



E-Mail

Ihr Gesundheitsbrief für den Monat März 2021

Von: "EUSANA" <info@eusana.de>

An: firstpraxis@web.de

Datum: 16.03.2021 06:02:09

[Webseitenansicht](#)



Liebe Frau Werner,

Sie erhalten heute Ihren aktuellen Gesundheitsbrief zu nachfolgenden Themen

Gesundheit und Prävention, Zahngesundheit, Sport, Beauty und ästhetische Medizin, Vitalstoffe und Ernährung, Anti-Aging - Alt werden, jung bleiben

Auf Wunsch können Sie die Themen über folgenden [Link](#) ändern

Gesundheit und Prävention

Die möglichen neurologischen Folgen einer COVID-19-Virus-Erkrankung

Auch wenn Erkrankte des COVID-19-Virus keine typischen Anzeichen mehr haben und eigentlich genesen zu sein scheinen, gibt es offensichtlich neurologische Symptome, die noch einige Zeit anhalten können. Dazu gehören das chronische Erschöpfungssyndrom, Störungen in der Konzentration und in der Gedächtnisleistung sowie Schmerzen und Schlafmangel. Sie können bis zu mehrere Monate andauern.

So zeigte beispielsweise eine Studie aus den Niederlanden, dass extreme Erschöpfungszustände, die sogenannte Fatigue, bei 87 % der Covid-19-Patienten auch noch drei Monate nach der Erkrankung auftrat. Weitere spätere Komplikationen scheinen laut erster Untersuchungsergebnisse zudem die Kurzatmigkeit, Schmerzen und Schlafstörungen zu sein. Interessanterweise traten diese Symptome lange nach der Erkrankung auch bei Patienten auf, die zuvor milde Krankheitsverläufe hatten, so ein Ergebnis einer britischen Studie.

Bei Patienten mit schwerem Verlauf der Krankheit scheinen die neurologischen Folgesymptome jedoch noch länger anzudauern und hartnäckiger zu sein. Aus diesem Grunde sei die Lebensqualität in den Folgemonaten einer Erkrankung besonders eingeschränkt. Gemäß einer französischen Studie berichteten 89 % der Covid-19-Patienten auch noch drei Monate später über Schmerzen, 47 % über eine andauernde Muskelschwäche und den daraus resultierenden Einbußen in der Mobilität und 42 % über Angstgefühle und massive depressive Verstimmungen.

Im Sinne einer möglichst schnellen Beschwerdefreiheit sei eine neurologische Nachbetreuung von ehemaligen Covid-19-Patienten somit unabdingbar, so die Deutsche Gesellschaft für Neurologie.

Albers, B.

Die fünf häufigsten neurologischen Folgen von COVID-19
idw-Informationsdienst Wissenschaft 1/2021

Viele aktuelle Informationen zur Corona-Infektion finden Sie im Gesundheitslexikon.

[Weitere Informationen](#)

Kinderwunsch dominiert vor Corona-Ängsten

Kinderwunschbehandlungen nehmen trotz der Corona-Pandemie nicht ab. Der Wunsch nach einem Familiennachwuchs ist größer als die Angst vor einer Ansteckung mit dem Virus. Wie das Deutsche Register für Kinderwunschbehandlungen zeigt, waren entsprechende Behandlungen im vergangenen Jahr wieder auf Rekordniveau. Demnach war in Summe am Ende des Jahres 2020 eine Zunahme der Kinderwunschbehandlungen um 9,3 % erkennbar. Lag die Zahl der Behandlungen 2019 bei etwa 99.000, erzielte sie 2020 einen Wert von über 108.000 Behandlungen.

Wie es zu dieser positiven Entwicklung der Behandlungszahlen trotz Corona kommen konnte, lässt sich mit folgenden Fakten erklären. Zunächst scheinen die behandelnden Zentren das Vertrauen der Kinderwunschpatienten durch ihr überzeugendes Hygienekonzept gewonnen zu haben, sodass der Kinderwunsch eindeutig größer war als die Bedenken, sich mit dem Virus anzustecken. Weiterhin scheinen die sonst häufig vorhandenen begrenzenden Faktoren wie Zeit und finanzielle Mittel aufgrund der Pandemie weggefallen zu sein. Die Investitionen in eine Kinderwunschbehandlung ließen sich für die Betroffenen daher leichter umsetzen.

