

Kardiologie

## Regelmässiges Blutspenden senkt zu hohen Blutdruck

Mediziner an der Berliner Charité sind zum Schluss gekommen, dass ein zu hoher Blutdruck durch Blutspenden gesenkt werden kann. Ihre Studie umfasst 292 Blutspender, spezielle Ein- und Aus-

entwickelte. Die Probanden spendeten in einem Jahr bis zu viermal Blut, im Durchschnitt jeweils 480 ml. Zu Beginn hatten 146 Spender eine Hypertonie (> 140/90 mmHg). Bei Hyper-

des Blutdrucks war systolisch wie diastolisch statistisch signifikant ( $p < 0,001$ ). Es zeigte sich ein deutlicher Dosisseffekt, indem die Hypertonie mit jeder Blutspende mehr pro Jahr stärker zurückging. Am meisten profitierten Personen mit besonders hohem Blutdruck ( $\geq 160$  mmHg systolisch und/ oder  $\geq 100$  mmHg diastolisch). Bei ihnen sank der Blutdruck systolisch um 17,1 mmHg (95%-Konfidenzintervall [KI]: -23,2 bis -11,0;  $p < 0,0001$ ) und diastolisch um 11,7 mmHg (95%-KI: -17,1 bis -6,1;  $p = 0,0006$ ), wenn sie viermal pro Jahr Blut spendeten. Bei den Probanden mit normalem Blutdruck zeigten sich hingegen keine relevanten Veränderungen, insbesondere auch keine zu niedrigen Blutdruckwerte. Auf welchem Mechanismus die Blutdrucksenkung bei Hypertonikern per Aderlass beruhe, sei noch unklar, heisst es in einer Pressemitteilung der Carstens-Stiftung, die die Studie finanziell unterstützt hat. **RBO** ♦



Von links: Die Studienleiter Prof. Dr. med. Prof. Andreas Michalsen, Klinische Naturheilkunde der Charité und Prof. Abdulgabar Salama, Institut für Transfusionsmedizin der Charité, mit einem der Spender und einer Assistentin (Foto: Carstens-Stiftung).

schlusskriterien gab es nicht. Bei allen Blutspendern wurde vor und nach der Blutspende der Blutdruck gemessen und verfolgt, wie sich dieser im Lauf eines Jahres nach wiederholten Blutspenden

tonikern, die viermal pro Jahr Blut spendeten, sank der Blutdruck von systolisch  $155,9 \pm 13$  mmHg auf  $143,7 \pm 15$  mmHg und diastolisch von  $91,4 \pm 9,2$  auf  $84,5 \pm 9,3$  mmHg; der beobachtete Rückgang

Kamhiieh-Milz S et al.: Regular blood donation may help in the management of hypertension: an observational study on 292 blood donors. *Transfusion* 2015; Epub ahead of print Dec 8, 2015.

Neurologie

## Marihuanakonsum und Gedächtnisleistung

Das Wortgedächtnis im mittleren Alter ist messbar schlechter, wenn man früher erhebliche Mengen Marihuana konsumiert hat; andere kognitive Leistungen scheinen davon jedoch nicht betroffen zu sein. Allerdings sei nicht sicher, ob die gemessene Verminderung des verbalen Gedächtnisses klinisch wirklich relevant sei, weil der Unterschied zu den Nichtkonsumenten weniger als 0,5 Standardabweichungen betrage – ein Wert, der gemeinhin als Anhaltspunkt für ein klinisch relevantes Phänomen bei derartigen Tests gefordert werde, so die Studienautoren.

Der Unterschied in der Gedächtnisleistung der im Durchschnitt um die 50 Jahre alten Personen mit und ohne Marihuanakonsum in der Vergangenheit (aktuelle Marihuanakonsumenten wurden ausgeschlossen) war wie folgt: Von einer Liste mit 15 Worten merkte sich 1 von

2 Personen mit mindestens 5 Jahren Marihuanakonsum in der Vergangenheit 1 Wort weniger als Personen, die nie in ihrem Leben Marihuana konsumiert hatten.

