

DIE ERSTE SEITE

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



Prävention

Schon leichtes Abspecken verhindert Diabetes

40% der Diabetesfälle ließen sich durch eine Gewichtsreduktion um 5% oder eine Senkung des BMI um 1,5 Punkte im mittleren Lebensalter verhindern. Dies ist das Ergebnis einer schwedischen Kohortenstudie mit 33.184 Probanden. Bei den meisten Menschen im Alter über 40 Jahren würde ein Gewichtsverlust von 3–6 kg also bereits ausreichen.



Eine Gewichtsreduktion um 5% ist das, was nach unzähligen Interventions- und Diätstudien als halbwegs realistisch gilt. Die schwedischen Forscher sehen in Maßnahmen, die zu einer moderaten Gewichtsreduktion oder einer Gewichtsstabilisierung führen, ein großes Potenzial für die Diabetesprävention.

▪ *BMC Public Health. 2017;17:170*

Screening beim Hausarzt

Jeder 14. Patient hat Darmkrebs in der Familie

„Haben Sie einen erstgradigen Verwandten, bei dem Darmkrebs diagnostiziert wurde?“ Diese Frage müssen Hausärzte nur 14 Patienten stellen, um einen mit erhöhtem Erkrankungsrisiko zu identifizieren. Das ergab eine Studie in 21 hessischen Allgemeinarztpraxen, für die bei 6.723 Patienten die Familienanamnese erhoben wurde.

7,2% von ihnen bejahten die Darmkrebs-Frage in einem Fragebogen.

Die Autoren plädieren dafür, Hausärzte in die erste Phase eines Darmkrebs-screensings einzubeziehen, da sie Risikopatienten frühzeitig ausfindig machen und daraufhin effektiv lotsen können.

▪ *Family Practice. 2017;34:30–35*

Herzpatienten

NSAR + Erkältung = dreifaches Infarktisiko

Dass eine Erkältung das Herzinfarktisiko von Patienten mit Herzerkrankungen verdoppelt, ist bereits bekannt. Nun zeigt eine Analyse aus Taiwan, dass die Einnahme nicht-steroidaler Antirheumatika (NSAR) das Risiko weiter steigert.

Ausgewertet wurden Rezeptdaten und Diagnosen aus Versicherungsdaten von fast 10.000 Patienten im durchschnittlichen Alter von 72 Jahren, die zwischen 2007 und 2011 erstmals einen Herzinfarkt erlitten hatten. Es zeigte sich, dass 1.237 von ihnen in der Woche zuvor einen Atemwegsinfekt gehabt hatten, in der Kontrollwoche ein Jahr zuvor aber nur 510. Zudem nahmen 470 Erkältete ein NSAR ein, in der Kontrollwoche nur 176.

Eine Auswertung aller Daten ergab eine Verdopplung des Herzinfarkttrisikos durch eine Erkältung und eine davon unabhängige Steigerung um 50% durch NSAR-Therapie. Außerdem zeigte sich, dass sich die beiden Effekte glatt addieren lassen. Eine Kausalität ist damit allerdings noch nicht bewiesen.

▪ *J Infect Dis 2017, online 1. Februar; doi: 10.1093/infdis/jjw603*

Frühe Exposition

Allergie auf Eier lässt sich bei Kindern wirkungsvoll verhindern

Bei Babys mit Ekzemen ist das Risiko für Lebensmittelallergien, v. a. für die Hühnereiallergie, sehr hoch. Eine Studie aus Tokio sollte nun die Effekte einer frühen Exposition gegenüber Eiweiß untersuchen. Dafür erhielten Babys mit atopischer Dermatitis vom 6. bis zum 9. Lebensmonat sehr geringe Dosen von 50 mg/d Eiweiß. Vom 10. bis zum 12. Monat gab es dann 250 mg/d.

Danach zeigten 4 der 47 der Kinder, die Eiweiß erhalten hatten, im oralen Provokationstest eine Hühnereiallergie (9%). In der Kontrollgruppe waren es 18 von 47 Kindern (38%). Sie hatten ein Placebo erhalten. Die Eithherapie reduzierte das Risiko somit um



78%. Bei Kindern, deren IgE-Werte gegen Eiweiß schon zu Studienbeginn erhöht waren, wirkte die Therapie tendenziell noch besser.

In der Therapiegruppe mussten sechs Kinder wegen Niesattacken, Harnwegsinfektion oder Kawasaki-Syndrom zeitweise hospitalisiert werden.

▪ *Lancet 2016, online 8. Dezember; doi: 10.1016/S0140-6736(16)31418-0*