

Rotwein & Co.: Flavonoide stärken die Geisteskraft

Kognitiver Abbau wird verzögert

Gegen den gefürchteten Abbau der Geisteskraft im Alter scheint es ein Zaubermitel zu geben: Flavonoide. Sie sind vor allem in Orangen und Grapefruits sowie den daraus gepressten Säften enthalten, stecken aber auch in Paprika, Sellerie, Beeren und – zur Freude von Liebhabern guter Tropfen – im Rotwein. Hinweise auf die positiven Effekte der Flavonoid-Lieferanten ergeben sich aus zwei Mega-Studien der Harvard-Universität, Boston, mit knapp 80.000 Teilnehmern und über 20-jähriger Nachbeobachtungszeit. Aus in regelmäßigen Abständen erhobenen Ernährungsfragen



rekonstruierten die Forscher die individuelle Flavonoidaufnahme und analysierten die Auswirkungen auf die kognitiven Fähigkeiten. Die Wahrscheinlichkeit für einen kognitiven Abbau reduzierte sich je nach Flavonoidmenge um bis zu 38%.

Quelle: Yeh TS et al. *Neurology* 2021; doi: 10.1212/WNL.00000000000012454

Karl-Heinz Patzer
Stellv. Chefredakteur
karl-heinz.patzer@springer.com



Liebe Leser*innen,

hätte ich auf die Preisträger des Medizin-Nobelpreises gewettet (was gottlob nicht möglich ist) – ich hätte verloren.

Für mich stand fest: In diesem Jahr werden Özlem Türeci und Uğur Şahin ausgezeichnet, die den mRNA-Impfstoff gegen COVID-19 entwickelt haben. Es gab, wenn man das Testament des Dynamit-Erfinders Alfred Nobel ernst nimmt, gar keine andere Wahl: Die Preise sollen stets an diejenigen Forscher gehen, „die im vergangenen Jahr der Menschheit den größten Nutzen erbracht haben“. Waren dies nicht die BionTech-Gründer? War es nicht ihre Vakzin-Wunderwaffe gegen die Corona-Pandemie, die einer der größten Herausforderungen der Menschheit in vielen Ländern Einhalt gebieten konnte? Sei es, wie es sei: Der Nobelpreis ging an David Julius und Ardem Patapoutian für die Entdeckung jener Rezeptoren, die uns Hitze, Kälte und Druck spüren lassen – Grundlage neuer Therapien gegen chronische Schmerzen.

Trotzdem bin ich überzeugt: Ein Nobelpreis für die mRNA-Technologie wäre besser gewesen. Es hätte auch Impfgegner überzeugen können. Was meinen Sie? Bitte schreiben Sie mir!

Eklatante Hörschäden Effektive Telemedizin

Gefahr im Verzug -- Eingeschränkte Beweglichkeit, Gebrechlichkeitssymptome und körperliche Behinderungen im Alltag: Das Risiko für diese Beeinträchtigungen ist für hörgeschädigte Senioren annähernd verdoppelt. Das zeigt die spanische Kohortenstudie Seniors-ENRICA-2 mit 1.644 Teilnehmern ab 65 Jahren.

Quelle: Yévenes-Briones H et al. *JAMA Otolaryngol Head Neck Surg.* 2021; doi: 10.1001/jamaoto.2021.2399.

Antidepressivum -- Der Video-Workshop mit Psychotherapeuten für Mütter mit Postpartum-Depressionen dauerte nur einen Tag – doch er linderte den „Baby Blues“ der 403 teilnehmenden Frauen innerhalb von 12 Wochen signifikant. Die kanadische Studie zeigt: Auch eine kurze Online-Verhaltenstherapie kann wirken.

Quelle: Van Lieshout RJ et al. *JAMA Psychiatry* 2021; doi: 10.1001/jamapsychiatry.2021.2488

Wichtiger Durchbruch im Kampf gegen Malaria

Endlich eine Impfpflicht -- Diese Entscheidung gilt als historisch: Die Weltgesundheitsorganisation (WHO) hat erstmals die breite Anwendung eines Impfstoffs gegen Malaria empfohlen. Das Vakzin RTS,S (Handelsname Mosquirix) des Pharmaunternehmens GlaxoSmithKline (GSK) wurde als sicher eingestuft

und soll ab sofort an Kinder in der Süd-Sahara und in anderen Malaria-Regionen verabreicht werden. Zusammen mit bisherigen Präventionsmaßnahmen können nun laut WHO jährlich zehntausende junge Leben gerettet werden. Die Empfehlung beruht auf Impfstudien mit rund 800.000 Kindern in Ghana, Ke-

nia und Malawi. Unter den Geimpften sind Malariafälle um immerhin 40%, tödliche Krankheitsverläufe um 30% zurückgegangen – ein erster Lichtblick für die jährlich 200 Millionen Malaria-Infizierten. 94% der Malaria-Todesfälle verzeichnen afrikanische Länder.

Quelle: WHO; <https://go.sn.pub/28mfTb>