Die Probanden gehörten der US-amerikanischen CARDIA-Studie an, in die Mitte der Achtzigerjahre 18- bis 30-jährige Männer und Frauen aufgenommen wurden, um Risikofaktoren für koronare Herzkrankheiten auf die Spur zu kommen. Man bestellte die Probanden nach 2, 5, 7, 10, 15, 20 und 25 Jahren ein und befragte sie jedes Mal auch detailliert nach ihrem Lebensstil, darunter die beiden Fragen: «Wie oft haben Sie in den letzten 30 Tagen Marihuana konsumiert?» und «Wie oft in ihrem Leben haben sie Marihuana konsumiert?» Anhand der Antworten schätzten die Autoren der Studie die Anzahl Tage des Marihuanagebrauchs im Lauf des Lebens ein. Im

25. Jahr der CARDIA-Studie führte man mit den Probanden mehrere Kognitions-tests durch, korrelierte deren Resultate mit dem Marihuanakonsum und rechnete andere, die Kognition beeinflussende Faktoren statistisch heraus.

Ein Schwachpunkt der Studie ist, dass man bei dem CARDIA-Kollektiv vor 25 Jahren keine Kognitionstests durchgeführt hatte. Insofern bleibt die Frage offen, ob Personen, die bereits vor 25 Jahren kognitiv weniger gut aufgestellt waren, eventuell eher zu dieser Droge gegriffen beziehungsweise diese über einen längeren Zeitraum konsumiert haben. Von den 3385 Studienteilnehmern, die im 25. Studienjahr Kognitionstests absolvierten, berichteten 2852 (84,3%) in jüngeren Jahren Marihuana konsumiert zu haben, aber nur 392 (11,6%) setzten den Konsum auch im mittleren Lebensalter fort. **RBO** ♦

Auer R et al.: Association between lifetime marijuana use and cognitive function in middle age the coronary artery risk development in young adults (CARDIA) study. *JAMA Intern Med* 2016, published online February 1, 2016

## Infektiologie

# Kondome für Reiserückkehrer

Das Zika-Virus ist für Brasilien und mehr als 20 weitere Staaten gemeldet, 2 bis 4 Millionen Menschen sollen infiziert sein. Für Reiserückkehrer aus diesen Ländern stellt sich die Frage, wie sie eine Infektion mit Zika-Viren ausschliessen können und ob das Virus sexuell übertragbar ist.

Im Allgemeinen verlaufen Infektionen mit dem Zika-Virus mild und zu 70 bis 80 Prozent asymptomatisch. Bei den übrigen Betroffenen treten 3 bis 12 Tage nach dem Mückenstich Fieber, Kopf-, Glieder- und Muskelschmerzen, eine Bindehautentzündung, Schwächegefühl oder auch ein juckender Hautausschlag auf.

Der Nachweis viraler Zika-RNA ist in spezialisierten Labors möglich, im Blut aber nur in den ersten Erkrankungstagen, etwas länger im Urin. Ein Antikörpertest könne auch länger zurückliegende Infektionen nachweisen, sei aber noch nicht ausreichend evaluiert, heisst es in einer Pressemitteilung der Gesellschaft für Virologie (GfV).

Da auch eine sexuelle Übertragung des Zika-Virus über die Samenflüssigkeit von akut infi-

zierten Männern möglich ist, rät man Reiserückkehrer aus Endemiegebieten, bei denen eine akute Zika-Virusinfektion nicht ausgeschlossen werden kann, sicherheitshalber für einen Zeitraum von 3 bis 4 Wochen Kondome zu verwenden – egal, ob die Partnerin schwanger ist oder nicht. Wie lange das Virus im Blut und im Sperma verweilen kann, ist noch nicht bekannt.

Weitere Informationen hat die Gesellschaft für Virologie (GfV) auf ihrer Webseite zusammengestellt: <http://www.g-f-v.org/node/158>

Die Verbreitungsgebiete des Zika-Virus finden sich hier: [www.paho.org](http://www.paho.org)

Das BAG informiert über das Zika-Virus auf seiner Webseite [www.bag.admin.ch](http://www.bag.admin.ch) unter «Infektionen A-Z».

RBO/GfV ❖

Pressemitteilung der Gesellschaft für Virologie (GfV) vom 4. Februar 2016.

