

Kurz & Bündig

Journal für Ernährungsmedizin 2010; 12 (1), 4-5

Homepage:

www.aerzteverlagshaus.at

**Online-Datenbank mit
Autoren- und Stichwortsuche**

MIT NACHRICHTEN DER



AKE
ARBEITSGEMEINSCHAFT
KLINISCHE ERNÄHRUNG

For personal use only.

Not to be reproduced without permission of Verlagshaus der Ärzte GmbH.

Erschaffen Sie sich Ihre ertragreiche grüne Oase in Ihrem Zuhause oder in Ihrer Praxis

Mehr als nur eine Dekoration:

- Sie wollen das Besondere?
- Sie möchten Ihre eigenen Salate, Kräuter und auch Ihr Gemüse ernten?
- Frisch, reif, ungespritzt und voller Geschmack?
- Ohne Vorkenntnisse und ganz ohne grünen Daumen?

Dann sind Sie hier richtig



Kurz & Bündig



ADIPOSITAS = RAUCHEN

Adipositas ist so gefährlich wie Rauchen. Laut einer epidemiologischen Untersuchung der University of Columbia und des City College New York mit 3,5 Millionen Teilnehmern gingen 2008 jeweils rund zehn Millionen gesunde Lebensjahre (QUALYs) verloren.

Am J Prev Med. 2010 Feb;38(2):138-44.

STEUER AUF FAST-FOOD?

Ja, wenn es nach der rumänischen EU-Parlamentarierin Oana Antonescu (PDL) geht, die Mitglied der Kommission für Umwelt, Gesundheit und Lebensmittelsicherheit ist. Sie fordert in Rumänien eine Besteuerung „ungesunder Lebensmittel“ zur Bekämpfung von Übergewicht. Eingehoben soll die Steuer in Höhe von 0,01 bis 0,1 Prozent des Produktwerts von den Herstellern von Chips, Snacks, Süßigkeiten, Erfrischungsgetränken und anderen Lebensmitteln mit hohem Salz-, Fett-, oder Zuckeranteil werden. Gegner rechnen mit einer durchschnittlich 20-prozentigen Teuerung der Lebensmittel und sprechen von einer Sanierungsmaßnahme des Staatsbudgets.

APA

INSULINRESISTENZ: SCHLÜSSELMOLEKÜL IDENTIFIZIERT

Das Protein Osteopontin ist ein Schlüsselmolekül der Adipositas assoziierten Entzündung, die zur Insulinresistenz führt. Dessen Identifizierung ist dem Nachwuchswissenschaftler Dr. Florian Kiefer von der Universitätsklinik für Innere Medizin III in Wien gelungen. Das inflammatorische Protein ist bei Adipositas im Fettgewebe hochreguliert und wird fast ausschließlich von entzündlichen Makrophagen produziert. Im Tierversuch konnte nachgewiesen werden,

dass eine Neutralisation des Osteopontins nicht nur die Entzündung des Fettgewebes stark verringert, sondern auch die Insulinwirkung signifikant verbessert. Der Glukosestoffwechsel konnte weitgehend normalisiert werden. Damit könnte die Hemmung von Osteopontin eine neue Strategie zur Behandlung des Adipositas assoziierten Typ-2-Diabetes darstellen.

Diabetes. 2010 Jan 27 (Epub ahead of print)

MAGERSUCHT: GRAUE ZELLEN VERRINGERT

Frauen mit Magersucht (Anorexia Nervosa) weisen eine deutlich reduzierte Dichte grauer Zellen in jenen Bereichen des Gehirns auf, die mit der Verarbeitung von Körperbildern zu tun haben. Dieses Ergebnis brachten Untersuchungen betroffener und gesunder Frauen im Kernspintomografen, die Forscher der Ruhr-Universität Bochum um Dr. Boris Suchan durchgeführt haben. Die Auffälligkeiten im Gehirn könnten die gestörte Wahrnehmung des eigenen Körpers bei Frauen mit Essstörungen erklären: Patientinnen nehmen sich selbst als dick wahr, obwohl sie objektiv untergewichtig sind – ein aufrechterhaltender Faktor für die Essstörung. Die Regionen im Gehirn mit besonders stark verringerten grauen Zellen liegen im sogenannten Extrastriate Body Area (EBA) und im oberen, hinteren Teil des Schläfenlappens, beides Regionen, die vorrangig für die Verarbeitung von Eindrücken über menschliche Körper zuständig sind. Zu klären bleibt allerdings, ob diese Auffälligkeiten des Gehirns eine Prädisposition darstellen oder eine Folge der Erkrankung.

FET e.V., Behav Brain Res. 2010 Jan 5;206(1):63-7. Epub 2009 Sep 1



KOCHEN UND ESSEN IN ÖSTERREICH

Jenseits von Verzehrsstatistiken stellt sich die Frage, wie und wo die Österreicher kochen und essen. Dem ist der Fonds Gesundes Österreich nachgegangen und hat von market-agent online eine Umfrage durchführen lassen. Teilgenommen haben 501 Personen, ergeben hat sich dabei unter anderem, dass Männer dreimal häufiger in Fast Food Lokalen anzutreffen sind als Frauen. Beträchtliche Unterschiede zeigen sich auch bei den Essgewohnheiten der Jüngeren (14 – 19 Jahre) und Älteren (50 – 59 Jahre).

4x Jüngere essen vier Mal so oft in Fast Food Lokalen (36 vs. 9 %).

4x Jüngere verzehren fast vier Mal so oft Speisen, die sie unterwegs mitnehmen (64 vs. 17 %).