Auch aus wissenschaftlicher Sicht scheint es derzeit keinen Anlass dafür zu geben, aufgrund der Pandemie auf eine Schwangerschaft zu verzichten, weil sich bisher keine Gründe zur entsprechenden Besorgnis aufzeigen lassen. Was die Frage bezüglich einer Impfpflicht für Schwangere angeht, ist die aktuelle Datenlage noch nicht ausreichend aussagekräftig. Vom Robert-Koch-Institut gehen diesbezüglich weder belastbare Bewertungen noch Empfehlungen aus.

DIR Sonderauswertung Covid-19
Deutsches IVF-Register-Mitteilung 1/2021

Viele Informationen zum Thema „Kinderwunsch“ finden Sie im Gesundheitslexikon.

[Weitere Informationen](#)

Zahngesundheit

Stabilisierung gelockerter Zähne (Transdentale Fixation)

Bei der **transdentalen Fixation** (Synonyme: Transfixation, endodontale Schienung) handelt es sich um ein operatives Verfahren der zahnärztlichen Chirurgie, das in speziellen Fällen dem Erhalt eines gelockerten Zahnes dient. Dabei wird ein Stift in die Zahnwurzel eingebracht, der über die Wurzelspitze des Zahnes hinausragt. Der Stift wird so im um die Wurzelspitze befindlichen Knochen verankert, die Zahnlockerung wird reduziert.

Indikationen (Anwendungsgebiete)

Durch die künstliche Verlängerung der Zahnwurzel transdental (über die natürliche Wurzelspitze hinaus) kommt es bei einem gelockerten Zahn zu günstigeren Hebelverhältnissen zwischen Zahnkrone und Zahnwurzel. Ursachen für die Zahnlockerung können sein:

- Parodontitis marginalis (Entzündung der oberen (Zahnhalbnahen) Anteile des Zahnbetts mit weit fortgeschrittenem Abbau des den Zahn umgebenden Knochens: Zahnfleisch, Zahnwurzelhaut, Wurzelzement, Zahnfachknochen)
- Parodontitis apicalis (Entzündung im Bereich der Wurzelspitze)
- Wurzelquerfraktur (Wurzelquerbruch)

In allen Fällen ist die transdentale Fixation nicht die alleinige notwendige Therapie für den Erhalt des gelockerten Zahnes: im ersten Fall muss die marginale Parodontitis chirurgisch und durch häusliche Hygienemaßnahmen zur Ausheilung gebracht werden. Die apikale Parodontitis (Entzündung des Parodonts (Zahnhalteapparat) genau unterhalb der Zahnwurzel; apikal = "zahnwurzelwärts") erfordert eine Wurzelkanalbehandlung mit chirurgischer Wurzelspitzenresektion. Sollte der Bruchspalt einer quer frakturierten Wurzel sich im wurzelspitzennahen Drittel befinden, so wird dieser Anteil chirurgisch entfernt.

Weitere Informationen zu diesem Thema finden Sie im Zahnlexikon

[Weitere Informationen](#)

Sport

Verändertes Bewegungs- und Ernährungsverhalten während des Corona-Lockdowns

Welche Folgen die Maßnahmen eines Corona-Lockdowns auf den Lebensstil haben, wird verständlicherweise zunehmend erforscht und diskutiert. Wissenschaftler der Universität in Hohenheim haben vor diesem Hintergrund eine Befragung bei Studierenden durchgeführt, um von dieser Zielgruppe entsprechend aussagekräftige Ergebnisse zu erhalten.

Nach dem ersten Lockdown im Frühjahr wurden 800 Studenten im Alter zwischen 21 und 26 Jahren online befragt, zu welchen Lebensstil-Veränderungen die Kontakteinschränkungen geführt hatten. Besonderes Augenmerk legten die Wissenschaftler dabei auf Veränderungen im Ernährungs- und Bewegungsmuster und die damit einhergehenden Veränderungen des Körpergewichts.

