

# Fetteiches

**Insulinresistenz--** Wissenschaftler haben herausgefunden, dass bereits die einmalige Aufnahme einer größeren Menge Palmöl – diese enthielt eine ähnliche Menge gesättigter Fettsäuren wie zwei Cheeseburger mit Speck und eine große Portion Pommes oder zwei Salami-Pizzen – die Empfindlichkeit des Körpers für Insulin verringert sowie vermehrte Fetteinlagerungen und Veränderungen im Energiestoffwechsel der Leber hervorruft. Die beobachteten Veränderungen glichen denen von Menschen mit Typ-2-Diabetes oder nicht alkoholischer Fettlebererkrankung. Die Forscher vermuten, dass gesunde Menschen diese unmittelbaren Auswirkungen der fettreichen Nahrung leicht bewältigen können. Problematisch könnten jedoch die langfristigen Folgen für regelmäßige Esser solcher fettreichen Mahlzeiten sein.

NÄHERES UNTER: [www.jci.org/articles/view/89444](http://www.jci.org/articles/view/89444)



## INHALATIVE KORTIKOSTEROIDE

**Leichtes Asthma--** Studiendaten der Universitätsklinik Düsseldorf legen nahe, dass eine frühzeitige antiinflammatorische Dauertherapie mit inhalativen Kortikosteroiden (ICS) auch bei Kindern mit leichtem Asthma und vergleichsweise seltenen, belastungsabhängigen Symptomen vorteilhaft ist. Das gilt den Medizinern zufolge auch für Kleinkinder unter drei Jahren, wenn die Diagnose Asthma gesichert ist. Am wirksamsten seien ICS bei Kindern mit einer Sensibilisierung auf Aeroallergene und erhöhter Bluteosinophilie ( $\geq 300$  eosinophile Granulozyten/ $\mu\text{l}$ ). Die Ärzte empfehlen, die ICS über mindestens drei Monate täglich durchzuführen, bevor ein Auslassversuch erwogen werden sollte.

Quelle: Ärzte Zeitung

# Babyblues

**Väter--** Wie eine neuseeländische Studie zeigt, rutscht auch so mancher Mann vor allem nach der Geburt in ein Stimmungstief. Die Forscher führten mit den Männern Interviews, eines im letzten Schwangerschaftsdrittel und eines neun Monate nach der Geburt. Ergebnis: 2,3 Prozent zeigten vor und 4,3 Prozent nach der Geburt Zeichen einer Depression. Das Risiko hierfür hing deutlich mit dem subjektiv empfundenen Stress und dem allgemeinen Gesundheitsstatus der Männer zusammen.

Quelle: SpringerMedizin.de



## GLUTEN

**Reizdarm--** Wenn Reizdarmpatienten, die nicht an Zöliakie leiden, über glutenabhängige Beschwerden klagen, kann das ein Nocebo-Effekt sein. Es kann sich aber auch um eine Non-Zöliakie-Gluten-Überempfindlichkeit handeln, wie Forscher unlängst beim Internisten-Update 2017 berichteten. Hier vorgestellt wurden die Ergebnisse einer placebokontrollierten Doppelblind-

studie, in der Reizdarmpatienten nach einer Belastung mit Gluten unter anderem mit Blähungen und Schmerzen reagierten. Für die Praxis lautet die Empfehlung der Experten: Wenn Reizdarmpatienten Gluten als Auslöser ihrer Beschwerden verdächtigen, können sie einen befristeten Diätversuch unternehmen. Der sollte aber nur fortgesetzt werden, wenn die Symptome darunter tatsächlich besser werden.

Quelle: Ärzte Zeitung