3x Jüngere lassen sich mehr als drei Mal so oft Speisen nach Hause liefern (13 vs. 4 %).

2x Jüngere verspeisen mehr als doppelt so oft Fertiggerichte (43 vs. 19 %).

Fonds Gesundes Österreich

Fotos: © PhotoAlto(3), Engelbrecht (1)

DER UNBEKANNTE FEIND: VISZERALES FETT

Was das gesundheitsgefährdende Potenzial von viszeralem Fett betrifft, so herrscht in Österreich offensichtlich viel Aufklärungsbedarf. Wie sich bei einer kürzlich durchgeführten Umfrage gezeigt hat, können 86 Prozent der Befragten mit dem Begriff viszerale Fett nichts anfangen. „Das viszerale Fett als ‚schneller Speicher‘ weist eine hohe metabolische Aktivität auf und ist für die rasche Speicherung und Mobilisierung verantwortlich“, fasste Univ.-Prof. Dr. Hermann Toplak von der Medizinischen Universitätsklinik in Graz im Rahmen eines Pressegesprächs zusammen und führt aus: „Ab einem Bauchumfang von 100 cm bei Männern und 90 cm bei Frauen erhöht sich das Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen um fünf Prozent pro cm.“

Ab einem Bauchumfang von 94 cm bei Männern und 80 cm bei Frauen besteht bereits ein leicht erhöhtes Risiko. „Das viszerale Fett ist das größte endokrine Organ“, resümierte Univ.-Prof. Dr. Bernhard Ludvik von der III. Medizinischen Universitätsklinik in Wien und verwies auf die am meisten gefürchtet Komplikation, nämlich Typ-2-Diabetes.

NACHTRAG JEM 3-4/2009

Der Artikel „Soja – Prävention und Therapie bei Prostatakrebs“ in der Ausgabe 3-4/2009, S. 20 – 22, wurde von Mag. Alexandra Kreißl verfasst.

WENIG INTERESSE: FÜR KENNZEICHNUNG VON LEBENSMITTELN

Das Interesse der Konsumenten an den Nährwertinformationen auf verpackten Lebensmitteln (Frühstückscerealien, Soft Drinks, Süßigkeiten, Fertiggerichte, Knabbergebäck und Joghurt) hält sich offenbar in Grenzen. Nur 16,8 Prozent der Konsumenten lesen sie auch tatsächlich, wie eine Untersuchung der Universität Aarhus und des European Food Information Council in Großbritannien, Schweden, Frankreich Deutschland, Polen und Ungarn ergeben hat, an der immerhin rund 12.000 Personen teilgenommen haben. Das meiste Interesse zogen die Angaben über Kalorien, Fett, Zucker und Salz auf sich. Die GDA-Angaben werden nicht überall gleich gut verstanden. In Großbritannien, Schweden und Deutschland können die Konsumenten laut Studie am meisten damit anfangen, was auf eine intensivere öffentliche Debatte über die Zusammensetzung von Lebensmitteln zurückgeführt wird. Ob die Konsumenten auf die Nährwertzusammensetzung achten, hat – wenig überraschend – unter anderem mit dem Alter und dem Bildungsgrad zu tun.

Decisionnewsmedia; J Public Health, DOI: 10.1007/s10389-009-0307-0

MÄNNER & FOLSÄURE & DEPRESSIONEN

Ein niedriger Serumfolatspiegel könnte mit dem Auftreten depressiver Symptome bei Männern in Zusammenhang stehen. Zu diesem Schluss kommt eine Studie des International Medical Centers in Tokio, die kürzlich im European Journal of Clinical Nutrition publiziert wurde. An der Studie haben mehr als 500 Männer und Frauen teilgenommen. 36,1 Prozent der Männer und 36,4 Prozent der Frauen wiesen depressive Symptome auf. Bei Männern korrelierten sie sowohl mit einem niedrigen Serumfolatspiegel als auch einem niedrigen Homocysteinspiegel. Bei Frauen wurde ein solcher Zusammenhang nicht festgestellt.

Eur J Clin Nutr, 2010 Jan 20, Epub ahead of print, DOI:10.1038/ejcn.2009.143

ERNÄHRUNGSBERATUNG IN MUTTER-KIND-PASS

Die niederösterreichische Ärztekammer fordert die Aufklärung über gesunde Ernährung im Mutter-Kind-Pass. „Je länger nichts unternommen wird, desto schwieriger und aufwendiger wird eine Therapie“, so Dr. Dietmar Baumgartner, Kinderarzt und Vorsorgereferent der NÖ Ärztekammer. Dass immer mehr Jugendliche übergewichtig sind, geht unter anderem aus einer kürzlich veröffent-

lichten OECD-Studie über den Gesundheitszustand österreichischer Kinder und Jugendlicher hervor und aus den Beobachtungen der Ärzte, die Stellungsuntersuchungen durchführen. Wie NÖ-Ärztekammer-Präsident Dr. Christoph Reisner hervorhebt, steigt nicht nur die Zahl der Übergewichtigen, sondern auch die Zahl der krankhaft Adipösen und der an Diabetes Typ 2 Erkrankten. Ernährung werde von Anfang an von den Eltern gesteuert,

daher müsse in diesem Bereich früh – eben schon mit einer Ernährungsberatung im Mutter-Kind-Pass – angesetzt werden. Langfristige Veränderungen müssten aber auch von Ärzten, Schulpädagogen und Kindergärtnerinnen getragen werden, so Reisner.

Ärztekammer für Niederösterreich

