

# Kakao



**Denkleistung--** Der Genuss von Kakao-Flavonolen verbessert die kognitive Leistung. Zu diesem Schluss kamen Forscher der italienischen Universität von L'Aquila nach einer Literaturrecherche. Wenn auch Dosis, Timing und Form der Flavonol-Intervention nicht wissenschaftlich gesichert sind, setzen die Forscher ihre Ergebnisse schon mal in die Praxis um und verzehren jeden Tag ein Stückchen dunkle Schokolade.

Quelle: Ärzte Zeitung



## FERSENSCHMERZ

**Spritzen und Stoßwellen sind nützlich--** Plantare Fersenschmerzen gehen meist auf eine Entzündung der Sehnenplatte der Fußsohle (plantare Fasziitis) zurück und können Betroffene erheblich beeinträchtigen. Nun haben Mitarbeiter des Cochrane-Netztes den Nutzen von lokalen Kortikoidinjektionen untersucht und dafür 39 Studien mit 2492 Patienten ausgewertet. Demnach bewirken die Injektionen eine leichte Schmerzlinderung im Vergleich zu Placebospritzen oder keiner Therapie. Allerdings hält der Effekt nur bis zu einem Monat an. Erst kürzlich hatte das Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG) die extrakorporale Stoßwellentherapie (ESWT) zur Behandlung von Patienten mit Fersenschmerzen bewertet: Mit Blick auf den Endpunkt Schmerz sah das IQWiG den Nutzen der ESWT verglichen mit Placebo als belegt an.

Quelle: Ärzte Zeitung

## Aktuell auf:

[www.das-pta-magazin.de](http://www.das-pta-magazin.de)



„Nichts ist beständiger als der Wandel“. Nach diesem Zitat Charles Darwins gestalten wir unsere Homepage. Und so lohnt es sich für Sie, immer mal wieder vorbeizuschauen und Neues zu entdecken.

### Minirätsel Rezeptur

Gewinnen Sie ein Exemplar von „Das Jod Kochbuch“ mit 50 verschiedenen Rezepten mit jodhaltigen Lebensmitteln. Was Sie dafür tun müssen? Beantworten Sie online unsere knifflige Rätselfrage.



### Beratungsthema Schulkinder

Hat der Alltag nach den großen Ferien wieder Einzug gehalten, können Schulkinder Angst oder Stress diesen trüben. Tipps für Hilfesuchende finden Sie im aktuellen Beratungsthema „Schulkinder“.