Im Ergebnis zeigte sich, dass es sowohl zu positiven als auch zu negativen Veränderungen im Lebensstil gekommen war. Auffallend positiv war es, dass ein Großteil der Studierenden den Lockdown zum Anlass nahm, um sich selbst im frischen Zubereiten von teilweise neuen Speisen zu üben. In diesem Zuge verwendeten sie zunehmend Obst und Gemüse und aßen weniger Fleischprodukte und Wurstwaren. Bezüglich des Bewegungsverhaltens konnten die Studienverantwortlichen feststellen, dass alltägliche Bewegungen zu Veranstaltungen, Freundestreffen etc. verständlicherweise stark abnahmen. Dafür suchten sich viele junge Menschen zunehmend sportliche Aktivitäten. Etwa die Hälfte der Befragten gab an, während des Lockdowns mehr Sport getrieben zu haben als vorher.

Solche Studenten, die eher sorgenvoll durch den Lockdown gingen, zeigten eine Tendenz zur Gewichtszunahme. Während die Hälfte der Studenten häufiger Süßigkeiten und Kuchen verzehrten, griffen etwa 30 % zunehmend nach herzhaften Snacks und Kaffee. Der Alkoholkonsum nahm bei über 40 % ab.

Bezüglich des Körpergewichts lässt sich sagen, dass ein Drittel der Befragten am Ende des Lockdowns mehr Pfunde auf die Waage brachte als zuvor. Bei einem Fünftel hingegen kam es zu einem Gewichtsverlust. Vor allem bei den jungen Menschen mit einem erhöhten BMI traten Körpergewichtsschwankungen auf. Der Gewichtsverlust während des Lockdowns ließ sich nachweislich darauf zurückführen, dass mehr Sport getrieben wurde als zuvor.

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass es unter den Studierenden eine große Gruppe gibt, die das heruntergefahrenere Alltagsleben dafür nutzt, den Lebensstil durch eine ausgewogenere Ernährung und durch mehr sportliche Aktivitäten aufzuwerten, während die andere Gruppe, die den Lockdown eher sorgenvoll betrachtet, zu den negativen Auswirkungen auf das Ernährungs- und Bewegungsverhalten tendiert. Zwischen den beiden Geschlechtern gab es bezüglich der Verhaltensänderungen keine Unterschiede.

Klebs, F.

Corona-Lockdown: Studierende ändern ihr Ernährungs- und Bewegungsverhalten
idw-Informationsdienst Wissenschaft 2/2021

Viele Informationen zum Thema „Sport und dessen Wirkungen auf den Körper“ finden Sie im Gesundheitslexikon.

[Weitere Informationen](#)

Fußball und sein hoher sportpsychologischer Wert

Unter den Teamsportarten steht das Fußballspielen sehr weit vorne. Wissenschaftler aus Deutschland haben untersucht, inwieweit dieser Sport helfen kann, um die Inklusion von Jugendlichen mit Migrationshintergrund zu fördern. Sie kamen zu dem Schluss, dass Fußball unter Beachtung bestimmter sportpsychologischer Regeln einen sehr positiven prägenden Einfluss auf die Entwicklung dieser jungen Menschen aus anderen Kulturen haben kann.

Wichtig dabei ist es, dass die Art des Fußballtrainings eher aufgabenorientiert als leistungs- und wettbewerbsorientiert ist. Es kommt also darauf an, wie der Trainer seine Mannschaft motiviert. Bei optimalem Gelingen eines entsprechend wünschenswerten Trainings kann dieser Sport entscheidend dazu beitragen, dass sich die Jugendlichen angenommen und dazugehörig fühlen. Diese Erkenntnis ist besonders wichtig, um die jungen Menschen positiv bezüglich ihrer Einstellungen und Haltungen für ihre Zukunft zu prägen.

