

Nächtliches Essen treibt Lipidspiegel hoch

Biorhythmus -- Nicht nur was, sondern auch wann gegessen wird, wirkt sich auf den Lipidstoffwechsel aus. Insbesondere die Konzentration der Triglyzeride (TG) steigt bei nächtlicher Nahrungsaufnahme, wie Forscher aus Boston an 21 Probanden zeigen konnten.



Die Teilnehmer aßen zunächst an zwei Tagen eine Diät, aufgeteilt in Frühstück, Mittag- und Abendessen und einen Snack. In den darauffolgenden 40 Stunden entfiel der Tag-Nacht-Rhythmus und die vorgegebene Tagesration wurde stündlich in kleinen Portionen gegessen. Die 24-Stunden-Triglyzeridspiegel lagen bei physiologischem Tag-Nacht-Rhythmus um 9,7% niedriger als in den rhythmusfreien Stunden. Die in der Nacht gemessenen TG-Konzentrationen lagen bei stündlicher Nahrungsaufnahme rund 42% höher als in den nächtlichen Fastenphasen. Nach Ansicht der Autoren könnte dieser Mechanismus zum erhöhten Dyslipidämie- und Herz-Kreislauf-Risiko von Schichtarbeitern beitragen.

Quelle: The Journal of Clinical Endocrinology & Metabolism 2020; <https://doi.org/10.1210/clinem/dgaa739>

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



IQWiG bestätigt Nutzen für Lungenkrebscreening

Starke (Ex-)Raucher -- Das Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG) hat den Nutzen des Lungenkrebscreenings mithilfe einer Low-Dose-CT untersucht und positiv bewertet.

Acht Studien mit mehr als 90.000 Probanden waren in die Analyse einbezogen worden. Im Ergebnis stellte das IQWiG fest, dass es durch das (meist jährliche) Screening 6 von 1.000 starken (Ex-)Raucherinnen und Rauchern erspart bleibt, an Lungenkrebs zu sterben. Die Risiken etwa durch falsch positive Befunde (1–15/1.000 Personen) und Überdiagnosen (0–22/1.000) hielt das IQWiG demgegenüber für vertretbar.

Hohe Omega-3-Fettsäurespiegel verbessern Prognose nach Infarkt

Weniger Komplikationen -- Hohe Spiegel an Omega-3-Fettsäuren (FS) gehen nach einem ST-Hebungs-Infarkt (STEMI) mit einem niedrigeren Risiko für künftige kardiovaskuläre Komplikationen einher, wie spanische Untersucher feststellten. Sie setzten die Omega-3-FS-Spiegel von 944 Infarktpatienten zum Zeitpunkt des Akutereignisses in Beziehung zu kardiovaskulären Ereignissen und Todesfällen in den folgenden drei Jahren. Eine inverse Korrelation mit dem Risiko für solche Ereignisse wurde sowohl für überwiegend via Fischkonsum aufgenommene Eicosapentaensäure (EPA) als auch für Alpha-Linolensäure (ALA), eine Omega-3-FS pflanzlichen Ursprungs, gezeigt.

Quelle: J Am Coll Cardiol 2020; 76: 2089–97.

Nächste Woche: Ein Dutzend CME-Punkte für Sie!

In der nächsten Ausgabe finden Sie wieder sechs CME-Beiträge. Sie erfahren alles darüber, wie Sie das LDL Ihrer Patienten unter 55 mg/dl senken können, was Sie für Psoriasis-Gepalgte tun sollten, wie Sie chronisch-entzündliche Erkrankungen in den Griff bekommen, was Sie bei zufällig entdeckten erhöhten Leberwerten veranlassen sollten, für wen und wann eine Vitamin-D-Substitution sinnvoll ist und für wann eine latente Hypothyreose ein Problem darstellt.



Ein Kandidat fürs CT-Screening?

Zu klären bleibt, welche Personen Zugang zum Low-Dose-CT-Screening auf Lungenkrebs erhalten sollen. Die aktuelle S3-Leitlinie zu Prävention, Diagnostik, Therapie

und Nachsorge des Lungenkarzinoms empfiehlt das Screening beispielsweise für asymptomatische Personen ohne zusätzliche Risikofaktoren zwischen 55 und 74 Jahren, die einen Tabakkonsum von mehr als 30 Packungsjahren aufweisen und weniger als 15 Jahre rauchabstinent sind.

Quelle: <https://www.iqwig.de/de/projekte-ergebnisse/projekte/nicht-medikamentose-verfahren/s-projekte/s19-02-lungenkrebscreening-mittels-niedrigdosis-computertomografie.12379.html>