

Kurz & Bündig

Journal für Ernährungsmedizin 2013; 15 (4), 6-7

Homepage:

www.aerzteverlagshaus.at

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

MIT NACHRICHTEN DER



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



SPORT: ÄRZTE KÖNNTEN MOTIVIEREN!

Übergewichtige Patienten vermissen von ihren Ärzten Empfehlungen, wie sie sich körperlich betätigen können. Das hat eine Studie der Sozialversicherungsanstalt der gewerblichen Wirtschaft, der MedUni Wien und der Sportunion Österreich ergeben. Die Studie zeigte außerdem, dass vor allem niedergelassene Ärzte schwer durch Aktionen der Sportverbände angesprochen werden können. Gleichzeitig werde aber die Empfehlung, an einem Bewegungsprogramm teilzunehmen, erst dann besonders ernst genommen, wenn diese vom Hausarzt stammt. Nach der Befragung von Patienten im Wiener AKH, unter welchen Umständen sie gerne und langfristig an Sportprogrammen teilnehmen würden – dabei spielen auch Kosten und Entfernung zu Sporteinrichtungen eine Rolle – wurden 880 Diabetiker und übergewichtige Personen aus 22 Regionen Österreichs bei entsprechenden Bewegungsprogrammen unterstützt. Bereits nach acht Wochen konnte das Ausmaß der körperlichen Aktivität deutlich erhöht werden.

APA; office@fischill.at, Sportunion Dr. Christian Lackinger, c.lackinger@sportunion.at

GESUNDES ESSEN: 1,10 EURO MEHR PRO TAG

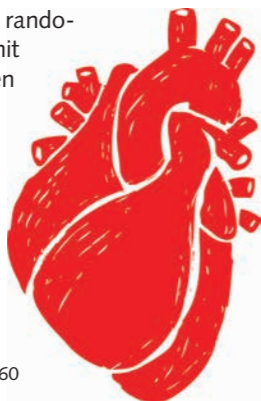
Im Vergleich zur ungesündesten Ernährung kostet die gesündeste Ernährung 1,10 Euro mehr pro Tag und Person. Das haben Dariush Mozaffarian von der Harvard Medical School (US) und Kollegen in einer Meta-Analyse errechnet. Die Forscher werteten dazu Studien über Essgewohnheiten in rund zehn Ländern mit höherem oder mittlerem Einkommen aus, darunter die USA, Frankreich, Spanien, Brasilien und Südafrika. Über ein Jahr gerechnet fallen bei der gesündesten Ernährung zusätzliche Kosten von rund 400 Euro pro Person an. Mozaffarian räumte ein, dass dies eine "wirkliche Last" für manche Familien sein könne, und sprach sich für einen sozialen Ausgleich aus.

APA; BMJ Open, December 5, 2013

GEWICHTSREDUKTION MINDERT VORHOFFLIMMERN

Adipositas ist ein Risikofaktor für Vorhofflimmern. Unbekannt ist jedoch, inwieweit die Symptomlast durch Gewichtsreduktion und Risikofaktor-Management verringert werden kann. Eine in Australien durchgeführte randomisierte kontrollierte klinische Studie mit ambulant behandelten übergewichtigen bzw. adipösen Patienten mit symptomatischem Vorhofflimmern hat nun gezeigt, dass dies sehr wohl der Fall ist: Eine Gewichtsreduktion mit intensivem Risikofaktor-Management führte zu einer Abnahme von Symptomlast und Schweregrad des Vorhofflimmerns sowie einem vorteilhaften kardialen Remodeling.

JAMA 2013; 310:2050–2060



FETTVERBRENNUNG ÜBER ALDEHYD AKTIVIEREN

Das Protein UCP1 kommt ausschließlich im braunen Fettgewebe vor. Bis vor einigen Jahren dachte man, dass nur Babys und Winterschläfer dieses Fettgewebe besitzen. Mittlerweile weiß man, dass auch Erwachsene, bei denen weißes Fettgewebe den Hauptanteil des Körperfetts ausmacht, kleine Inseln von braunem Fettgewebe haben. Daher interessiert sich die Wissenschaft für UCP1 – denn könnte man es regulieren, könnte man vielleicht auch die Fettverbrennung ankurbeln. Elena Pohl von der Abteilung für Physiologie und Biophysik an der Veterinärmedizinischen Universität Wien und ihre Kollegen haben mit dem Aldehyd HNE eine Substanz gefunden, die in Kombination mit Fettsäure stark aktivierend auf UCP1 wirkt. Die Wissenschaftler konnten auch zeigen, dass die Kombination von HNE und Fettsäure potenziell in der Lage ist, die schädliche Wirkung freier Sauerstoffradikale zu minimieren.