## Kardiologie

# Hypertoniefachleute raten zur Besonnenheit

Die Anfang November 2015 publizierte SPRINT-Studie fachte eine erneute Diskussion um den optimalen Blutdruck an, nachdem man sich erst kurz zuvor auf eher moderate Werte geeinigt hatte (wir berichteten in «Ars Medici» 24/2015). Weiter befeuert wurde die Debatte durch eine kurz vor Weihnachten in einer in «The Lancet» abgedruckten Metaanalyse. Nun meldet sich die Deutsche Hochdruckliga (DHL) zu Wort und rät zur Besonnenheit.

Der aufgrund der SPRINT-Studie propagierte niedrige Zielwerte von systolisch 120 mmHg gelte nur für bestimmte Patienten und dürfe keinesfalls verallgemeinert werden, heisst es in einer Pressemitteilung. Die Fachgesellschaft rät dazu, die Hypertoniebehandlung nicht kurzfristig zu ändern.

Das Fazit aus der SPRINT-Studie, eine Blutdrucksenkung unter 120 mmHg, gilt nur für Personen mit hohem kardiovaskulärem Risiko – aber nicht für Diabetiker, nicht für

Patienten nach einem Schlaganfall und auch nicht bei orthostatischer Hypotonie. All diese Patienten waren nämlich aus der SPRINT-Studie explizit ausgeschlossen. Hinzu komme, dass unbedingt auch die Nebenwirkungen in Betracht gezogen werden müssten, warnt Prof. Dr. med. Martin Hausberg, Vorstandsvorsitzender der Deutschen Hochdruckliga. Zu diesen zählen beispielsweise akutes Nierenversagen und Herzinsuffizienz: «Senkt man den Bluthochdruck intensiv, müssen die Patienten hinsichtlich der Nebenwirkungen engmaschig kontrolliert werden», betont Hausberg.

Gemäss der bislang geltenden Behandlungsleitlinien der European Society of Hypertension (ESH) liegt der Zielwert maximal 140 mmHg systolisch und 90 mmHg diastolisch. Eine weitere Senkung galt bislang nicht als ratsam, da bei einer zu starken Senkung das Risiko für kardiovaskuläre Erkrankungen wieder leicht ansteigt.

RBO/DHL ❖

# Rückspiegel

## Vor 10 Jahren

### Koloskopie

Nach einer Darmspiegelung ohne Befund sei die nächste Koloskopie erst nach 20 Jahren nötig, schreiben die Autoren einer am Deutschen Krebsforschungszentrum durchgeführten Studie. Werden hingegen Präkanzerosen entdeckt, sollte man höchstens drei Jahre damit warten. Heutzutage gehören in der Schweiz ein Test auf okkultes Blut im Stuhl alle zwei Jahre und eine Koloskopie alle zehn Jahre für Personen von 50 bis 69 Jahren zu den obligatorischen Krankenkassenleistungen.

## Vor 50 Jahren

### Gicht und Karriere

Der Biochemiker George W. Brooks und der Psychologe Ernst F. Müller erläutern in der Zeitschrift JAMA, dass ein hoher Harnsäurespiegel mit bestimmten, der Karriere förderlichen Eigenschaften verbunden sei. So hätten sie bei vielen Professoren der Michigan University besonders hohe Harnsäurespiegel gefunden, verbunden mit einem besonders hohen Grad an Führungsqualitäten. Sollte sich diese Assoziation als Ursache-Wirkungs-Beziehung mit einem eindeutigen Mechanismus bestätigen, könnte es früher oder später eine «Karrierepille» geben, hoffen die beiden Forscher.

## Vor 100 Jahren

### Blau im OP

Der Chirurg und Physiologe René Leriche (1879–1955) führt in den Lazaretten des Ersten Weltkriegs Blau als OP-Farbe ein, um die Sterilitätsbedingungen im OP zu verbessern. Wenn alle Laken, Tücher und Kleidungsstücke vom Kittel bis zur Maske blau sind, besteht keine Vertauschungsgefahr mit der üblichen weissen Ausrüstung, die weiterhin für alle Bereiche ausserhalb des OP typisch ist. Leriche lässt sogar die Wände der Operationssäle blau streichen. An der speziellen Farbe im OP hält man bis heute fest. Neben dem Blau hat sich auch Grün/Türkis als OP-Farbe etabliert.

RBO