

Auf Rezept

Kunst-- Ein neues, auf der International Arts and Health Conference in Sydney vorgestelltes, Programm der University of New South Wales in Australien sieht vor, dass Gesundheitsexperten und Allgemeinmediziner Rezepte für ihre Patienten ausstellen, mit denen diese Kunstkurse besuchen können. Das Programm wurde ausgerichtet auf Personen im Alter von über 65 Jahren mit einer Vielzahl an gesundheitlichen Schwierigkeiten. Gruppen von sechs bis acht Teilnehmern arbeiteten für zwei Stunden pro Woche über einen Zeitraum von zehn Wochen in einem Kunstbereich ihrer Wahl mit einem speziell geschulten Künstler. Die Daten von 139 Teilnehmern des Programms wurden ausgewertet. Demnach konnte eine signifikante gesundheitliche Verbesserung nach dem Programm festgestellt werden, ebenso wie eine statistisch signifikante Verbesserung in selbst wahrgenommener Kreativität und Häufigkeit von kreativen Aktivitäten.

Quelle: Institut Ranke-Heinemann



ALZHEIMER

Nährstoffkombination-- Personen im Vorstadium der Alzheimerkrankheit (prodromale Phase) profitieren möglicherweise von einem Nährstoffgemisch aus essenziellen Fettsäuren, Vitaminen und anderen Nährstoffen („Fortasyn Connect“). Das hat das europäische Forscherkonsortium LipiDiDiet unter Leitung von Prof. Tobias Hartmann von der Universität des Saarlandes herausgefunden. Zwar zeigte sich in neuropsychologischer Hinsicht im Vergleich zu einer Testgruppe keine Veränderung. Jedoch verbesserten sich die kognitiven und funktionellen Leistungen der Patienten in der prodromalen Phase im Alltag signifikant. Auch das Gehirn schrumpfte im Vergleich weniger.

NÄHERES UNTER: www.lipididiet.eu

Darmkrebs

Bewegung-- Viel Bewegung ist mit einem verminderten Darmkrebsrisiko verbunden. Eine Beobachtung, die durch die günstige Wirkung der körperlichen Aktivität auf den Taillenumfang, die Stoffwechselfundus und den Vitamin-D-Status erklärbar sein könnte. Zu diesen Ergebnissen kommt ein internationales Forscherteam vom



Deutschen Institut für Ernährungsforschung, nachdem es die Daten einer großen europäischen Langzeit-Beobachtungsstudie ausgewertet hat. An dieser nehmen insgesamt circa 520 000 Frauen und Männer teil.



STADTKINDER

Asthma bronchiale-- Asthma-kranke Kinder profitieren von einem Wohnsitz, der in der Nähe eines Parks liegt. Das zeigt eine Studie der University of Maryland School of

Medicine in Baltimore. Die Forscher hatten bei 196 Kindern mit Asthma bronchiale im Alter zwischen drei und zwölf Jahren per Interview mit den Eltern die Anzahl der Tage mit Beschwerden in einem 14-Tages-Zeitraum ermittelt und das Ergebnis mit der Distanz des Wohnortes zum nächsten Park korreliert. Kinder, die in unmittelbarer Nähe eines Parks wohnten, litten im Schnitt an fünf von 14 Tagen unter Symptomen. Im Gesamtkollektiv kam pro 305 Meter Abstand zum nächsten Park ein zusätzlicher Tag mit Beschwerden hinzu. So hatten Kinder, die gut 900 Meter entfernt wohnten, an acht von 14 Tagen Atemwegsprobleme.

Quelle: MMW