

«Health impact»-Studie aus Barcelona:

Velofahrer leben gesünder



Heute kennen schon viele Grossstädte von Stockholm bis Barcelona und Paris bis Mexico City öffentliche Angebote, die es Abonnenten günstig ermöglichen, irgendwo in der Stadt ein Fahrrad zu mieten und später an einer anderen Stelle wieder abzugeben (Bicycle sharing). Nun hat eine Studie an den 181 982 Mitgliedern der Organisation «Bicing» in Barcelona untersucht, was dies für die Velofahrer und für die Umwelt bringt. Im Vergleich zu Autofahrern berechneten die Autoren der im «British Medical Journal» publizierte Analyse für die regelmässigen Velobenutzer eine Verminderung der jährlichen Mortalität (geschätztes relatives Risiko [RR] von 0,80), entsprechend 12,46 durch die körperliche Aktivität verhüteten Todesfällen. Durch die Feinstaubinhalation beim Radfahren kam es nach den

Berechnungen zu einem RR für die Gesamtmortalität von 1,002, was 0,13 Todesfällen mehr unter der Bicing-Population entspricht. Analog betrug das RR für Verkehrsunfälle 1,0007, entsprechend 0,03 zusätzlichen Todesfällen. Ferner schätzten sie die Reduktion der CO₂-Emissionen durch die Fahrten im Rahmen von «Bicing», die auch der Allgemeinheit zukommt, auf gut 9 Tonnen. Gesamthaft finden die Autoren, dass die Vorteile des Umstiegs aufs Velo gegenüber den Risiken durch Unfälle und Feinstaubmehrbelastung eindeutig überwiegen, dies mit einem Nutzen-Risiko-Verhältnis von 77. **HB**❖

BMJ 2011; 343: d4521 doi: 10.1136/bmj.d4521

Menopausensymptome und Osteoporose:

Soja-Isoflavone enttäuschen



Heute hegen viele Frauen Bedenken gegen eine Östrogensatztherapie und suchen nach «natürlichen», zum Bei-

spiel pflanzlichen Alternativen, deren Wirksamkeit jedoch bisher nicht ausreichend dokumentiert ist. Eine randomisierte kontrollierte Studie bei Frauen zwischen 45 und 60 Jahren und maximal 5 Jahre zurückliegender Menopause sowie densitrisch dokumentierter Osteoporose der lumbalen Wirbelsäule erhielten während 2 Jahren entweder täglich 200 mg Soja-Isoflavone in Tablettenform oder Plazebo-tabletten. Primärer Studienendpunkt waren Veränderungen der Knochenmineraldichte (lumbal, Hüfte gesamt, Femurhals). Sekundäre Endpunkte waren Menopausensymptome, Vaginalzytologie, Knochenumsatzmarker, Lipide und Schilddrüsenfunktion. Nach 2 Jahren ergaben sich zwischen den 122 Frauen mit Soja-Isoflavon-Thera-

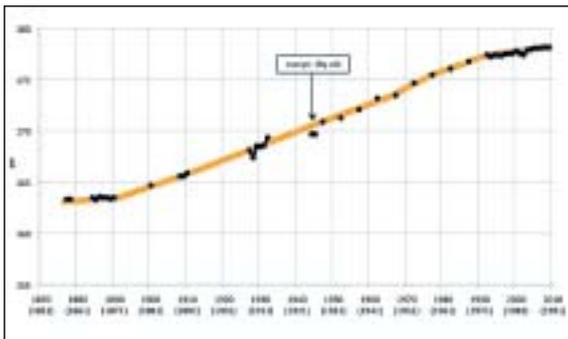
pie und den 126 Kontrollen bei der Knochendichte an keinem der Messpunkte signifikante Unterschiede. Signifikant mehr Frauen in der Soja-gruppe litten hingegen an Wallungen und Obstipation. Hinsichtlich der übrigen sekundären Endpunkte fanden die US-amerikanischen Autorinnen und Autoren keine Unterschiede zwischen Soja-Isoflavon- und Plazebobehandlung. **HB**❖

Silvina Levis et al., Arch Intern Med. 2011; 171(15): 1363-1369.

Messungen an Schweizer Rekruten:

Warum nimmt die Körperhöhe neuerdings kaum mehr zu?

