



© Oleksandr / stock.adobe.com

## Blaulicht senkt Blutdruck

In einer randomisierten Cross-over-Studie bei 14 gesunden Männern kam es unter Ganzkörperbestrahlung mit Blaulicht zu einem signifikanten Rückgang des systolischen Blutdrucks (SBD). In der Summe lag der SBD in den 30 Minuten mit Blaulichtbestrahlung um 8,6 mmHg und in den 120 Minuten danach um 7,6 mmHg niedriger als in der Vergleichsgruppe. Der diastolische Blutdruck wurde nicht verändert. Für die hämodynamischen Effekte des blauen Lichts gab es auch eine plausible Erklärung: Im Plasma ließ sich ein signifikanter Anstieg von NO-Spezies nachweisen.

Stern M et al. Eur J Prev Cardiol. 2018;25(17):1875–83

## Mikrobiom beeinflusst auch Erkältungen

Pädiater aus Basel haben bei 167 Säuglingen mit ersten Erkältungszeichen Abstriche von der Nasenschleimhaut gemacht und das Prozedere nach drei Wochen wiederholt. Bei Säuglingen mit wenigen Bakterienarten und vermehrten Keimen aus den Familien Moraxellaceae und Streptococcaceae dauerte die Erkältung im Vergleich länger an. Langfristig lasse sich mit solchen Befunden möglicherweise eruieren, was ein günstiges Mikrobiom in der Nase auszeichnet und ob sich die Beschaffenheit etwa mit Probiotika beeinflussen lasse, berichten die Forscher.

Roland P. et al. ERJ Open Research 2018 4: 00066-2018



springermedizin.de  
auf Facebook

Folgen Sie uns auf Facebook und entdecken Sie viele weitere spannende Inhalte.



► [www.facebook.com/SpringerMedizin.de](http://www.facebook.com/SpringerMedizin.de)

## Kohortenstudie

# Schlaganfallrisiko: Lebensstil schlägt Genetik

Die falschen Gene steigern das Schlaganfallrisiko um ein Drittel, der falsche Lebensstil hingegen um zwei Drittel. Beides wirkt unabhängig voneinander – wer gesund lebt, kann also genetische Nachteile etwas kompensieren.

Wie bei den meisten Krankheiten wird auch beim Schlaganfall das Risiko durch ein Zusammenwirken von Genen und Umwelt bestimmt. Welchen Anteil Gene und Umwelt jeweils haben, hat ein deutsch-britisches Forscherteam in einer prospektiven Biobank-Kohortenstudie mit rund 306.000 Teilnehmern untersucht.

Wurden Alter, Geschlecht und bekannte Schlaganfallrisikofaktoren berücksichtigt, so lag die Schlaganfallrate

bei hohem genetischem Risiko um 35% über der von Teilnehmern mit geringem Risiko. Noch deutlicher war die Assoziation mit dem Lebensstil: Teilnehmer mit einer ungesunden Lebensweise hatten ein um 66% erhöhtes Risiko, einen Schlaganfall zu erleiden. Bei Personen mit ungünstigen Genen und zugleich ungesundem Lebensstil fanden die Forscher eine rund 130% erhöhte Schlaganfallrate. Keinen Zusammenhang sahen die Forscher zwischen genetischem Risiko und Lebensstil. Bei Männern wirkten sich sowohl Gene als auch Lebensstilfaktoren stärker auf die Schlaganfallinzidenz aus als bei Frauen. Männer sollten daher besonders auf eine gesunde Lebensweise achten. *mut*

Rutten-Jacobs LCA et al. BMJ 2018;363:k4168

## US-Umfrage

# Sexueller Kontrollverlust – häufiger als angenommen

Fast jeder zwölfte US-Bürger leidet nach Resultaten einer Umfrage unter einer zwanghaften sexuellen Verhaltensstörung. Frauen sind fast so häufig betroffen wie Männer.

Sex kann entspannen und kurzfristig von Problemen ablenken – ähnlich wie Alkohol und Drogen. Wer jedoch, um sich zu entspannen und von Problemen abzulenken, unbedingt Sex benötigt, hat ein ernstes Problem. Das gilt auch für Personen, die ihr Sexualverhalten kaum kontrollieren können, sich mit Bordellbesuchen fast ruinieren, mehr Sex haben, als sie eigentlich wollen, und dabei meist emotional abwesend sind. Solche Menschen haben nach dem neuen ICD-11 eine zwanghafte Sexualverhaltensstörung (Compulsive Sexual Behavior Disorder, CSBD).

Weil das CSBD-Konzept noch relativ jung ist, gab es bisher wenig verlässliche Daten zur Prävalenz in der Bevölkerung. Nach kleineren Untersuchungen sind 1–6% aller Erwachsenen von zwanghaftem Sexualverhalten betroffen, Männer zwei- bis fünffach häufiger als Frauen. Anhand eines nationalen Surveys zur sexuellen Gesundheit haben US-Forscher nun aussagekräftigere Daten erhoben. Danach ist die CSBD-Prävalenz mit rund 9% in der US-Bevölkerung deutlich höher als erwartet. Und: Frauen sind ähnlich häufig betroffen wie Männer. Männer waren zu 10,3% und Frauen zu 7,0% betroffen. Frauen stellten damit 40% aller Personen mit kritischen CSBI-Werten. *mut*

Dickenson JA et al. JAMA Network Open 2018;1(7):e184468