

> medizin & wissen

Guter Schluck

Flüssige Medizin

> Nachdem die möglichen gesundheitsfördernden Eigenschaften von Wein immer wieder bemüht werden, konnten Innsbrucker Forscher nun auch für Bier einen positiven Effekt zeigen. Bierauszüge blockierten nämlich im Labor das bei Entzündungen auftretende Interferon gamma. Die Forscher sehen darin einen Beleg, dass auch Bier – ähnlich wie Wein und Grüner Tee – einen schützenden Effekt auf die Herzkranzgefäße hat. Doch Vorsicht: Ein zu starker Alkoholenuss würde diesen Effekt durch andere Gesundheitsschäden aufheben. Die gute Nachricht: Der Herzschutz ist auch mit alkoholfreiem Bier zu erzielen. >I FK



Gute Nacht!

Wenig Schlaf macht dick

> Kinder, die zu wenig schlafen, neigen zu Übergewicht. Das fanden amerikanische Forscher heraus. Der Grund: Die Kinder schauten bis spät abends noch Fernsehen oder machten Video- und Computerspiele und verzehrten dabei besonders viele Süßigkeiten und Knabberereien. Und: Da die Kinder weniger schliefen, produzierten sie auch weniger von dem appetitzügelnden Hormon Leptin, einer natürlichen Essbremse, die besonders im Schlaf entsteht. So stieg der Heißhunger bei den Kindern zusätzlich an. Die Experten empfehlen, dass 5- bis 10-jährige Kinder 12 bis 13 Stunden täglich schlafen sollten. >I FK



Gutes Geschäft

Rauchstopp fördert Umsatz

> In vielen Ländern gibt es bereits ein Rauchverbot in Gaststätten. Doch oftmals – auch bei uns – wird dagegen argumentiert, weil das Verbot einen Umsatzeinbruch in der Gastronomie verursachen soll. Möglicherweise zu Unrecht, wie das Beispiel Neuseeland zeigt: Ein Programm fördert dort seit 2003 das Einrichten rauchfreier Gaststätten. Und siehe da: Der Umsatz in rauchfreien Cafés und Restaurants wuchs 2005 um 9,3% mit dem Effekt von 9% mehr Arbeitsplätzen in diesen Betrieben. Übrigens: Rauchfreie Gaststätten gibt es auch in Deutschland. Sie finden sie im Internet unter www.nichtraucherfuehrer.de. >I FK



Die Zahl

27%

aller Entbindungen in Deutschland erfolgen per Kaiserschnitt. Mehr als jedes vierte Kind wird also per Schnittentbindung geboren. Durch die so genannte Sektio haben sich andere Maßnahmen der Geburtshilfe verringert: Eine Zangengeburt war nur noch bei einem von 100 Fällen notwendig, die Saugglocke bei jeder 25. Geburt. >I FK



gesundheit in deutschland

Wir werden am ältesten!

Frauen und Männer in Baden-Württemberg haben die höchste Lebenserwartung in ganz Deutschland.

> Nach der letzten Erhebung des Statistischen Bundesamts liegt die durchschnittliche Lebenserwartung eines neugeborenen Jungen in Baden-Württemberg bei 77,4 Jahren, die eines neugeborenen Mädchens sogar bei 82,56 Jahren. Die niedrigste Lebenserwartung in Deutschland haben dagegen die Bewohner von Sachsen-Anhalt. Dort werden die Buben statistisch gesehen im Mittel 74,02 Jahre, die Mädchen 80,87 Jahre alt. Heute 60 Jahre alte Männer können in Baden-Württemberg im Mittel auf noch 21 weitere Jahre hoffen, 60-jährige Frauen sogar auf fast 25. Die Lebenserwartung der Deutschen steigt Jahr für Jahr weiter – statistisch um etwa 3 Monate pro Jahr.

Dagegen hat sich die Kinderzahl je Frau in Deutschland in den letzten Jahren nicht wesentlich verändert. In 2004 lag sie bei 1,36 Kindern je Frau, für 2005 erwartet das statistische Bundesamt eine ähnliche Zahl. Damit wird das zum Ersatz der Elterngeneration notwendige Niveau von etwa 2,1 Kindern je Frau weiterhin nicht erreicht. Eine durchschnittliche Kinderzahl von mindestens 2 je Frau hatte es sowohl im Westen als auch im Osten Deutschlands zuletzt Anfang der 1970er Jahre gegeben. >I

www.destatis.de

Stammzellen

Reichtum jeden Monat

> Stammzellen werden z. B. zur Behandlung von Krebs oder Immunerkrankungen eingesetzt. Oft werden sie aus dem Knochenmark gewonnen – eine aufwändige und strapaziöse Angelegenheit. Eine andere, relativ begrenzte Quelle ist Nabelschnurblut. Japanische Forscher haben jetzt entdeckt, dass Frauen Monat für Monat mit ihrem Menstruationsblut eine große Zahl von Stammzellen freisetzen. Aus den Stammzellen züchteten sie im Labor Herzzellen, die sich wie im menschlichen Herzen spontan und rhythmisch zusammenziehen konnten. Bis zu einem medizinischen Einsatz ist der Weg aber noch weit. >I FK



Was sind eigentlich Stammzellen?

Die meisten Zellen unseres Körpers sind spezialisiert auf eine ganz bestimmte Funktion. Sie entwickeln sich aus so genannten Stammzellen, die noch in der Lage sind, die unterschiedlichsten Zelltypen auszubilden. Diese Alleskönner macht man sich medizinisch zunutze, um die Funktion erkrankter oder abgestorbener Zellen zu ersetzen. >I FK