

# TICKER

## Pflanzenöl und Joghurt gegen Hochdruck

Mit einer Mischung aus Pflanzenölen oder auch mit Joghurt gelingt es offenbar, einen erhöhten Blutdruck zu senken oder sogar eine Hypertonie zu verhindern. In einer prospektiven Studie mit 300 Hypertonikern, die 30 mg Nifedipin oder 35 g einer Sesam- und Reiskleie-Öl-Mischung zu sich nahmen, wurde der Blutdruck durch beide Maßnahmen signifikant gesenkt. In einer weiteren Studie über 15 Jahre mit mehr als 2000 Teilnehmern hatten diejenigen, die wenigstens 2% der täglichen Kalorienzufuhr durch Joghurt deckten, ein um fast ein Drittel verringertes Hypertonierisiko im Vergleich zu denjenigen, die keinen Joghurt aßen.

Tagung „High Blood Pressure Research“ der AHA am 19.9.12 in Washington

## Was Gichtpatienten ihre Ärzte fragen

Was wollen Patienten wissen, wenn sie nach einem Gichtanfall in die Praxis kommen oder wenn sie mit erhöhten Harnsäurewerten konfrontiert werden? Die wichtigsten Fragen haben Sie uns auf eine Umfrage hin mitgeteilt – in einer neuen Broschüre, die Sie kostenlos fürs Wartezimmer bestellen können, finden sich nun auch die Antworten. Durch die Broschüre sollen die wichtigsten Probleme schon geklärt werden, damit in der Sprechstunde mehr Zeit für gezieltere Fragen bleibt. Die Reihe der Fragen beginnt mit den Auswirkungen, die ein erhöhter Harnsäurespiegel haben kann, geht über Fragen nach Ernährung und therapeutischen Maßnahmen bis hin zu langfristigen Folgen.

Die Broschüre kann von allen Ärzten (im Bündel zu je 100 Exemplaren) kostenlos fürs Wartezimmer bestellt werden. Bestellungen per E-Mail an: [vertrieb@springer.com](mailto:vertrieb@springer.com) oder per Fax an die Nr. 06102/506240, Stichwort „20 Fragen – Gicht und erhöhte Harnsäurewerte“.

Die Broschüre kann von allen Ärzten (im Bündel zu je 100 Exemplaren) kostenlos fürs Wartezimmer bestellt werden. Bestellungen per E-Mail an: [vertrieb@springer.com](mailto:vertrieb@springer.com) oder per Fax an die Nr. 06102/506240, Stichwort „20 Fragen – Gicht und erhöhte Harnsäurewerte“.

Die Broschüre kann von allen Ärzten (im Bündel zu je 100 Exemplaren) kostenlos fürs Wartezimmer bestellt werden. Bestellungen per E-Mail an: [vertrieb@springer.com](mailto:vertrieb@springer.com) oder per Fax an die Nr. 06102/506240, Stichwort „20 Fragen – Gicht und erhöhte Harnsäurewerte“.

Die Broschüre kann von allen Ärzten (im Bündel zu je 100 Exemplaren) kostenlos fürs Wartezimmer bestellt werden. Bestellungen per E-Mail an: [vertrieb@springer.com](mailto:vertrieb@springer.com) oder per Fax an die Nr. 06102/506240, Stichwort „20 Fragen – Gicht und erhöhte Harnsäurewerte“.



## WORKOUT IN DER SCHWANGERSCHAFT?

### Ja, aber nicht übertreiben!

— Wie weit können werdende Mütter beim Sport ihren Puls hochtreiben, ohne dem Kind im Bauch zu schaden? In einer US-amerikanischen Studie blieb auch bei mütterlichen Herzfrequenzen von über 140 pro Minute meist alles im grünen Bereich. Aber: dem sportlichen Ehrgeiz sind anscheinend Grenzen gesetzt.

In der Studie hatten drei Gruppen mit je 15 Schwangeren einen Belastungstest auf dem Laufband absolviert: Die einen hatten vor der Schwangerschaft mindestens viermal pro Woche trainiert. Die Frauen der zweiten Gruppe waren an mindestens drei Tagen pro Woche aktiv gewesen. Die dritte Gruppe war dem Sport bisher eher fern geblieben. In allen Gruppen überstanden die Kinder im Bauch Mamas Workout überwiegend gut. Dies zeigte sich im biophysikalischen Profil, mit dem u.a. CTG-Werte, fetale Atmung und Muskelbewegungen erfasst wurden. Auch

die Widerstands- und Pulsatilitätsindices in der Nabel- und der Gebärmutterarterie blieben nahezu konstant, ebenso das Verhältnis systolischer zu diastolischer Blutdruck in der Nabelarterie (S/D-Ratio) – ein wichtiger Parameter für das fetale Wohlbefinden.

Auffällig war, dass die Herzen von fünf Kindern aus der sportlichsten Gruppe nach der Belastung zwei bis drei Minuten lang signifikant langsamer schlugen (127 vs. 148 Schläge pro Minute). Die Frage bleibt, inwieweit sich eine solche transiente Ver-



© istockphoto/thinkstock

langsamung der Herzfrequenz auf die Gesundheit des Neugeborenen auswirkt. Eine Subgruppenanalyse dieser Kinder zeigte, dass die S/D-Ratio der Nabelarterie nach dem Training leicht gestiegen war, ebenso wie der Pulsatilitätsindex in der A. uterina. Die Blutversorgung der Gebärmutter hatte sich also kurzzeitig verschlechtert. EO ■

Szymanski LM et al. *Am J Obstet Gynecol* 2012;207:179.e1–6; doi:10.1016/j.ajog.2012.07.021

Kein falscher Ehrgeiz!

## APPENDIZITIS

### Bildgebung verhindert überflüssige Appendektomien

— Patienten mit Appendizitis-Verdacht, denen bildgebende Diagnostik versagt bleibt, werden dreimal so oft unnötigerweise operiert, wie jetzt eine prospektive Studie ergeben hat.

In die Untersuchung gingen Daten von 55 Kliniken des US-Bundesstaates Washington ein, an denen sich zwischen 2006 und 2011 gut 19000 Patienten über 15 Jahren einer Appendektomie unterzogen. Bei 5,4% erwies sich der Eingriff nachträglich als überflüssig: Der Wurmfortsatz war blande. Dabei zeigten sich erhebliche Unterschiede je nachdem, ob die Patienten vor dem Eingriff mit Ultraschall oder computertomografisch untersucht worden waren. Hatte eine bildgebende Diagnostik stattgefunden, erreichte der Anteil unnötiger Appendektomien 4,5%. War hingegen auf diagnostische Bilder verzichtet worden, betrug die Quote 15,4%.

Die Sensitivität des CTs lag bei 93,2% verglichen mit 47,8% für den Ultraschall. Die Autoren empfehlen daher: Zunächst sollten Patienten mit Appendizitis-Verdacht sonografiert werden; bei unklaren Befunden ist anschließend ein CT indiziert. RB ■

Drake, FT et al. *Ann Surg* 2012; 256: 586–594