

# DIE ERSTE SEITE



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

## Unterschätzte Langzeitkomplikation?

### Chronisch Nierenkranken droht Herzversagen

Bei Patienten mit chronischer Nierenkrankheit ist das Risiko für eine Herzinsuffizienz ähnlich stark erhöht wie das für eine KHK. Von 14.462 Teilnehmern dreier Kohortenstudien hatten 1.461 eine chronische Nierenkrankheit (eGFR < 60 ml/min/1,73 m<sup>2</sup>). Eine Herzinsuffizienz entwickelte sich mit einer Häufigkeit von 22,0 bzw. 6,2 pro 1.000 Personenjahre bei Teilnehmern mit bzw. ohne Niereninsuffizienz. Die Raten für

eine KHK lagen bei 24,5 bzw. 8,4 pro 1.000 Personenjahre. Die Risikodifferenzen blieben auch nach Adjustierung für andere Risikofaktoren statistisch signifikant. „Um die Prognose nierenkranker Patienten zu verbessern, muss zusätzlich zur KHK-Prävention die Herzinsuffizienz Priorität erhalten“, fordern die Studienautoren.

• *JAMA Cardiol*, online 21. Dezember 2016

## Alkoholfolgen

### Saufen schadet dem Herzen so stark wie Bluthochdruck

Zu viel Alkohol ist bekanntlich schlecht fürs Herz. Dies bestätigt auch eine große US-Untersuchung. Personen, bei denen ein Alkoholmissbrauch diagnostiziert worden war, erkrankten rund doppelt so oft an Vorhofflimmern und Herzinsuffizienz wie Perso-

nen ohne Alkoholprobleme; zum Herzinfarkt kam es bei Alkoholmissbrauch 1,5-fach häufiger. Ein Alkoholproblem erhöht die Inzidenz solcher Erkrankungen demnach stärker als eine Hypertonie. Der Effekt machte sich besonders bei Menschen bemerkbar, die sonst keine oder nur wenige andere Risikofaktoren für Herzkrankheiten aufwiesen.

• *J Am Coll Cardiol* 2017; 69:13–24

## Ältere Patienten

### Erhöhte Sterblichkeit bei kognitivem Defizit

Ältere Patienten mit kognitiver Beeinträchtigung haben ein höheres Sterblichkeitsrisiko als Gleichaltrige ohne solche Defizite. Das zeigt eine deutsche Längsschnittstudie mit 2.089 Patienten im Alter über 75 Jahre. Patienten mit neu diagnostizierten kognitiven Einschränkungen hatten ein um 42% höheres Risiko, während der nächsten acht Jahre zu versterben, als geistig fitte Senioren. Bei Patienten mit schweren kognitiven

Defiziten war das Risiko sogar um 75% erhöht. Geistige Defizite könnten Ausdruck einer Verschlechterung des Allgemeinzustandes sein, spekulieren die Autoren. Denkbar sei aber auch, dass die Sterblichkeit ansteigt, weil Patienten aufgrund ihrer Beeinträchtigung mehr Unfälle erleiden oder weniger zuverlässig an einer medizinischen Therapie mitwirken.

• *J Am Geriatr Soc.* 2016 Dec 19. doi: 10.1111/jgs.14666.

## Moderates Training genügt

### Joggen macht Spermien mobil

Körperliches Training beflügelt die männliche Reproduktionsfähigkeit. Sportliche Höchstleistungen sind dabei nicht nötig, wie Reproduktionsexperten von der Universität Gießen in einer randomisierten, kontrollierten Studie zeigen konnten. 280 gesunde Männer zwischen 25 und 40 Jahren wurden auf eines von drei Trainingsmodulen (kontinuierliches Training moderater Intensität, MICT; kontinuierliches Training hoher Intensität, HICT; Intervalltraining hoher Intensität, HIIT) und eine Nichtsportgruppe verteilt. Nach 24 Wochen regelmäßigen Trainings hatten sich die Indikatoren für oxidativen Stress und Entzündung im Sperma in allen drei Sportgruppen gegenüber den Ausgangswerten signifikant verringert, was sich zugleich positiv auf Samenqualität und Intaktheit der DNA auswirkte. Als günstigste Trainingsform erwies sich die MICT. Hinsichtlich Beweglichkeit, Morphologie und Anzahl waren die Spermien der Probanden, die moderat trainiert hatten, denen der anderen Gruppen nach 12 und 24 Wochen überlegen.

• *Reproduction* 2017;153:157–174

So bleiben auch die Spermien fit.



© 4x6 / Getty Images / iStock