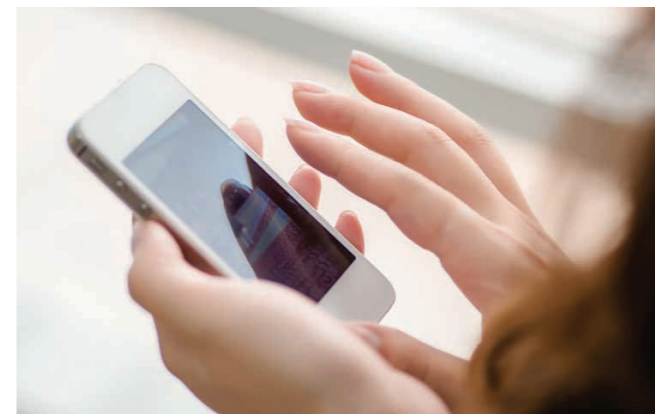
APA; Veterinärmedizinische Universität Wien



„BLUTGRUPPENDIÄT“: KEIN BEWEIS FÜR NUTZEN

Laut einer aktuellen systematischen Übersichtsarbeit von Mitarbeitern des belgischen Roten Kreuzes existieren keine wissenschaftlichen Beweise für die behaupteten gesundheitlichen Vorteile von Blutgruppendiäten. Eine Suche in Literaturdatenbanken förderte keine einzige aussagekräftige Studie zutage, nach der eine Ernährung entsprechend der Blutgruppe das Risiko für Krankheiten verringern und die Gesundheit verbessern könnte. Damit wird die Stellungnahme der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e. V. (DGE) aus dem Jahr 2000 bestätigt. Ende der 1990er Jahre wurde die Blutgruppendiät nach dem Naturheilmacher Peter J. D'Adamo populär, der für jede Blutgruppe im ABO-System Lebensmitteltabellen und Speisepläne zusammenstellte.

DGE



DIABETES-MANAGEMENT IM SPITAL: NEUE APP "GLUCO-TAB" HILFT

Aus Erhebungen ist bekannt, dass die Blutzuckereinstellung im Krankenhaus im Allgemeinen nicht zufriedenstellend ist. Durch den Krankenhausaufenthalt kommt es zu kurzfristigen Änderungen des gewohnten Alltags, die den Zuckergehalt beeinflussen. Krankenhausaufenthalte von Diabetikern dauern um die Hälfte länger. Experten gehen von einem Zusammenhang von erhöhtem Infektionsrisiko, Behinderung nach Spitalentlassung und Sterblichkeit mit der Blutzuckereinstellung aus. JOANNEUM RESEARCH bringt mit GlucoTab ein neues, in zwei klinischen Studien getestetes und zertifiziertes Medizinprodukt auf den Markt, das als Tablet-basiertes System (App) das Diabetes-Management im Krankenhaus einfacher und sicherer macht. Ärzte erhalten Dosierungsvorschläge einmal täglich bei der Insulin-Tagesdosisanpassung und Pflegepersonen vor jeder Insulingabe.

Joanneum Research; www.joanneum.at



MITGEMACHT UND GEWONNEN!

Die glückliche Gewinnerin des Gewinnspiels „Thermomix“ aus der Ausgabe 3-2013 des Journals für Ernährungsmedizin ist die Diätologin Barbara Retter aus Wängle in Tirol. Wir gratulieren!

Bei allen Leserinnen und Lesern möchten wir uns für die rege Teilnahme sehr herzlich bedanken. Allen jenen, denen das „Glückssengerl“ diesmal keinen Gewinn zukommen hat lassen, wünschen wir alles Gute für das nächste Mal – und ein ganz besonders schönes und glückliches neues Jahr.

Das JEM-Team