Über 240 Jungen im Alter zwischen 10 und 16 Jahren, von denen 61 % einen Migrationshintergrund hatten, nahmen an einer entsprechenden Befragung teil. Alle Jugendlichen spielten in niederländischen Vereinen Fußball. Im Ergebnis zeigte sich, dass nicht die Zugehörigkeit zu einer Fußballmannschaft an sich dazu beiträgt, dass sich die jungen Spieler dazugehörig und akzeptiert fühlen.

Es kommt wohl mehr darauf an, mit welcher Motivation trainiert und gespielt wird. Wichtig ist es demnach vor allem, den Schwerpunkt darauf zu legen, die Fähigkeiten der einzelnen Spieler zu verbessern. Der zentrale Ansporn für das Training sollte sein, die Aufgabenstellung gut umzusetzen und zunehmend dazuzulernen.

Im Gegensatz dazu wirkt sich ein Trainingsklima, in dem es vor allem um den Wettbewerb innerhalb der eigenen Mannschaft geht, eher negativ auf das Inklusionsempfinden und das Dazugehörigkeitsgefühl aus. Mit dem Studienergebnis konnte wieder einmal klar belegt werden, dass aktiver Sport nicht nur der Gesundheitsförderung dient, sondern auch einen hohen psychologischen Wert hat, wenn das Trainingsklima und die Motivation entsprechend ausgerichtet sind.

Van Yperen, N.W. et al.

Perceived inclusion in youth soccer teams: The role of societal status and perceived motivational goal climate

Psychology of Sport and Exercise 1/2021

Viele Informationen zum Thema „Sport“ finden Sie im Gesundheitslexikon.

[Weitere Informationen](#)

Beauty und ästhetische Medizin

Entwarnung für Aluminiumsalze in Deos?

Das Bundesministerium für Risikobewertung (BfR) hat die regelmäßige Nutzung von Deodorants mit Aluminiumsalzen aus der Diskussion bezüglich einer möglichen gesundheitlichen Beeinträchtigung genommen, weil sie laut dem Ergebnis einer neueren Studie den Körper offensichtlich nicht so sehr belastet, wie man es bisher angenommen hatte.

Die Wirkung der Aluminiumsalze beruht darauf, dass sie die Hautporen zur Verminderung der Schweißbildung verschließen und zusätzlich eine Verbindung mit den Eiweißen im Schweiß eingehen, um die Bildung des unangenehmen Geruchs zu reduzieren. Aluminiumhaltige Deos standen bisher stark unter Beschuss, weil angenommen wurde, dass sich durch ihre Anwendung zu große Aluminiummengen im Körper ansammeln.

Im Rahmen einer Studie, bei der unter anderem die Blut- und Urinkonzentrationen an Aluminium im Zusammenhang mit der Verwendung von aluminiumhaltigen Deos gemessen wurde, zeigte sich nun, dass über die Haut bei Weitem nicht so viel Aluminium aufgenommen wird, wie bisher angenommen. Von der Menge, die äußerlich aufgetragen wurde, analysierten die Wissenschaftler im Körper lediglich 0,00192 %.

Vor diesem Hintergrund bewertete das BfR das gesundheitliche Risiko neu und begründete damit seine aktuelle Entwarnung. Auch wenn Deo-Sprays angewendet würden, führe die zusätzlich möglicherweise eingeatmete Menge nicht zu bedenklichen Werten im Körper. Neben dem Einsatz von Aluminiumsalzen in Kosmetika müsse man auch andere Quellen wie beispielsweise Lebensmittel mit möglicherweise enthaltenen aluminiumreichen Zusatzstoffen oder das Trinkwasser im Blick behalten, so das BfR.

Neue Studien zu aluminiumhaltigen Antitranspirantien: Gesundheitliche Beeinträchtigungen durch Aluminium-Aufnahme über die Haut sind unwahrscheinlich
BfR-Stellungnahme 7/2020

Viele Informationen zum Thema „Haut, Haare, Nägel“ finden Sie im Gesundheitslexikon.

