

Neurologie

Altersbedingter Verlust der Hirnleistung ist kaum zu beeinflussen

Weder Medikamente, Vitamine noch irgendwelche anderen Supplemente scheinen einen altersbedingten Verlust kognitiver Leistungsfähigkeit bremsen zu können. Allenfalls anspruchsvolles «Hirnjogging» könne vielleicht etwas bewirken, so das skeptische Fazit der Autoren einer kürzlich publizierten Übersichtsarbeit.

Raza Naqvi und sein Team an der Universität Toronto werteten die Daten

von 32 randomisierten klinischen Studien mit insgesamt rund 25 000 Teilnehmern aus. Weder Substanzen wie Donepezil, Memantin oder Testosteron noch Ginkgopräparate, Vitamine oder bestimmte Fettsäuren vermögen demnach den kognitiven Verfall wirklich deutlich zu bremsen. Auch Abnehmen oder ein Rauchstopp bringe in dieser Hinsicht nichts, so die Autoren. Östrogene und antientzündlich wirksame



Substanzen hingegen könnten den Prozess des kognitiven Leistungsverlusts unter Umständen noch beschleunigen. Physisches (Kraft-)Training könnte zwar auch etwas für die kognitive Leistungsfähigkeit bringen, doch sei die Beweislage dafür dürftig, so Naqvi. Am besten – wenn überhaupt – helfe es, den Geist mittels Mentaltrainings auf Trab zu halten. Allerdings reichten einfache Kreuzworträtsel nicht dafür aus. Die nötige Intensität könne man etwa mit dem Aufwand vergleichen, eine neue Sprache zu erlernen. Die kanadischen Forscher stützen sich hierbei auf drei Studien mit 3321 Teilnehmern, die über drei bis fünf Jahre ein anspruchsvolles, computergestütztes Programm oder ein intensives persönliches Training (1:1) absolvierten. Doch selbst hier schien die klinische Relevanz des messbaren Erfolgs fraglich, weil das Ausmass der Veränderung nur sehr gering war.

RBO❖

Naqvi R, Liberman D, Rosenberg J: Preventing cognitive decline in healthy older adults. CMAJ 15 Apr 2013, doi:10.1503/cmaj.121448 und Anekwi L: Mental training offers best chance of halting cognitive decline, finds review. BMJ 2013; 346: f2567.

Hypertonie

Salzreduktion senkt bei allen den Blutdruck

Argumente für eine allgemeine Senkung des Salzkonsums in der gesamten Bevölkerung liefert eine neue Metaanalyse. Demnach führt eine langfristige Minderung um 4,4 Gramm Kochsalz pro Tag zu einer durchschnittlichen Senkung des systolischen Blutdrucks um 4,18 mmHg und des diastolischen um 2,06 mmHg. Diesen Mittelwert errechneten die Autoren auf der Grundlage von 34 Studien mit insgesamt 3230 Probanden, darunter Hypertoniker wie Nicht-Hypertoniker, Männer wie Frauen und Angehörige verschiedener ethnischer Gruppen.

Bestätigt wurde gleichzeitig die bekannte, unterschiedliche Salzsensitivität der verschiedenen Gruppen. So ist

der blutdrucksenkende Effekt eines Salzverzichts bei älteren Personen, Hypertonikern und Menschen afrikanischer Abstammung deutlicher als bei Jüngeren, Nicht-Hypertonikern und Weissen. Die unterschiedliche physiologische Sensitivität gegenüber Kochsalz sei für 68 Prozent der Variabilität hinsichtlich der systolischen und 41 Prozent der diastolischen Veränderung nach Salzrestriktion verantwortlich, so die Autoren. So darf ein Hypertoniker mit einem durchschnittlichen Rückgang um -5,39 mmHg/-2,82 mmHg (systolisch/diastolisch) rechnen, während es bei Personen mit normalem Blutdruck nur -2,42 mmHg/-1 mmHg sind.

Die Autoren der Metaanalyse möchten den Begriff «Salzsensitivität» in diesem Zusammenhang jedoch nicht verwenden. Sie argumentieren, dass es sich nur auf Studien mit grossen, kurzfristigen Änderungen im Salzkonsum beziehe, die für die Betrachtung der Gesundheitsförderung auf Bevölkerungsebene irrelevant seien. Ihre Studie zeige vielmehr, dass letztlich der Blutdruck bei allen Personen durch Salzrestriktion gesenkt werden könne, was zwar nicht unbedingt individuell, aber gesundheitspolitisch betrachtet relevant sei: «Selbst eine geringe Absenkung des Blutdrucks auf Bevölkerungsebene würde die Belastung durch kardiovaskuläre Erkrankungen deutlich mindern.»

RBO❖

He FJ, MacGregor GA: Effect of longer term modest salt reduction on blood pressure: Cochrane systematic review and meta-analysis of randomised trials. BMJ 2013; 346: f1325 doi: 10.1136/bmj.f1325.

