



Infos

33%

Zur Einnahme-- Ein Drittel der Bevölkerung in Deutschland wünscht sich mehr fachliche Ratschläge für die richtige Einnahme von Medikamenten. Diese Unterstützung soll in erster Linie vom Arzt (90 %) oder dem pharmazeutischen Personal (70 %) kommen, zeigt eine repräsentative Meinungsumfrage des Deutschen Gesundheitsmonitors des Bundesverbandes der Arzneimittel-Hersteller. Diese hat auch ergeben, dass mehr als 80 Prozent der Befragten die fachliche Beratung in der Apotheke bei leichten Erkrankungen wichtig oder sogar sehr wichtig finden, ganz gleich, ob es sich um ein chemisches, pflanzliches oder homöopathisches Präparat handelt.



Sonnenschutz

Von der Natur inspiriert-- Spanische Wissenschaftler haben eine neue Familie von UVA- und UVB-Filtern entdeckt. Als Inspirationsquelle dienten mycosporinähnliche Aminosäuren, die im Reich der Mikroben und bei marinen Algen als UV-Schutz weit verbreitet sind. Die kleinen, von Aminosäuren abgeleiteten Moleküle sind hitzestabil und absorbieren Licht im ultravioletten Spektralbereich. Dadurch schützen sie die mikrobielle DNA vor Strahlungsschäden. Nun konnten die Forscher zeigen, dass diese bei einem Test in realen Formulierungen den Sonnenschutzfaktor um mehr als das Zweifache anhoben.

Quelle: onlinelibrary.wiley.com

SCHWITZEN

Demenzprophylaxe-- Eine finnische Studie weist darauf hin, dass regelmäßiges Schwitzen in der Sauna möglicherweise vorbeugend gegen Demenz und Alzheimer wirkt. Von denjenigen Studienteilnehmern, die einmal pro Woche saunierten, entwickelten zehn Prozent eine Demenz, neun Prozent waren es bei denjenigen, die zwei- bis dreimal pro Woche schwitzten. Unter denjenigen, die es vier- bis siebenmal wöchentlich bei 80 bis 100 Grad Celsius trockener Hitze aushielten, waren es nur vier Prozent. Ähnlich verhielt sich die Verteilung bei der Alzheimer-Erkrankung (6 vs. 6 vs. 3 %).

Quelle: SpringerMedizin.de

