

DIE ERSTE SEITE



Dr. med. Dirk Einecke
Chefredakteur
dirk.einecke@springer.com

Wirkung vor allem im Darm

ASS kann das Krebsrisiko senken

Die regelmäßige Einnahme von Acetylsalicylsäure (ASS) senkt das Krebsrisiko. Dies ergibt sich aus Daten der Nurses' Health Study und der Health Professionals Follow-up Study mit über 135.000 Probanden. Während der 32-jährigen Nachbeobachtungszeit erkrankten knapp 21% von ihnen an Krebs. Bei regelmäßiger (mindestens

zweimal wöchentlich) ASS-Einnahme fiel die Krebsinzidenz insgesamt um 3% niedriger aus – eine geringe, aber signifikante Reduktion. Gastrointestinale Malignome gingen um 15%, kolorektale Karzinome um 19% zurück.

▪ JAMA Oncol 2016, online 3. März; doi: 10.1001/jamaoncol.2015.6396

So klappt es mit der Abstinenz

Raucherentwöhnung: Am besten radikal

Die tägliche Zigarettenmenge schrittweise zu reduzieren ist weniger erfolgversprechend als der abrupte Entzug. Dies zeigt eine randomisierte Studie aus Großbritannien, in der

beide Strategien bei 679 Männern und Frauen verglichen wurden. Alle Teilnehmer hatten im Mittel 20 Zigaretten täglich geraucht. Von den Rauchern, die von einem auf den anderen Tag aufgehört hatten, waren vier Wochen nach dem Ausstieg 49,0% abstinent, von denjenigen, die ihre tägliche Zigarettenmenge zunächst zwei Wochen lang reduziert hatten, waren es nur 39,2%. Der Vorteil der abrupten Umstellung hatte auch nach sechs Monaten Bestand: 22,0% der Studienteilnehmer waren weiterhin abstinent, in der Vergleichsgruppe waren es 15,5%.

▪ Ann Intern Med. online 15. März 2016; doi: 10.7326/M14-2805



© Janina Dierks / Fotolia

Frühe Vorsorge lohnt sich

Ausdauer und Kraft gegen Diabetes

Wer in der Jugend bei schlechter Kondition ist, hat ein rund dreifach erhöhtes Risiko, später einen Typ-2-Diabetes zu entwickeln. In einer Kohortenstudie mit 1.534.425 schwedischen Wehrpflichtigen wurde das spätere Diabetesrisiko in Abhängigkeit von der aeroben Belastbarkeit und der Muskelkraft mit 18 Jahren untersucht. Bei 2,2% der Männer wurde innerhalb des mittleren

Follow-up von 25,7 Jahren ein Typ-2-Diabetes diagnostiziert. Dabei zeigte sich: Je niedriger die Ausdauer in jungen Jahren, desto größer ist das spätere Diabetesrisiko. Das höchste Risiko hatten Männer mit geringer aerober Belastbarkeit und wenig Muskelkraft. Der Zusammenhang war unabhängig vom Body-Mass-Index.

▪ Ann Intern Med, online 8. März 2016

Neue Rubrik

Der Nachwuchs zieht bei der MMW ein

Wenn es um die versorgungspolitische Großwetterlage geht, darf der Verweis auf den Nachwuchsmangel in der Hausarztmedizin in keiner Diskussion fehlen. Wer dabei selten zu Wort kommt, sind die angehenden und frischgebackenen Hausärzte selbst. Dem wollen wir mit unserer neuen Rubrik „Die junge Allgemeinmedizin“ Abhilfe schaffen. Mit Unterstützung der Nachwuchsorganisation JADE beleuchten wir den Alltag und die Karrieren, die Sorgen und Hoffnungen der nächsten Generation Hausärzte. Seien Sie mit uns ein wenig neugierig! Los geht es in dieser Ausgabe auf Seite 39. Wir freuen uns auf unsere neuen Mitstreiter!



INTERPROFESSIONELLER GESUNDHEITSKONGRESS

Am 8. und 9. April 2016 kommen Ärzte, Pflegefachkräfte und Medizinische Fachangestellte bei zahlreichen interprofessionellen Veranstaltungen und Workshops in Dresden zusammen.

Informationen und Anmeldung:

- www.gesundheitskongresse.de
- info@gesundheitskongresse.de
- Telefon: 030 / 827 87 - 5514



SPRINGERMEDIZIN.DE FÜR HAUSÄRZTE – JETZT AUCH AUF FACEBOOK

Dieser QR-Code führt Sie direkt auf die Seite:
→ www.facebook.com/SpringerMedizin.Hausarzt

