

## Milch lässt Akne erblühen

Milchkonsum ist offenbar positiv mit dem Aknerisiko assoziiert, so das Ergebnis einer Metaanalyse, in der die Daten von knapp 72.000 Probanden ausgewertet wurden. Wer mehr als ein Glas Milch am Tag trank, dessen Risiko stieg um 12%, wer nur bis zu einem Glas konsumierte, erkrankte um 8% häufiger. Magermilch und fettarme Milch erhöhten das Risiko stärker als Vollmilch. Die Autoren halten es daher für unwahrscheinlich, dass Milchfett den auslösenden Faktor darstellt, sondern vermuten den Verursacher vielmehr im Milcheiweiß.

Dai R et al. J EADV 2018; online 6. August; doi.org/10.1111/jdv.15204

## Langlebigkeit ist erblich

Frauen, deren Eltern sehr alt werden, ohne krank zu sein, haben die größte Chance, selbst gesund ein hohes Alter zu erreichen, wie eine Auswertung der Gesundheitsstudie WHI (Women's Health Initiative) ergab. Bei Frauen, deren Mütter gesund mindestens 90 Jahre alt wurden, lag die Wahrscheinlichkeit, selbst ebenso gesund alt zu werden, um 25% höher als bei Frauen, deren Eltern nur zwischen 70 und 79 Jahre alt wurden. In der Berechnung wurden eine Reihe von möglicherweise verzerrenden Faktoren berücksichtigt, z.B. Rauchverhalten, Alkoholkonsum und BMI.

Shadyab AH et al. Age and Ageing 2018 (online first)



springermedizin.de  
auf Facebook

Folgen Sie uns auf Facebook und entdecken Sie viele weitere spannende Inhalte.



► [www.facebook.com/SpringerMedizin.de](http://www.facebook.com/SpringerMedizin.de)

## Vier gefährliche Wochen

# Nach Sepsis drohen Herz- und Hirninfarkt

Patienten, die nach überstandener Sepsis aus der Klinik entlassen werden, tragen einige Wochen lang ein hohes Risiko für Herz- und Hirninfarkte. Am höchsten ist die Gefahr in der ersten Woche.

Mediziner aus Taiwan verfolgten retrospektiv den Verlauf von mehr als 42.000 Sepsispatienten bis 180 Tage nach deren Entlassung aus dem Krankenhaus. Primärer Endpunkt der Studie war das Auftreten eines Herzinfarkts oder Schlaganfalls.

Im Beobachtungszeitraum erlitten 831 Sepsispatienten einen Schlaganfall und 184 einen Herzinfarkt. Das Risiko, einen Infarkt oder Insult zu erleiden, war bei den Sepsispatienten in der ersten Woche nach Entlassung knapp fünfmal so hoch

wie in der Allgemeinpopulation. Auch nach vier Wochen war es noch mehr als verdoppelt und konvergierte dann allmählich gegen das Normalniveau.

### Annäherung erst ab der fünften Woche

Auch im Vergleich zur Kontrollkohorte der stationär behandelten Patienten ohne Sepsis waren höhere Infarkt- und Apoplexraten festzustellen. Hier war die Differenz ebenfalls in der ersten Woche mit einem Plus von 40% zu Ungunsten der Sepsispatienten am höchsten. Nach der fünften Woche näherten sich die Kurven einander an.

rb

Lai CC et al. CMAJ 2018 September 10; 190: E1062-9; doi.org/10.1503/cmaj.171284

## Mehr als nur ein exotisches Gewürz

# Ingwer zur Heilpflanze 2018 gekürt

Im Ingwer steckt mehr als nur Geschmack. In der Naturheilkunde wird der Ingwerwurzel eine krampflösende, entzündungshemmende und schmerzstillende Wirkung zugeschrieben.

Der Ingwer (*Zingiber officinale*) ist die Heilpflanze 2018. Das teilte der Verein NHV Theophrastus anlässlich des letzten Heilkräuter-Fachsymposiums im sächsischen Panschwitz-Kuckau mit. Damit sollen die aus Asien stammende Wurzel und ihre arzneilichen Effekte bekannter gemacht werden, sagte Konrad Jungnickel, Vorsitzender des Vereins mit Sitz in München.

Ingwer wirkt krampflösend, entzündungshemmend und schmerzstillend



© Natikka / Getty Images / iStock

und wird in der chinesischen Medizin traditionell seit Jahrtausenden angewendet, hieß es in einer Mitteilung. In Europa setzten Hildegard von Bingen und Paracelsus bereits im Mittelalter die Pflanze bei Magen-Darm-Beschwerden ein.

Der Verein NHV Theophrastus heißt in Langfassung Verein zur Förderung der naturgemäßen Heilweise nach Theophrastus Bombastus von Hohenheim, genannt Paracelsus. Er kürt seit 2003 eine Heilpflanze des Jahres. 2017 war es das Gänseblümchen (*Bellis perennis*).