[Weitere Informationen](#)

Hautkrebs – manchmal lohnt sich ein zweiter Expertenblick

Die Diagnose eines bösartigen Hauttumors hat für den Patienten in der Regel einen operativen Eingriff zur Folge. Eine US-amerikanische Studie hat ergeben, dass es in manchen Fällen sinnvoll ist, sich eine zweite Diagnose einzuholen, denn in jedem zehnten Fall der teilnehmenden Probanden konnte eine weitere Untersuchung die Erstdiagnose nicht bestätigen, sodass eine Operation doch nicht notwendig war.

Im Rahmen der Studie wurden die Erstbefunde, die durch eine Biopsie ermittelt wurden, von über 350 Patienten eines vermeintlichen Melanoms durch eine weitere Gewebeprobe begutachtet. Diese beiden Befunde wurden miteinander verglichen. Bei der Auswertung zeigte sich, dass bei 10,3 % der Studienteilnehmer die erste Diagnose nicht bestätigt werden konnte.

Außerdem wies die Studie auf, dass bei 31,6 % der Patienten mittels Zweitdiagnose eine abweichende Art von Hautkrebs diagnostiziert wurde. Diese abweichenden Befunde führten dazu, dass bei 8,9 % eine veränderte Therapie ausgewählt wurde. Bei 87,5 % kamen die Ärzte aufgrund des Zweitbefundes zu dem Entschluss, auf einen operativen Eingriff zu verzichten.

In einigen wenigen Fällen fiel der Zweitbefund schlechter aus, sodass die betroffenen Hautpartien großzügiger entfernt werden mussten als zuvor ermittelt.

Lohmann, M.E. et al.

Impact of second-opinion dermatopathology reviews on surgical management of malignant neoplasms
J. Am. Journal of Dermatol. 12/2020

Viele Informationen zum Thema „Hautkrebs, insbesondere dem malignen Melanom“ finden Sie im Gesundheitslexikon.

[Weitere Informationen](#)

Vitalstoffe und Ernährung

Langzeitige Vitamin D-Supplementation kann Blutdruck senken

In vielen Studien beobachten Wissenschaftler regelmäßig einen Zusammenhang zwischen zu geringen **Vitamin D**-Spiegeln und gesundheitlich ungünstig hohen Blutdruckwerten der Versuchsteilnehmer. Lauren Aberhalden und ihr Team aus Wissenschaftlern der Züricher Universitätsklinik und Wissenschaftlern der Harvard School of Public Health untersuchten, ob durch eine Vitamin D-Gabe der Blutdruck gesenkt werden kann.

Die Daten der Studie entstammten der Züricher Multiple Endpoint Vitamin D Studie zu Kniearthrosen. Es handelte sich um eine experimentelle Studie, bei der ausgewählte Patienten, die sich einer Knieoperation unterzogen, für 24 Monate entweder 20 µg oder 50 µg Vitamin D (800 oder 2.000 Internationale Einheiten = IE) erhielten. Die 273 Teilnehmer waren alle älter als 60 Jahre.

Die Einnahme von Vitamin D senkte den Blutdruck in beiden Gruppen. Es konnte festgestellt werden, dass der systolische Blutdruck nach zwei Jahren der Vitamin D-Einnahme im Durchschnitt um fast 4 mmHg abgenommen hatte. Zudem konnte beobachtet werden, dass eine höhere Vitamin D-Einnahme tägliche Blutdruckschwankungen stärker reduzierte.

Die Studie von Lauren Aberhalden und Kollegen bestätigt die Beobachtungen aus Studien, dass eine Vitamin D-Einnahme bei älteren Menschen den Blutdruck positiv beeinflussen kann.

Aberhalden LA, Meyer S, Dawson-Hughes B, et al.

Effect of daily 2000 IU versus 800 IU vitamin D on blood pressure among adults age 60 years and older: a randomized clinical trial
Am J Clin Nutr. 6/2020

Ein starkes Herz und gesunde Gefäße sind die Grundlage für unsere körperliche und geistige Leistungsfähigkeit sowie Spaß am Leben. Weitere Informationen zu diesem Thema finden Sie im Vitalstofflexikon.

