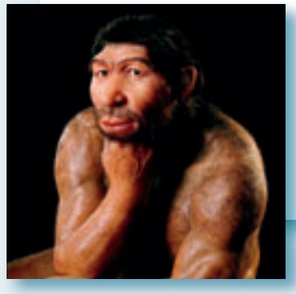
Neandertaler waren schlechte Läufer

Möglicherweise war es die Achillessehne, die dem Neandertaler beim Überlebenswettkampf mit dem modernen Menschen zum Verhängnis wurde. Forscher der Universität Arizona in Tucson verglichen deren Fussanatomie und stellten fest, dass die Achillessehne der Neandertaler weniger leistungsfähig war und sie deshalb schlechte Läufer waren. Bei der Jagd über kurze Distanzen, etwa in Waldgebieten, sei dies noch kein schwerwiegender Nachteil gewesen, erklären die Forscher. Doch als während der Eiszeit die Wälder durch die offene Tundra verdrängt wurden, war der moderne Mensch durch seinen effizienteren, energiesparenden Laufstil dem Neandertaler bei der Jagd überlegen. *kd*



Reizdarm: überaktive Immunzellen als mögliche Ursache

Die Symptome bei Reizdarm sind häufig wiederkehrende Darmkrämpfe, Blähungen und Verdauungsstörungen. Eine organische Ursache dafür liess sich bisher nicht feststellen. Doch vermuten Fachleute schon länger, dass ein bestimmter Typ von Immunzellen, die sogenannten Mastzellen, das Reizdarmsyndrom auslöst. In einer kleinen Pilotstudie fanden Mediziner der Universität Bonn bei Patienten mit schweren Reizdarmbeschwerden deutliche Hinweise auf eine krankhafte Überaktivität der Mastzellen. Dabei fragten die Mediziner auch nach Begleitsymptomen wie Hitzewallungen, Gefühlsstörungen in Armen und Beinen, asthmatische Beschwerden sowie Schlaf- und Konzentrationsstörungen. Bei 19 der 20 Studienteilnehmer fand sich eine Häufung derartiger Begleitsymptome. In ihrer Kombination seien solche Störungen nur durch eine Überaktivität der Mastzellen zu erklären, so die Schlussfolgerung der Bonner Forscher. Sie hoffen nun, diese durch eine Medikamentenkombination in den Griff zu bekommen und damit auch die Reizdarmsymptome zu mindern oder ganz zu beseitigen. *kd*

Schlafmangel bei Kindern, ein Diabetesrisiko?

Viele übergewichtige Kinder bekommen laut einer Studie von Schlafforschern in Chicago zu wenig Schlaf. Dies könnte ihr Risiko, später an Typ-2-Diabetes zu erkranken, erhöhen. Die Forscher gaben 300 Kindern im Alter von 4 bis 10 Jahren ein Gerät ans Handgelenk, das alle ihre Bewegungen aufzeichnete. Aus den Daten liess sich ablesen, wann und wie lange die Kinder schliefen. In Zusammenhang mit den Schlafdefiziten zeigte sich auch ein Anstieg von Insulin und Blutzucker, was auf einen beginnenden Diabetes hinweist. Wissenschaftler haben bereits seit einiger Zeit den Verdacht, dass zu wenig Schlaf eine wichtige Ursache für die Entwicklung von Übergewicht ist. Bis anhin gab es dafür nur Belege aus Studien mit Erwachsenen. Dass bereits Kinder betroffen sind, unterstreicht nun den Verdacht. *kd*

