

## DIE ERSTE SEITE



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

© Bertram Solcher

### Beschäftigte im Gesundheitswesen besonders betroffen

## Quarantäne belastet die Psyche

Eine Quarantäne unterbricht zwar Infektionsketten, schürt aber auch Angst und kann die Betroffenen psychisch belasten. Britische Forscher haben 24 Studien analysiert, die die Auswirkungen von Quarantänen wegen früherer Epidemien untersucht hatten. Meist wurde über negative Effekte der Isolation wie posttraumatisches

Stresssyndrom, Verwirrung und Ärger berichtet. Überstieg die Isolation zehn Tage, so traten signifikant mehr Stresssymptome auf. Psychisch Kranke, aber auch Beschäftigte im Gesundheitswesen waren in ihrem Wohlbefinden besonders stark und anhaltend beeinträchtigt.

*Lancet 2020; [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30460-8](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30460-8)*

### BMI rauf, FVC und FEV<sub>1</sub> runter

## Gewichtszunahme drückt den Lungen die Luft ab

Gewichtskontrolle könnte helfen, die Lungen fit zu halten. Denn eine Zunahme des Körpergewichts beschleunigt das altersbedingte Abfallen der pulmonalen Funktion. Knapp 3.700 Probanden im Alter von 20–44 Jahren wurden bis zu einem Alter zwischen 39 und 67 nachuntersucht. Bei allen Teilnehmern nahm die Lungenfunktion im Lauf der Zeit ab. Allerdings hatte der

Verlauf des Körpergewichts dabei einen Einfluss: Eine Gewichtszunahme verstärkte die Reduktion der Lungenfunktion. Die Verminderung der forcierten Vitalkapazität (FVC) und der Einsekundenkapazität (FEV<sub>1</sub>) war desto ausgeprägter, je mehr Pfunde dazukamen. Eine Gewichtsabnahme hingegen milderte den Effekt ab.

*Thorax 2020; <https://doi.org/10.1136/thoraxjnl-2019-213880>*

### Gefährliches Imponiergehabe

## Machos haben erhöhtes Suizidrisiko

Imponiergehabe, Aggressivität, hohe Risikobereitschaft – bei einem solchen Männlichkeitsbild ist das Suizidrisiko mehr als verdoppelt. Knapp 21.000 US-Jugendliche waren 20 Jahre lang regelmäßig u. a. zu ihrem Rollenbild und Verhalten befragt worden. In dieser Zeit ereigneten sich 22 Suizide. Bei Jungen und Männern, die sich besonders maskulin gaben, sich gern prügelten, ihre Kräfte trainierten und möglichst keine Gefühle zeigten, war die Suizidrate 2,4-fach höher als bei den übrigen Probanden. Ursache sind nach Ansicht der Autoren rigide Verhaltensmuster in Stresssituationen. Dabei gaben Teilnehmer mit einem traditionellen Männlichkeitsideal in den Befragungen deutlich seltener Suizidgedanken an. Das überrascht insofern wenig, als das Verschweigen von Emotionen zur Definition des Rollenbilds gehört.

▪ *JAMA Psychiatry 2020, online 12. Februar; <https://doi.org/10.1001/jamapsychiatry.2019.4702>*

## Nächste Woche: CME-Sonderheft im neuen Look

Nächste Woche erscheint das erste CME-Sonderheft in diesem Jahr, mit dem Sie wie gewohnt Ihr CME-Punkte-Konto auffüllen können. Der Blick aufs Cover zeigt eine Veränderung, die sich durch das ganze Heft zieht: Wir haben die MMW grafisch entstaubt und ihr ein modernes, übersichtlicheres Layout verpasst. Wichtige Informationen springen Ihnen künftig noch besser ins Auge, die Orientierung im Heft wird einfacher.

Das neue Design unterstützt Ihre MMW da, wo sie schon immer stark war: Wir setzen weiterhin konsequent auf praxisnahe Fortbildung und wissenschaftliche Seriosität. In jährlich mehr als 200 Beiträgen von Fachautoren aus Forschung und Versorgung bringen wir die hausärztliche Fortbildung für Sie auf den Punkt.