[Weitere Informationen](#)

Schlafbeerenwurzel-Extrakt verbessert Schlafqualität

Extrakte der **Schlafbeerenwurzel**, auch bekannt als Ashwagandha, werden bereits seit Jahrhunderten wegen ihrer schlaffördernden Wirkung angewendet. Schlafbeerenwurzel-Extrakt gilt daher als komplementärmedizinischer Vitalstoff zur Behandlung einer Schlafstörung. In einer Studie untersuchten Wissenschaftler die Wirkung des Extraktes über acht Wochen sowohl bei 40 gesunden als auch 40 Patienten mit Schlafstörungen. Alle Patienten durchliefen zu Beginn und nach acht Wochen zahlreiche Tests zur Schlafqualität.

In beiden Gruppen, Gesunde und Teilnehmer mit Schlafstörungen, bewirkte die Einnahme des Schlafbeerenwurzel-Extraktes eine Verbesserung der Schlafqualität. Die Wirkung bei Teilnehmern mit einer Schlafstörung war stärker ausgeprägt. Dies äußerte sich in einer kürzeren Einschlafzeit, einer besseren Schlafqualität, einer höheren Schlafeffizienz, einer längeren Schlafgesamtheit, seltenerem Aufwachen nach Einsetzen des Schlafs und einer am Tage höheren geistigen Wachsamkeit.

Ebenso schnitten Teilnehmer, die Schlafbeerenwurzel-Extrakte eingenommen hatten, besser bei der Hamilton-Angst-Skala ab. Die Hamilton-Angst-Skala ist ein Fragebogen zur Beurteilung der Schwere

von Angststörungen. Die aktuelle Studie zeigt, dass Supplemente mit Schlafbeerenwurzelextrakt den Schlaf von Menschen mit und ohne Schlafstörungen verbessern können.

Langade D, Thakare V, Kanchi S, Kelgane S.

Clinical evaluation of the pharmacological impact of ashwagandha root extract on sleep in healthy volunteers and insomnia patients: A double-blind, randomized, parallel-group, placebo-controlled study J Ethnopharmacol. 8/2020

Die Gestaltung der Schlafumgebung und die Beachtung weniger Regeln kann den Schlaf positiv beeinflussen. Weitere Informationen zu diesem Thema finden Sie im Vitalstofflexikon

[Weitere Informationen](#)

Anti-Aging - Alt werden, jung bleiben

Verwirrtheit als untypisches Erstsymptom bei älteren Corona-Betroffenen

Eine Infektion mit dem Covid-19-Virus schnell zu erkennen, das ist das Ziel des Gesundheitswesens, um den Patienten unverzüglich und optimal betreuen zu können und eine unentdeckte Ausbreitung des Virus zu vermeiden. Eine Studie aus Großbritannien konnte aufzeigen, dass sich vor allem bei betagteren Menschen eine Corona-Infektion nicht immer durch die typischen Symptome wie beispielsweise Hals- und Kopfschmerzen ankündigt, sondern sich auch durch das untypische Symptom der Verwirrtheit bemerkbar macht.

Der Zusammenhang einer entsprechenden geistigen Verwirrung, einer Orientierungslosigkeit und Benommenheit mit einer möglichen Covid-19-Erkrankung ist vielen Menschen nicht geläufig, so dass die Infektion teilweise zu spät erkannt wird. Das trage laut Aussagen der Wissenschaftler dazu bei, dass ältere Menschen häufig einen schlimmeren Verlauf der Erkrankung haben und eher daran sterben als jüngere Generationen. Auch könnte eine vor diesem Hintergrund unerkannte Corona-Infektion mitverantwortlich sein für eine schnellere Ausbreitung des Virus in Pflege- und Altenheimen.

Vor dem Hintergrund dieses Studienergebnisses weisen die Verantwortlichen darauf hin, dass man vor allem bei Menschen ab einem Alter von 65 Jahren bei einer plötzlich eintretenden geistigen Verwirrtheit nicht nur an die herkömmlichen Ursachen wie beispielsweise psychischer Stress, mangelhafte Flüssigkeitsversorgung oder die Einnahme von Medikamenten denken sollte, sondern auch die Möglichkeit in Betracht ziehen müsse, dass sich damit eine Covid-19-Erkrankung ankündigen könnte.

