

## Langzeitstudie

# Viel Sex nach dem Herzinfarkt verspricht ein hohes Alter

**Ein aktives Sexualleben nach einem Infarkt scheint auf eine gute Prognose hinzudeuten.**

— Ob Sex bei älteren Menschen Herzinfarkte auslöst oder eher davor schützt, wird immer wieder diskutiert. Zwar haben in der Vergangenheit Studien Sex als Trigger für Infarkte ausgemacht, andere Untersuchungen fanden hingegen eher positive Langzeiteffekte.

Recht konsistent geht eine ausgeprägte sexuelle Aktivität jedoch mit einem langen Leben einher. Ob dies auch für Herzinfarktpatienten gilt, haben israelische Ärzte untersucht. 1.120 Patienten nahmen nach einem ersten Herzinfarkt an Befragungen zu ihrer sexuellen Aktivität teil. Die Erhebung erfolgte kurz

nach dem Infarkt sowie 5 und 10–13 Jahre später.

Im Laufe von 22 Jahren starb knapp die Hälfte der Teilnehmer. Im Vergleich zu Personen, die anfangs sexuelle Abstinenz angaben, hatten solche mit mehr als einem Koitus pro Woche vor dem Infarkt eine um 70% geringere Sterberate. Der Vorteil schmolz auf 27% zusammen, wenn Alter, Geschlecht, Lebensstil, Bildung und Begleiterkrankungen berücksichtigt wurden. Insgesamt zeigte sich aber ein deutlicher Dosisseffekt: Je mehr Sex, umso länger das Leben.

Bezogen die Forscher auch die späteren Befragungen mit ein, so starben Postinfarktpatienten mit einer durchgehend hohen sexuellen Aktivität im Studienzeitraum zu 32% seltener. Aller-

dings verblasste der Dosisseffekt: Überhaupt noch gelegentlich Sex zu haben ging mit einer rund 30% reduzierten Mortalität einher, egal ob sich jemand dreimal pro Woche oder einmal im Monat diesem Vergnügen hingab.

Die Studie bestätigt nun auch für Herzinfarktpatienten, dass häufiger Sex mit einem langen Leben korreliert, was den Umkehrschluss zulässt, dass Sex ihnen wohl nicht schadet.

■ **mut**

▪ Kepler SB et al. Frequency of sexual activity and long-term survival after acute myocardial infarction. *The American Journal of Medicine* 2019; <https://doi.org/10.1016/j.amjmed.2019.06.019>



© Photographee.eu / stock.adobe.com (Symbolbild mit Fotomodellen)

## Versichertenbefragung: Lange Wartezeiten beim Facharzt

Etwa jeder zweite Krankenversicherte in Deutschland muss bis zu drei Wochen oder länger auf einen Termin beim Facharzt warten. Beim Hausarzt seien die Wartezeiten deutlich kürzer: Nur etwa jeder Zehnte muss drei Wochen oder länger auf einen Termin warten. Das geht aus der aktuellen Versichertenbefragung im Auftrag der Kassenärztlichen Bundesvereinigung (KBV) hervor, für die über 6.100 Versicherte befragt worden waren. KBV-Vorstandschef Dr. Andreas Gassen hält es für wichtig, stärker nach der Dringlichkeit von Arztterminen zu unterscheiden: Auf eine routinemäßige Vorsorgeuntersuchung müsse man im Zweifel länger warten als wenn man eine Grippe habe. Ein weiteres Ergebnis der Befragung: 42% der Befragten wenden sich an die Notaufnahme im Krankenhaus, wenn sie nachts oder am Wochenende ärztliche Hilfe benötigen. 26% der Versicherten nehmen den kassenärztlichen Bereitschaftsdienst in Anspruch. ■ **hom**

▪ [www.aerztezeitung.de](http://www.aerztezeitung.de)

## Schichtarbeit „wahrscheinlich krebserregend“

Ein Gremium der Internationalen Agentur für Krebsforschung (IARC) hat Nachtschichtarbeit als „wahrscheinlich krebserregend“ eingestuft und bestätigte damit eine Beurteilung aus dem Jahr 2007. Schichtarbeit, bei der der Tag-Nacht-Rhythmus gestört wird, fällt in die Gruppe 2A, zu der auch Glyphosat oder rotes Fleisch gehören. Ihre Schlussfolgerung ziehen die Forscher auf Basis einer beschränkten Datenlage in Studien am Menschen, einer guten in Tierexperimenten und einer starken biologischen Plausibilität, wie sie in ihrer Begründung schreiben. Es gebe eine relativ deutliche Assoziation zwischen Nachtarbeit und malignen Tumoren der Brust, der Prostata und des Darms.

Für die Neubewertung trafen sich 27 Wissenschaftler aus 16 Ländern im Juni für acht Tage in Lyon, Frankreich. ■ **eb**

▪ *Lancet Oncol* 2019;20(8):1058–1059  
[https://www.thelancet.com/journals/lanonc/article/PIIS1470-2045\(19\)30455-3/fulltext](https://www.thelancet.com/journals/lanonc/article/PIIS1470-2045(19)30455-3/fulltext)