Schmerzmittel erhöhen Herzinfarktrisiko

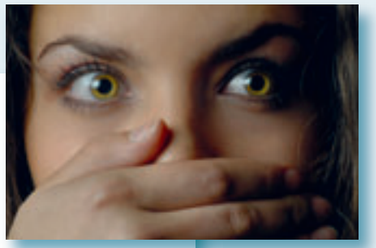
Wer regelmässig – auch rezeptfrei erhältliche – Schmerzmittel einnimmt, verschafft sich nicht nur Linderung. Oft setzen sich diese Personen auch dem erhöhten Risiko für einen Herz- oder Hirninfarkt aus. Dies melden Wissenschaftler vom Institut für Sozial- und Präventivmedizin der Universität Bern, die 31 klinische Studien zu 7 verschiedenen Schmerzmitteln und die Angaben von 116 429 Patienten analysierten. Die am meisten verwendeten Schmerzmittel gehören zur Klasse der nichtsteroidalen Entzündungshemmer, die Schmerzen stillen, Fieber senken und eben Entzündungen hemmen. Da einige dieser Entzündungshemmer die erwähnten Risiken beträchtlich erhöhen, sei Vorsicht geboten, so die Wissenschaftler. Das höchste Risiko besteht beim herkömmlichen, rezeptfrei erhältlichen Schmerzmittel Diclofenac sowie beim seit letztem Jahr in der Schweiz zugelassenen Etoricoxib (ein COX-2-Hemmer). Bei beiden Medikamenten besteht eine 4-fach erhöhte Herz-Kreislauf-Sterblichkeit, im Vergleich zu einem Plazebo. *kd*

Ablenkung verbessert die Konzentration

Was auf den ersten Blick paradox erscheint, will eine amerikanische Studie der Universität Illinois festgestellt haben: Um anspruchsvolle Aufgaben zu lösen, sei es hilfreich, sich zwischendurch immer wieder eine kleine Ablenkung zu gönnen. Ein Test mit 84 Freiwilligen ergab, dass sich die Teilnehmer dadurch deutlich länger auf ihre Arbeit konzentrieren konnten. Die Leistungsfähigkeit werde hochgehalten, weil das Gehirn darauf ausgelegt sei, auf Veränderungen zu reagieren, lautet die Erklärung zum überraschenden Ergebnis der Studie. Sie widerspricht damit der weitverbreiteten Annahme von Psychologen, wonach die Konzentrationsfähigkeit begrenzt ist und bei längerer Beschäftigung mit einer Aufgabe aufgebraucht wird. Die Verfasser der Studie gehen aber davon aus, dass die Konzentrationsfähigkeit an sich konstant sei, jedoch bei ständiger gleichbleibender Beschäftigung nicht immer vollständig auf die aktuelle Tätigkeit gerichtet werde. *kd*

Hauttest zeigt ungesunden Lebensstil auf

Mediziner der Charité Berlin haben ein Messverfahren entwickelt, das innerhalb von Minuten Angaben machen kann, wie gesund oder ungesund die Lebensweise eines Menschen ist. Bei dem Verfahren wird Licht auf und in die Haut gesendet. Ein Teil des Lichts streut ans Messgerät zurück und enthält Informationen, die wie ein Fingerabdruck Lebensstil und Stressfaktoren einer Person aufzeigen. Dieses Verfahren wird nun in einer Pilotstudie mit 50 Schülern erprobt. Ziel der Studie ist es, zu untersuchen, ob Jugendliche ihr Verhalten ändern, wenn die Folgen ungesunder Ernährung oder auch von Alkohol- und Nikotinkonsum für sie direkt sichtbar gemacht werden. *kd*



Angst und Furchtlosigkeit sind Konkurrenten

Ein internationales Neurologenteam hat entdeckt, warum manche Menschen sich bereits vor Kleinigkeiten fürchten, während andere selbst in Horrorsituationen ruhig bleiben: Im Gehirn konkurriert ein Schaltkreis für Angst und Flucht mit einem zur Furchtunterdrückung. Je nachdem, welche der beiden Funktionen bei einem Menschen die Oberhand hat, entsteht ein ängstlicher oder aber ein furchtloser Charakter. Das schliessen die Forscher aus Untersuchungen mit der sogenannten funktionellen Magnetresonanztomografie. Damit erfassten sie während simulierten Angstsituationen die Aktivität in bestimmten Hirnbereichen von Testpersonen. Aus den gewonnenen Erkenntnissen erhoffen sich die Neurologen neue Therapiemöglichkeiten bei Angststörungen. *kd*

FOTOS: ISTOCKPHOTO / ZVG