Maria Beatrice Zazzara et al.

Probable delirium is a presenting symptom of COVID-19 in frail, older adults: a cohort study of 322 hospitalised and 535 community-based older adults
Age and Ageing 1/21

Viele Informationen zum aktuellen Thema der „Corona-Infektion“ finden Sie im Gesundheitslexikon.

[Weitere Informationen](#)

Gesundes Herz fördert stabilen Geist

Die sogenannte Herzinsuffizienz (Herzschwäche) tritt im höheren Alter zunehmend auf. 10 % der über 70-Jährigen und 1-3 % der 40- bis 50-Jährigen sind von einer entsprechenden unzureichenden Funktion des Herzens betroffen. Diese Patienten scheinen häufig auch Störungen in ihrer Gedächtnisleistung und Defizite bezüglich ihrer Aufmerksamkeit zu haben. Interessanterweise kann eine Therapie der Herzinsuffizienz eine weitere Verschlechterung dieser kognitiven Beeinträchtigungen aufhalten. Ein direkter Zusammenhang zwischen einem gesunden Herzen und einer stabilen geistigen Aktivität ist somit deutlich zu erkennen.

Ein Forscherteam aus Würzburg nahm 148 Männer und Frauen mittleren Alters, die von einer Herzschwäche betroffen waren, über einen Studienzeitraum von drei Jahren unter die Lupe, indem sie die Erkrankung optimal therapierten und zeitgleich die Veränderungen der kognitiven Leistungsfähigkeit mittels spezieller Untersuchungen dokumentierten. Die anfänglich gemessenen kognitiven Einschränkungen blieben mit zunehmender Genesung des kranken Herzens stabil beziehungsweise verbesserten sich teilweise. In einigen Fällen kam es während des Studienzeitraums lediglich zu leichten weiteren Verschlechterungen der Aufmerksamkeit.

Die Wissenschaftler konnten belegen, dass bei den Herzpatienten eine bestimmte Region im Gehirn, die insbesondere für die Gedächtnisleistung und Informationsverarbeitung verantwortlich ist, kleiner war als bei herzgesunden Patienten. Dieser spezielle Zusammenhang konnte in der dreijährigen Studie mithilfe neuer Analysetechniken eindeutig belegt werden. Denn diese Messungen ermöglichen es, die

entsprechenden Hirnregionen im zeitlichen Verlauf präzise zu vermessen und mit den vorhandenen Normalwerten von herzgesunden Menschen zu vergleichen.

Frey, a: et al.

Temporal changes in total and hippocampal brain volume and cognitive function in patients with chronic heart failure—the COGNITION.MATTERS-HF cohort study, European Heart Journal 1/2021

Viele Informationen zum Thema „Herzinsuffizienz“ finden Sie im Gesundheitslexikon.

[Weitere Informationen](#)

Umfangreiche Informationen zu den Themen "**Gesundheit und Prävention**", "**Zahngesundheit und Zahnästhetik**", "**Beauty und ästhetische Medizin**" und "**Vitalstoffe und Ernährung**" erhalten Sie im Gesundheitsportal **DocMedicus** unter www.docmedicus.de.

Falls Sie mehr über "**Erfolgreiche Individualmedizin**" erfahren möchten, besuchen Sie unseren [Workshop in Ihrer Region](#), oder teilen uns mit, wenn Sie eine persönliche Vorstellung in Ihrer Praxis wünschen.

Mit herzlichem Gruß

Dr. med. Werner G. Gehring

Den Gesundheitsbrief weiterempfehlen



EUSANA GmbH & Co. KG

Hannoversche Str. 24 | 31848 Bad Münder | [Impressum](#)

Telefon [05042-940 250](tel:05042-940250) | [05042-940 608](tel:05042-940608) | info@eusana.de | www.eusana.de

Falls Sie Ihren Gesundheitsbrief abbestellen möchten, klicken Sie bitte [hier](#)