

Das Gesundheitsmagazin Kluge Menschen leben länger



Sonntag, 4. Juli 2010

- "Gemeinsam für Sven! - Gemeinsam gegen Leukämie!" - Stammzellenspender gesucht
- Ambulant vor stationär - Neue Vergütung in der Psychiatrie
- Typ-2-Diabetes: Blutzucker senken, aber nicht um jeden Preis
- Chemische Keule? Übertriebene Intimhygiene schadet
- 1000 Jahre Esskultur - Große Portionen beim letzten Abendmahl

Moderation: Susanne Merkle

Weitere Informationen zu den Beiträgen

„Gemeinsam für Sven! – Gemeinsam gegen Leukämie!“ - Stammzellenspender gesucht.

Die DKMS, die deutsche Knochenmarkspenderdatei, ist mit über 2.198.000 Spendern die weltweit größte Stammzellenspenderdatei. In den letzten 19 Jahren hat sie über 21.483 Stammzellentransplantationen ermöglicht. Doch ein Teil der Leukämiepatienten findet keinen passenden Spender. Sven N. ist einer von ihnen, wohl auch, weil sein Vater aus dem kurdischen Teil des Irak stammt. Denn bei der DKMS sind bisher noch nicht viele in Deutschland lebende Bürger mit Migrationshintergrund registriert, die es wahrscheinlicher machen würden, dass Patientien, die es ihren „genetischen Zwilling“ finden. Zwar könnte auch für ihn jeder der passende Spender sein, bei Menschen mit Migrationshintergrund aus der Region Nordirak/Türkei ist die Wahrscheinlichkeit jedoch höher. Deshalb werden besonders auch diese Menschen im Kampf gegen Leukämie gebraucht.

Ambulant vor stationär – Neue Vergütung in der Psychiatrie

Immer mehr Menschen erkranken im Lauf ihres Lebens an einer psychischen Krankheit. Nicht alle müssen stationär behandelt werden, doch alle brauchen wenigstens für eine bestimmte Zeit Betreuung durch Fachleute. Um die steigenden Kosten im Zaum zu halten, gibt es seit dem ersten Januar eine neue Vergütung für stationäre Leistungen, die wohl auch auf andere Bereiche Einfluss hat.

Typ-2-Diabetes: Blutzucker senken, aber nicht um jeden Preis

Typ-2-Diabetiker haben, sehr vereinfacht gesagt, zwei Probleme: Zum einen, dass sie möglicherweise zu wenig Insulin produzieren, das gebraucht wird, um Glucose im Körper verwertbar zu machen; insbesondere dann zu wenig Insulin, wenn sie essen. Und zum zweiten, dass bei ihnen das Insulin - selbst wenn es vorhanden ist - an den Zellen nicht mehr richtig wirkt, so dass sie die Glucose nicht genug verwerten können. Betroffen sind in erster Linie Fett-, Muskel- und Leberzellen. Die Folge: Unter anderem überhöhter Blutzucker. Was liegt also näher, als die Annahme: je niedriger

der Blutzuckerwert, desto besser. Und so galt es unter Diabetologen lange Zeit als erstrebenswert, bei ihren Patienten den sogenannten HbA1c-Wert - das ist ein Indikator für den Blutzucker - unter allen Umständen so niedrig wie möglich zu halten. Bis Studien an diesem Dogma zu rütteln schienen.

Chemische Keule? Übertriebene Intimhygiene schadet

Die Intimhygiene ist oft Thema in Frauenzeitschriften und Glamourmagazinen. Und manche Frau hat nach der Lektüre der Artikel das Gefühl, ohne eine ultrasaugfähige Silpeinlage und einer desinfizierend wirkenden Intimlotion nicht mehr auszukommen. Doch übertriebene Intimhygiene schadet häufig mehr als sie nutzt. Denn viele Substanzen in den Pflegeprodukten sind zu aggressiv, erklärt der Berufsverband der Frauenärzte. Die Folgen davon sind Beschwerden und Infektionen im Genitalbereich.

1000 Jahre Esskultur – Große Portionen beim letzten Abendmahl

Das kennt jeder von uns: Große Portionen auf großen Tellern verführen dazu, mehr zu essen, als einem gut tut. Und die Portionen, die wir essen, sind immer größer geworden. Aber wie lange gibt es diesen Trend bereits? Die Antwort auf diese Frage fanden die Wissenschaftler in der Kunst, denn dort wird oft der Alltag abgebildet.

Wir über uns

B5 Gesundheit -
Die schnelle Information aus sicherer Quelle.
Ganzheitlich, über Körper, Geist und Seele.
Out ist: Reparaturmedizin
In ist: selbstverantwortliches Gesundheitsmanagement, denn:
Kluge Menschen leben länger.