

Akne und Ernährung

Schokolade und Kaffee wohl ohne Einfluss

— In der Öffentlichkeit gibt es ein großes Interesse am Einfluss von Ernährung auf das Hautbild. Das betonte die Ernährungsmedizinerin Anne Gürtler, München, bei einem virtuellen Workshop der Fortbildungswoche

© vitals / stock.adobe.com



Schlechte Haut von Schokolade? Das scheint ein Mythos zu sein.

für praktische Dermatologie und Venerologie 2020. Diesem Interesse, das sich auch in den Anfragen der Aknesprechstunde an der Universität München widerspiegelt, stehe hingegen nur ein geringes Angebot an doppelblinden, randomisiert-kontrollierten Studien gegenüber. Entsprechend würden viele Erkenntnisse zu diversen Aknetriggern kontrovers diskutiert.

Als gesichert gilt, dass eine westliche Ernährung mit einem hohen Anteil an hyperglykämischen Kohlenhydraten eine Akne verschlimmert. Die hohe glykämische Last führt über Insulin beziehungsweise das Hormon Insulinlike-Growth-Factor-1 (IGF1) zu einer direkten Aktivierung des Proteinkomplexes mTORC1 und einer Abschwächung der durch das Protein FoxO1 vermittelten

mTORC-Hemmung. Umgekehrt lasse sich durch eine Reduktion der glykämischen Last eine Besserung der Akne erreichen, erklärte Gürtler. Auch ein erhöhter Milchkonsum ist mit einem erhöhten Aknerisiko assoziiert.

Kaffee und Schokolade scheinen hingegen keinen Einfluss auf das Hautbild zu haben. Gürtler bezeichnete entsprechende geäußerte Zusammenhänge als Mythos. „Wir Dermatologen sollten die Akne ähnlich wie die Psoriasis als Systemerkrankung auffassen und ihren metabolischen Marsch in Richtung ernsthafter mTORC-vermittelter Zivilisationserkrankungen wie Adipositas oder Diabetes durch frühzeitige diätetische Interventionen verhindern“, empfahl Gürtler. Eine mögliche Akne-Diät bestehe der Ernährungsmedizinerin zufolge zum Beispiel aus niedrig glykämischen Nahrungsmitteln, Wasser, Tee, schwarzem Kaffee, Gemüse, Obst, gesunden Fetten sowie in Maßen gereiftem Käse. *Sebastian Lux*

DSO-Jahrestagung

Organspende: Noch zu häufig entscheiden Angehörige

— Kein Abwärtstrend trotz SARS-CoV-2: Bereits im Sommer 2020 hatte die Deutsche Stiftung Organtransplantation (DSO) vermeldet, dass die Zahl der Organspender trotz der Corona-Pandemie gestiegen ist. Bis Ende Juni registrierte die Stiftung 487

postmortale Spender, Stand Ende Oktober sind es 793. Das ist eine leichte Steigerung von 2,3 % im Vergleich zum Vorjahreszeitraum, hieß es Anfang November auf dem DSO-Jahreskongress.

Der Blick in die europäischen Nachbarländer zeigt aber, dass dieses kleine Plus mehr wiegt als in den Jahren zuvor. In Spanien etwa seien im Frühjahr die Organspendezahlen auf fast ein Viertel der früheren Aktivität zurückgegangen. Spanien gilt als besonders schwer betroffen von der Pandemie. Die DSO schreibt das Plus vor allem dem Engagement in den Kliniken zu, trotz des Fokus auf Corona an die Organspende zu denken. So hätten die organspendebezogenen Kontakte zur DSO als Koordinierungsstelle ebenfalls zugenommen, um 4,1 % auf 2.626 Kontakte.

Dennoch müsse mehr und vor allem früher über das Thema Organspende gesprochen werden, mahnten Mediziner auf der Tagung. „Wir müssen wissen, was der Patient möchte“, so Prof. Klaus Hahnenkamp von der Deutschen Interdisziplinären Vereinigung für Intensiv- und Notfallmedizin. *Rebecca Höhl*



© Andreas Franke / picture alliance

Die Bereitschaft zur Organspende muss auch schriftlich festgehalten werden.

COVID-19

Lang bestehende Hautmanifestationen

— Hautmanifestationen, die im Zusammenhang mit COVID-19 auftreten, können auch lange nach Genesung von der Coronaerkrankung bestehen bleiben, so Dermatologen auf dem 29. Kongress der European Academy of Dermatology and Venereology.

In einer Analyse eines Registers mit über 1.000 COVID-19-Patienten aus 39 Ländern mit Begleitsymptomen wie Urtikaria oder Frostbeulen-ähnlichen Hautveränderungen wurde eine Coronapatienten-Subgruppe ermittelt, deren Hautveränderungen länger als 60 Tage anhielten [McMahon et al. Late breaking abstract no 3090, EADV-Virtual-Congress 2020]. Im Schnitt hielten die Hautveränderungen nur zwölf Tage an. Doch insbesondere die Frostbeulen-ähnlichen Symptome können über einen langen Zeitraum bestehen bleiben: Ein Patient berichtete, auch 130 Tage nach Abklingen der SARS-CoV-2-Infektion noch von der Hautmanifestation. *Marie Fahrenhold*