Kardiologie

Angina-pectoris-Symptome bei Männern und Frauen gleich

Obwohl KHK bei Frauen häufiger vorkommt als bei Männern, galt sie vor nicht allzu langer Zeit noch als typische «Männerkrankheit». Nachdem diverse Aufklärungskampagnen das Bewusstsein für KHK und insbesondere auch für eine vermeintlich spezifisch weibliche Ausprägung der Symptome geschärft



haben, verfestigt sich bei vielen die Ansicht, dass KHK- und Herzinfarktsymptome bei Frauen in der Regel anders beschaffen seien als bei Männern. Dies scheint sich nun als Mythos zu erweisen.

Catherine Kreamer von der Harvard School of Public Health und ihr Team haben 128 Männer und 109 Frauen mit Angina-pectoris-Symptomen befragt und angiografisch untersucht. Dabei stellte sich heraus, dass Männer wie Frauen am häufigsten die drei gleichen Symptome angeben: Thoraxschmerz (82% der Männer und 84% der Frauen), Druck (54 und 58%) sowie Engegefühl (43 und 58%); es gab hier keine statistisch signifikanten Unterschiede. Frauen haben aber sozusagen mehr Worte für das Gleiche. Sie verwenden beispielsweise Begriffe wie «Unwohlsein» oder «sich erdrückt fühlen» zweimal so oft wie die Männer. Fazit: Männer und Frauen sind sich bei KHK ähnlicher als angenommen, und die sogenannte atypische (weibliche) Angina ist wahrscheinlich keine.

RBO❖

Kreamer C et al.: Reconstructing angina: cardiac symptoms are the same in women and men. JAMA Intern Med 2013; DOI: 10.1001/jamainternmed.2013.229.

Chirurgie

Nasenkino im OP

Wenn keine Vollnarkose nötig ist, könnten sogenannte Multimediabrillen die Patienten während chirurgischer Eingriffe unter Lokal-



anästhesie beruhigen, heisst es in einer Pressemitteilung des Herstellers. Die Filme laufen direkt auf den Brillendisplays, der Ton über integrierte Ohrhörer, sodass die Patienten «in eine andere Welt eintauchen». Nach Aussage eines deutschen Chirurgen, der seinen Patienten die Medienbrille aufsetzt, bevor es sich ans Werk macht, sei der Effekt der Beruhigung spürbar und der Bedarf an Schlaf- und Beruhigungsmitteln mit der Brille zurückgegangen. Fragt sich nur noch, welche Art von Filmen am besten wirkt.

RBO❖

Quelle: Pressemitteilung und Foto von Carl Zeiss AG, Jena.

Vor 10 Jahren

Geklonte Renner

Am 4. Mai 2003 wird das «Juwel von Idaho» geboren: Idaho Gem heisst das erste geklonte Maultier der Welt, sein Bruderklon Idaho Star folgt kurz danach. Mit Idaho Gem und Idaho Star werden nicht nur erstmals pferdeartige Tiere geklont, sondern Klone von Tieren geschaffen, die sich normalerweise nicht fortpflanzen können. Das Projekt von Forschungsleiter Gordon Woods an der Universität Idaho wird von einem betuchten Manager von Maultierrennen finanziert. Das erste Klonpferd kommt am 28. Mai 2003 in Italien zur Welt. Die Zulassung von geklonten Rennpferden oder Rennmaultieren ist nicht einheitlich geregelt, in manchen Ländern dürfen sie an den Start gehen, in anderen nicht.

Vor 50 Jahren

Völlig schwerelos



Gordon Cooper darf am 15. Mai 1963 erstmals in den Weltraum starten. Es ist der letzte Flug im Rahmen des Nasa-Mercury-Programms. Cooper hatte offenbar so grosses Vertrauen in sein Raumschiff «Faith 7», dass er als erster Amerikaner in der Erdumlaufbahn schlief. Vielleicht wurde ihm auch einfach die Zeit zu lang, denn mit gut 34 Stunden im All war er länger unterwegs als alle seine Vorgänger (Foto: Nasa).

leicht wurde ihm auch einfach die Zeit zu lang, denn mit gut 34 Stunden im All war er länger unterwegs als alle seine Vorgänger (Foto: Nasa).

Vor 100 Jahren

Syphilistherapie



Im Mai 1913 erscheint in der Zeitschrift der Canadian Medical Association unter dem Titel «Salvarsan in the treatment of syphilitic diseases of the central nervous system» ein Übersichtsbeitrag zur Syphilistherapie mit Salvarsan®. Der Autor Robert G. Armour rät dringend dazu, das relativ neue Medika-

ment einzusetzen. Salvarsan® ist eine organische Arsenverbindung, die 1909 von Sahachiro Hata und Paul Ehrlich (Foto) entwickelt worden war. Später kamen weitere, ähnliche Substanzen mit etwas besserer Verträglichkeit auf den Markt. Erst die Entdeckung des Penicillins machte die Arsenpräparate überflüssig.

RBO