

Im Lockdown wurden Kalorien geschaufelt

Deutsche Ernährungsstudie – Autor: A. Wirth

Die Veränderungen der Essgewohnheiten während des ersten Corona-Lockdowns in Deutschland Anfang 2020 wurden nur in einer einzigen Studie untersucht. Ergebnis: Etwa ein Drittel aller Teilnehmer aßen in der Zeit mehr.

An fünf bayerischen Universitäten wurden 1.964 Personen mit einem mittleren Alter von 23 Jahren und einem mittleren BMI von 22,1 kg/m² eingeschlossen und von Mitte bis Ende April 2020 befragt. In einem Fragebogen sollten sie ihre Ernährungsgewohnheiten während des Lockdowns mit der Zeit davor vergleichen. Auch körperliche Aktivität, Rauchen und Alkoholkonsum wurden abgefragt. 51% der Teilnehmer änderten die Nahrungsmittelaufnahme nicht, 31% aßen mehr und 17% weniger als vor dem Lockdown. V. a. Männer und Personen mit einem BMI > 25 kg/m² konsumierten während der Ausgangsbeschränkungen mehr. Auch Rauchen, Alkoholkonsum, Stress und vermehrte Bewegung steigerten die Energieaufnahme.

Wer mehr Kalorien zu sich nahm, aß v. a. mehr Süßigkeiten (+64%) und mehr Brot (+47%), aber auch

mehr Fleisch (+25%), mehr Milchprodukte (+28%) – nicht aber mehr Obst und Gemüse.

Auch die Beschaffung von Nahrungsmitteln verschob sich. Bei dieser Frage konnte man mehrere Antworten geben. Vor dem Lockdown kochten 94,8% der Teilnehmer zu Hause, im Lockdown dann 98,5%. Nur noch 2% besuchten Restaurants, verglichen mit 46% vor dem Lockdown. In die Kantine gingen ebenfalls nur noch 2%, verglichen mit 49% zuvor. Dies lag natürlich daran, dass diese Lokale geschlossen waren.

MMW-Kommentar

Die beobachteten Anpassungen überraschen nicht. Die Studie mag nicht repräsentativ sein, aber umfassendere Daten liegen für Deutschland nicht vor. Die physischen, psychischen und sozialen Auswirkungen bleiben unklar. In Studien aus dem Ausland mit längerer Beobachtungsdauer wurde ebenfalls eine erhöhte Energieaufnahme beobachtet, darüber hinaus auch eine Zunahme des Körpergewichts. Der Lockdown ging zudem mit einer erhöhten Ängstlichkeit der Studienteilnehmer einher. ■

Quelle: Huber BC, Steffen J, Schlichtiger J, Brunner S. Altered nutrition behavior during COVID-19 pandemic lockdown in young adults. *Eur J Nutr.* 2021;60:2595–602

Alptraum in der Harnblase

Ein 70-jähriger Mann, der schon seit einiger Zeit mit Harnwegsinfektionen und einer benignen Prostatahyperplasie zu kämpfen hatte, begab sich in eine urologische Klinik, weil sich seine Symptome seit drei Monaten verschlimmerten

und er nun auch Blut im Urin bemerkt hatte. Die Urinanalyse ergab zudem eine Pyurie und eine Infektion mit Extended-Spectrum-Betalaktamasen (ESBL) produzierenden *Escherichia coli*. Eine Therapie mit Ertapenem wurde eingeleitet.

Eine fiese Überraschung zeigte sich dann im Ultraschall und anschließend im Röntgenbild: Ein Harnblasendivertikel nebst einem großen Blasenstein, der an einen Weihnachtsbaumstern erinnerte. Man entschied sich für einen transurethralen Eingriff, bei dem sowohl die gutartige Wucherung in der Prostata als auch der beeindruckende, bis zu 5 cm messende Stein entfernt wurden. Die im Englischen als „Jackstone calculi“ bezeichneten gezackten Kalziumoxalate entstehen typischerweise in stagnierendem Urin, etwa bei Restharnverhalt. Einen Monat nach dem Eingriff war der Mann beschwerdefrei. ■

C. Heyer



Vielzackiger Harnblasenstein im Röntgenbild und nach der Extrahierung.

Quelle: Zhao J, Gu X. Jackstone calculus in the bladder. *N Engl J Med.* 2022;387:1123