SUCHTPRÄVENTION

Warnhinweise halten Ex-Raucher vom Laster ab

© Sven Weber/fotolia

Wirkt wirklich.

Warnhinweise auf Zigarettenpackungen können Ex-Rauchern helfen, nikotinabstinent zu bleiben. Das geht aus einer prospektiven Kohortenstudie hervor, an der fast 2000 Ex-Raucher teilnahmen, die im Schnitt ein Vierteljahr vor Studienbeginn mit dem Rauchen aufgehört hatten. Von denjenigen, die angaben, dass Warnhinweise die Wahrchein-

lichkeit deutlich erhöhen, Ex-Raucher zu bleiben, hatten nur 41% innerhalb des Folgejahres wieder mit dem Rauchen angefangen. Von denen, die meinten, dass die Hinweise sie überhaupt nicht beeindruckten, hatten in dem Zeitraum 50% wieder mit dem Rauchen angefangen. Zusätzlich stellte sich heraus, dass immer wieder neuartig gestaltete Hinweise offenbar den größten Effekt hatten.

Tobacco Control 2012; online 25. April. doi:10.1136/tobaccocontrol-2011-050254.

VIERMAL TÄGLICH!

Fettarme Milch schützt vor Schlaganfall

Wer häufig fettarme Milchprodukte verzehrt, kann damit sein Schlaganfallrisiko senken, so das Ergebnis einer prospektiven schwedischen Studie. Rund 75 000 Männer und Frauen zwischen 45 und 83 Jahren hatten u.a. Auskunft über ihre Ernährungsgewohnheiten gegeben. Während der mittleren Beobachtungszeit von zehn Jahren ereigneten sich insgesamt 4089 Schlag-

anfälle. Die Insultrate lag in der Gruppe mit dem höchsten Konsum fettarmer Milchprodukte (vier Portionen pro Tag) um 12% niedriger als bei denjenigen, die solche Lebensmittel nicht mochten. Kein Effekt auf das Schlaganfallrisiko zeigte sich bei Vollfettprodukten wie Käse, Vollmilch oder Sahne.

Stroke 2012; published online April 19.

Neuer Leserservice auf
springermedizin.de

Sie haben einen Patienten, bei dem Sie diagnostisch nicht weiterkommen oder bei dem sich Probleme bei der Therapie ergeben? Unter ► www.springermedizin.de/mmw-sprechstunde gelangen Sie zu einem neuen Online-Angebot für unsere Leser: Die MMW-Experten Prof. H. S. Fießl und Dr. P. Stiefelhagen geben dort – meist innerhalb von zwei Tagen – Rat bei kniffligen Fragen. (Vgl. S. 26–27 in diesem Heft)

EINE FRAGE DER ZENTIMETER

Auf High Heels den Krampfadern entgegen

High Heels gelten als sexy. Viele Männer stehen drauf, die meisten Frauen stehen nur so lange drauf, wie sie müssen. Zu Recht, denn hohe Absätze befördern die Varizenbildung. Bei 30 Frauen zwischen 20 und 35 Jahren ohne Venenerkrankungen wurde mittels Luft-Plethysmografie der venöse Blutfluss in der Wade sowohl barfuß als auch auf verschiedenen Absatzhöhen gemessen. Für jede Fersenhöhe wurden venöser Füllungsindex (VFI), Ejektionsfraktion (EF) und Residualvolumen (RVF) ermittelt. Bei den Barfußlerinnen fanden sich mit 71,5% die höchsten EF-Werte und mit

35,3% das niedrigste RVF. Bereits bei einer Absatzhöhe von 3,5 cm betrug das RVF 49,3% und stieg mit der Höhe des Schuhs weiter. Die schlechtesten Werte für die Ejektionsfraktion wurden bei Frauen mit 7 cm hohen Absätzen gemessen (Stiletto 55,1%, Plateau 51,3%). Auf die venöse Füllung hatte die Absatzhöhe keinen Einfluss.

J Vasc Surg 2012; article in press

© Coka/fotolia

DÄNISCHE REGISTERSTUDIE

Sinkt bei Männern die Fruchtbarkeit?

Dänische Männer des Jahrgangs 1945 zeugten im Durchschnitt 1,91 Kinder, 1960 geborene Männer nur noch 1,71. Der Anteil der Männer, die keinen Nachwuchs hatten, stieg von knapp 15 (Jahrgang 1945) auf fast 22% (Jahrgang 1960). Die Kombination sinkende Fertilitätsraten, überproportionaler Anstieg der Zahl kinderloser Männer im Vergleich zu Frauen und der steigende Bedarf nach assistierter Fortpflanzung weisen auf eine Verschlechterung der Zeugungsfähigkeit hin. Frühere Studien hatten bereits eine weitverbreitete suboptimale Samenqualität in der jüngeren Bevölkerung nachgewiesen.

International Journal of Andrology 2012, first published online 10 APR 2012; doi:10.1111/j.1365-2605.2012.01265.x

Dr. med.
Brigitte Moreano
Stellvertretende
Chefredakteurin
brigitte.moreano@springer.com