

# Starke Frauen leben länger

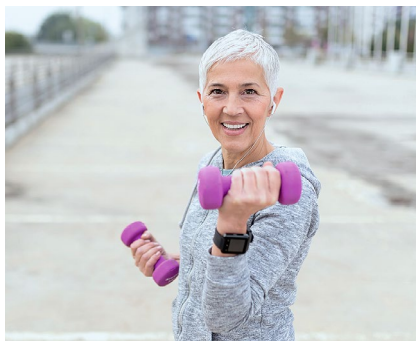
Dr. med.  
Dirk Einecke  
Chefredakteur  
dirk.einecke@  
springer.com



## Muskelkraft und Mobilität senken Mortalität

Für besondere Langlebigkeit von Frauen in ihren Siebzigern scheint es relevant zu sein, Muskelkraft und körperliche Fitness zu stärken. Eine Gewichtsreduktion hingegen könnte sogar kontraproduktiv sein.

Dafür spricht eine Studie des Albert Einstein College of Medicine, New York, in der anhand der Daten von mehr als 5.000 Teilnehmerinnen (medianes Alter: 79 Jahre) die Zusammenhänge von physischer Funktion und Entwicklung des Körpergewichts mit der Sterblichkeit untersucht wurden. Seniorinnen mit großer Handgriffstärke und hoher Mobilität schnitten deutlich besser ab als schwächere und weniger bewegliche. Eine Ge-



wichtszunahme im Untersuchungszeitraum wirkte sich auf die Sterblichkeit nicht negativ aus, eine Gewichtsabnahme > 5% hingegen schon.

Quelle: Uderland LJ et al. Am Geriatr Soc 2022; doi: 10.1111/jgs.17626

## Neu: Live-Webinare der MMW

Ihre MMW gibt es künftig auch als Live-Webinar. Zunächst 6-mal im Jahr, immer an einem Mittwoch spätnachmittags, bieten wir Hausärzten und Internisten kompakte und praxisrelevante Fortbildung in maximal 90 Minuten. Die Vorteile für Sie:

- kurze Vorträge, kompetente Referenten;
- sie können Ihre Fragen direkt an die Experten stellen;
- es werden nur Themen behandelt, die für Hausärzte relevant sind;
- die Fortbildung ist CME-zertifiziert.

Den Auftakt macht ein Webinar zum Lipidmanagement in der Hausarztpraxis. Themen: Warum leitliniengerechte LDL-Senkung, reichen nicht Statine für alle? Welche Risiko-Scores sind sinnvoll, was bringt die Anwendung? Was tun bei familiärer Hypercholesterinämie? Wann sind die neuen Lipidsenker sinnvoll? Welcher Patient sollte in eine Lipidambulanz? Dazu viele Fallbeispiele.

Los geht es am **Mittwoch, dem 16.2.2022 um 17.30 Uhr**, bequem daheim von Ihrem PC aus unter [www.SpringerMedizin.de/MMW-Webinare](http://www.SpringerMedizin.de/MMW-Webinare).

## MS-Ursache erkannt

**Meilensteinstudie** -- Das weit verbreitete Epstein-Barr-Virus steht schon lange im Verdacht, ein Auslöser der multiplen Sklerose (MS) zu sein. Eine US-Studie hat diese Vermutung nun bestätigt. Soldaten, die sich während ihrer Dienstzeit mit dem Herpesvirus infizierten, hatten ein um den Faktor 32 erhöhtes Risiko für die nicht heilbare Autoimmunerkrankung.

Quelle: Bjornevik K et al. Science 2022; doi: 10.1126/science.abcj8222

## Genesene impfen?

**SARS-CoV-2-Impfung** -- Wie sicher ist eine COVID-19-Impfung für Genesene? Dieser Frage sind Forscher der Universität Hongkong im Hinblick auf ernsthafte Nebenwirkungen nachgegangen. Ergebnis: Der Vergleich von Vakzinempfängern mit und ohne vorherige SARS-CoV-2-Infektion hat keine erhöhten Risiken der Covid-Impfung ergeben.

Quelle: Lai FTT et al. J Intern Med 2022; doi: 10.1111/joim.13453

## Mehr Tote durch Antibiotikaresistenz als durch HIV und Malaria

**Globale Studie** -- Es muss nicht unbedingt ein Virus wie SARS-CoV-2 sein, welches weltweit Millionen Menschen das Leben kostet. Antibiotikaresistente Bakterien sind ebenso gefährlich, wie eine internationale Studie mit Daten aus der Fachliteratur, aus Kliniken, medizinischen Kontrollsystemen und anderen Quellen zeigt.

Im Zusammenhang mit einer antibiotikaresistenten bakteriellen Infektion waren demzufolge allein im Jahr 2019 fast fünf Millionen Tote zu beklagen. Bei 1,27 Millionen Menschen war der Tod direkt auf die Infektion zurückzuführen. Zum Vergleich: 680.000 Menschen starben 2020 an HIV/Aids, knapp 630.000 an Malaria,

etwa 5,5 Millionen infolge von Corona in zwei Pandemie-Jahren und damit in einem doppelt so langen Zeitraum. Der unangemessene Einsatz von Antibiotika müsse dringend reduziert werden, fordern die Autoren nachdrücklich.

Quelle: Antimicrobial Resistance Collaborators. Lancet 2022; doi: 10.1016/S0140-6736(21)02724-0