren während der Beobachtungszeit), vier beschrieben Herz-Kreislauf-Erkrankungen mit tödlichem bzw. nicht tödlichem Ausgang (34 253 Personen; 1052 neue Fälle) und drei beschrieben die Gesamtsterblichkeitsrate (26 509 Personen; 1879 Todesfälle im Verlauf von 20 235 Personenn Jahren während der Beobachtungszeit). Das

gepoolte relative Risiko pro zwei Stunden Fernsehkonsum am Tag lag für Diabetes Typ 2 bei 1,20 (95%-Konfidenzintervall 1,14 bis 1,27), für Herz-Kreislauf-Erkrankungen mit tödlichem bzw. nicht tödlichem Ausgang bei 1,15 (95%-Konfidenzintervall 1,06 bis 1,23) und für die Gesamtsterblichkeit bei 1,13 (95%-Konfidenzintervall 1,07 bis 1,18). Während die Assoziation zwischen der Menge des Fernsehkonsums und dem Risiko für Diabetes Typ 2 oder Herz-Kreislauf-Erkrankungen jeweils linear war, stieg mit Fernsehzeiten von mehr als drei Stunden pro Tag das Gesamtsterblichkeitsrisiko offensichtlich an. Pro zwei Stunden Fernsehkonsum am Tag lag der Unterschied des geschätzten absoluten Risikos bei 176 Fällen von Diabetes Typ 2 pro 100 000 Personen und Jahr, bei 38 Fällen von Herz-Kreislauf-Erkrankungen mit tödlichem Ausgang pro 100 000 Personen und Jahr sowie bei 104 Todesfällen bezogen auf die Gesamtsterblichkeitsrate pro 100 000 Personen und Jahr.

Schlussfolgerung: Übermäßiger Fernsehkonsum ist mit einem erhöhten Risiko für Diabetes Typ 2 sowie für Herz-Kreislauf-Erkrankungen mit tödlichem bzw. nicht tödlichem Ausgang und mit der Gesamtsterblichkeit assoziiert.

Prof. Dr. med.
Stephan Martin

Kommentar: Das Ergebnis dieser Studie führt sicher zuerst zu einem ungläubigen Schmunzeln, denn was nicht wahr sein soll, kann nicht stimmen. Doch haben wir gelernt, dass Metaanalysen eine hohe wissenschaftliche Validität haben. Pro zwei Stunden Fernsehen steigt das Diabetesrisiko um 20% und das Risiko an Herz-Kreislauf-Erkrankungen um 13% an.

Siehe auch Editorial Seite 1.

Prof. Dr. med. Stephan Martin

Chefarzt für Diabetologie und Direktor des Westdeutschen Diabetes- und Gesundheitszentrum (WDGZ) Hohensandweg 37, D-40591 Düsseldorf
Stephan.Martin@vkkd-kliniken.de

Kurz notiert

Deutsche Diabetes Gesellschaft legt neue Leitlinie zu Typ-1-Diabetes vor

Die aktuelle S3-Leitlinie der DDG sei für die Qualität der medizinischen Versorgung der Menschen mit Typ-1-Diabetes unerlässlich und ein wichtiger und hilfreicher Leitfaden für jeden Arzt, der Patienten mit Diabetes behandelt, so Prof. Stephan Matthaei, Präsident der DDG aus Quakenbrück und ein Herausgeber der Leitlinie. Sie definiert den Typ-1-Diabetes, beschreibt Therapieziele, Therapie und Kontrolle in der Behandlung. Das Thema Therapie gliedern die Experten, zu denen auch Prof. Stephan Martin aus Düsseldorf gehört, in vier Bereiche: Insulintherapie, Ernährung, Schulung und psychosoziale Betreuung. Auch die Information über Risiken gehöre zur Therapie, so Herausgeberin Prof. Monika Kellner vom DDG-Vorstand aus Stuttgart. Darüber hinaus befassen sich die Autoren mit der Behandlung in besonderen Situationen, etwa bei Operationen, auf Reisen oder auch bei Komplikationen.

DDG/red

Die vollständige Fassung finden Interessierte unter der Rubrik „Evidenzbasierte Leitlinien“ auf der Homepage der DDG: <http://www.deutsche-diabetes-gesellschaft.de>