Im Jahr 2009 war der 19-jährige Rekrut bei der Stellung durchschnittlich 178,2 cm gross. Die Perzentilen für die Körperhöhe waren: P5 = 168 cm, P10 = 170 cm, P25 = 174 cm, P90 = 187 cm und P95 = 189 cm. Die dokumentierten Messungen der Körper-



höhe der Stellungspflichtigen, die für rund 90 Prozent der männlichen Bevölkerung in der Schweiz repräsentativ sind, reichen bis in die Jahre 1878/79 zurück. Bis zum Jahr 2009 ist eine Zunahme der Körperhöhe von total 14,9 cm nachweisbar, die mit einer ste-

tigen Verbesserung der Lebensbedingungen (Ernährung, Hygiene, Verschwinden der Kinderarbeit u.a.m.) in Zusammenhang gebracht wird. Die Verteilung der Körperhöhen verschob sich ebenfalls nach oben. So waren 1878/79 knapp 6 Prozent der Rekruten 175 cm oder grösser, aber nur 0,89 Prozent 180 cm oder grösser. 2008/2009 massen demgegenüber 71 Prozent 175 cm oder mehr und sogar gut 41 Prozent 180 cm oder mehr. Seit den Neunzigerjahren ist jedoch eine eindeutige Verlangsamung der Zunahme der Körperhöhe zu beobachten. Überzeugende Erklärungen für diese Plateaubildung, die auch in anderen Ländern Nord- und Zentraleuropas registriert wurde, fehlen jedoch. Ebenso wenig ist klar, ob es sich um ein vorübergehendes oder definitiv anhaltendes Phänomen handelt.

HB❖

Kaspar Staub et al., Swiss Med Wkly. 2011, 141:w13238.

Pocketguide zum Thema Antithrombotika

Die Arbeitsgruppe Lipide und Atherosklerose der Schweizerischen Gesellschaft für Kardiologie (AGLA) hat einen neuen Pocketguide zum Thema «Antithrombotika zur Prävention und Behandlung atherosklerotischer Ereignisse» erarbeitet. Das Gebiet der Gerinnungshemmung hat in den letzten Jahren viele Veränderungen und Erneuerungen erfahren, die es Nichtspezialisten mitunter schwermachen, sich zurechtzufinden. Die 28-seitige Broschüre will hier die zeitgemässen Informationen liefern und behandelt die verschiedenen Indikationsgebiete für Antithrombotika mit therapeutischer und präventiver Zielsetzung. Dabei berücksichtigt der Pocketguide auch die für den Arzt in der Praxis wichtigen kli-



nischen Situationen, zum Beispiel das Vorgehen im Notfall sowie die Langzeitanwendung in der Primär- und vor allem Sekundärprävention. Angesichts der bevorstehenden Markteinführung gleich mehrerer neuer oraler Antikoagulanzen, von denen die Broschüre vorerst nur zwei erwähnt, ist eine baldige Überarbeitung absehbar. Die Broschüre im Kitteltaschenformat ist auf Deutsch, Französisch und Italienisch verfügbar. Sie kann wie frühere hilfreiche Wegleitungen der Arbeitsgemeinschaft («CV-Risiko-Karte», Pocketguides «Kardiovaskuläre Risikofaktoren» und «Ernährung bei kardiovaskulären Risikofaktoren») via www.agla.ch bestellt werden.

red❖

Krieg um Libyen

Die osmanischen Provinzen Tripolitanien und Cyrenaika gerieten 1911 ins Visier italienischer Machtpolitiker, um mittels kolonialer Expansion die grossen wirtschaftlichen und sozialen Probleme des Königreichs Italien zu verringern. Da das Osmanische Reich als relativ schwach galt und zudem auf dem Balkan zunehmend unter Druck geriet, stellte Italien Ende September der Hohen Pforte in Istanbul ein Ultimatum und forderte die sofortige Abtretung der Region, welche dem heutigen Libyen entspricht. Nachdem Sultan Mehmed V. diese Forderung zurückwies, erklärte Italien den Osmanen am 29. September 1911 den Krieg.

Am 3. Oktober 1911 nahm ein Expeditionsheer Tripolis unter Beschuss und nahm die Stadt am nächsten Tag ein. Innert zehn Tagen fielen auch die Städte Tobruk, Derna, Homs und Bengasi. Das Foto zeigt die italienische Marine im Angriff auf Tobruk.



Letztlich verlor das Osmanische Reich den Krieg gegen Italien und musste die beiden Provinzen ein Jahr später, im sogenannten Frieden von Ouchy am 18. Oktober 1912, an Italien abtreten.

Geboren im Oktober 1911

Am 14. Oktober 1911 wurde Le Duc Tho in Vietnam geboren (1911-1990). Er gründete 1945 mit Ho Chi Min und Vo Nguyen Giap die Nationale Front für die Befreiung Vietnams, die



später Vietcong genannt wurde. Le Duc Tho und Henry Kissinger waren die Chefunterhändler bei den Friedensverhandlungen zwischen Vietcong und den USA. Beiden wurde 1973 der Friedensnobelpreis verliehen, den Le Duc Tho jedoch mit der Bemerkung aus-schlug, dass in seinem Land noch kein Frieden herrsche.

RBO❖