Parodontitis: Doch keine Herzgefahr!

Die entzündliche Zahnfleisch- und Kiefererkrankung Parodontitis wird immer wieder mit atherosklerotischen Gefäßerkrankungen in Zusammenhang gebracht. Für eine kausale Beziehung gibt es aber keine wissenschaftlichen Beweise, stellt die American Heart Association jetzt klar. Die häufige Koexistenz beider Erkrankungen beruhe lediglich auf den gleichen Risikofaktoren wie Rauchen, höheres Alter und Diabetes.

Lockhart PB et al, Circulation 2012 (online first)

Fischöl: Schutz vor MS-Schüben?

Omega-3-Fettsäuren wird eine anti-entzündliche und neuroprotektive Wirkung zugeschrieben – Eigenschaften, die bei Multipler Sklerose vorteilhaft sein sollten. In einer doppelblinden vierjährigen Studie an 91 MS-Patienten waren im Vergleich zur Placebogruppe aber weder bei der Zahl der Schübe noch bei den Läsionen im MRT Vorteile durch die Einnahme der Omega-3-Fettsäuren zu erkennen.

Torkildsen Ø et al, Arch Neurol 2012 (online first)

Adipöse: Aufstehen senkt Blutzucker

Bereits relativ geringfügige körperliche Bewegung hat einen messbaren Effekt auf den Zucker- und Fettstoffwechsel. In einer australischen Studie mit 19 übergewichtigen Patienten (BMI >25) zeigte 20-minütliches Gehen à 2 min Länge reduzierte Blutzuckerwerte von 24% bei leichtem Gehen (3 km/h) bzw. 30% bei mäßig anstrengendem Gehen (6 km/h), verglichen mit fünf Stunden pausenlosem Sitzen. Das kurze Gehen reduzierte zudem den Insulinspiegel um gut 23%.

Dunstan DW et al, Diabetes care 2012 (online first)

Heute Highheels – morgen Krampfadern Venen leiden unter Höhe

Schmerzen, Müdigkeit und eine bleibende Schwere in den Beinen – mit jedem Zentimeter Absatz leidet auch die Muskelpumpenfunktion mehr und fördert auf Dauer die Bildung von Krampfadern.

In einer brasilianischen Studie wurde bei 30 Frauen mittels Luft-Plethysmografie der venöse Blutfluss der Wade sowohl barfuß als auch auf verschiedenen Absatzhöhen und -formen gemessen. Für jede Ferseenhöhe wurde der venöse Füllungsindex (VFI), die Ejektionsfraktion (EF) und das Residualvolumen (RVF) ermittelt.

Schlechte Werte ab 3,5 cm

Bereits bei einer Absatzhöhe von 3,5 cm betrug das RVF 49,3% (barfuß 35,3%) und stieg mit der Höhe des Schuhs weiter an. Die schlechtesten EF-Werte wurden bei Frauen mit 7 cm hohen Absätzen gemessen (Stiletto 55,1% vs. barfuß 71,5%). Auf die venöse Füllung hatte die Absatzhöhe dagegen keinen Einfluss. Trägt eine Frau ständig hohe Schuhe, kann sich der Venendruck durch die Bewegungseinschränkung des Sprunggelenks erhöhen, Schmerzen verursachen und die Entwicklung einer Varikose begünstigen. (St)

Tedeschi Filho W et al, J Vasc Surg 2012 (online first)

Mit FIN punkten Leser kostenfrei!

Registrierung und Teilnahmemöglichkeiten

Falls Sie noch keinen Springer-Medizin-Zugang haben, bitten wir Sie, sich einmalig auf www.springermedizin.de zu registrieren.

— e.CME: Kostenfreie Teilnahme bis zum **08. Juni 2012**

Gehen Sie auf springermedizin.de/kurse-cme und schalten Sie durch die Eingabe der achtstelligen Fortbildungsidentifikationsnummer (FIN) den Beitrag frei. Mit Eingabe der FIN gelangen Sie direkt zum gewünschten e.CME-Beitrag.

— e.Tutorial: Teilnahme im Rahmen des e.Med-Abonnements
Weitere Infos auf springermedizin.de/eMed

Bitte beachten Sie:

- Teilnahme nur online unter springermedizin.de/kurse-cme
- Die Frage-Antwort-Kombinationen werden online individuell zusammengestellt
- Es ist immer nur eine Antwort möglich
- Nach erfolgreicher Beantwortung von mindestens 7 der 10 Fragen erlangen Sie 3 CME-Punkte. Diese werden direkt an Ihre Landesärztekammer übertragen, bei Bedarf können Sie sich auch eine Bescheinigung ausdrucken

Kontakt und weitere Informationen:

Springer-Verlag GmbH
Tel.: 0800 77 80 777

Springer Medizin Kundenservice
E-Mail: kundenservice@springermedizin.de