

Endgültiger Nachweis steht noch aus

Immunstimulation durch Joghurt

Joghurt erfreut sich in der gesundheitsbewussten Bevölkerung zunehmender Beliebtheit. Dem Milchprodukt wird dabei ein immunstimulierender Effekt unterstellt.

Joghurt bzw. die darin enthaltenen Milchsäurebakterien sollen präventive und therapeutische Effekte auf verschiedene Krankheiten wie Krebs, Infektionen, gastrointestinale Störungen oder Asthma haben. Dabei wird ein immunstimulierender Wirkmechanismus des Joghurt angenommen. Theoretische Überlegungen lassen dies auch plausibel erscheinen.

Zahlreiche tierexperimentelle Studien belegen einen immunstimulierenden Effekt, nachgewiesen anhand zahlreicher immunrelevanter Parameter – eine Übertragung der Ergebnisse auf den Menschen ist aber problematisch.

Humanstudien wurden dagegen relativ selten durchgeführt. Sie kommen zwar auch fast durchweg zu positiven Resultaten, doch sind die methodischen Bedingungen anfechtbar. Bemängelt werden zu kleine Probandenzahlen, zu kurze Beobachtungszeiten und fehlende Kontrollen.

FAZIT: Auch wenn theoretische Überlegungen und experimentelle Untersuchungen für eine Immunstimulation durch Joghurtverzehr sprechen, fehlen bisher eindeutige Studien, die diese Gesundheitswirkung für den Menschen belegen. (bk)

U Meydani SN et al.: Immunologic effects of yogurt. *Am J Clin Nutr* 71 (2000) 861-872

✕ Bestellnr. der Arbeit 001601

„In search of a good death“

Das Sterben erleichtern

Über „Lebensqualität“ wird viel geschrieben und geforscht. Jetzt befasste sich eine Studie damit, welche Faktoren für die „Todesqualität“ wichtig sind.

„In search of a good death“ heißt eine Studie, an der 75 Patienten, Angehörige kürzlich Verstorbener, Geistliche, Ärzte, Krankenschwestern und Sozialarbeiter teilnahmen.

Viele der Befragten fürchteten, dass das Sterben von Schmerzen begleitet ist. Ärzte und Pflegekräfte sollten dafür bürgen, dass Schmerzen gelindert werden. – Ebenso vielen Teilnehmern war es wichtig, frühzeitig über lebenserhaltende oder -verlängernde Maßnahmen zu sprechen. – Viele Teilnehmer betonten, dass sich Patient und Angehörige auf den Tod vorbereiten können müssten. – Als sehr wichtig galt ein würdiger Lebensabschluss. Dazu zählen religiöse Aspekte, aber auch

die Möglichkeit, noch bestehende Konflikte zu lösen und Zeit mit Familie und Freunden zu verbringen, um Abschied nehmen zu können. – Viele Teilnehmer berichteten, dass es Totkranken häufig ein Bedürfnis sei, etwas für andere Menschen zu tun. – Totkranke sollten als vollwertige Menschen respektiert und nicht als „Krankheiten“ oder „Fälle“ behandelt werden. (UB)

S Steinhauser KE et al.: In search of a good death: observations of patients, families, and providers. *Ann Intern Med* 132 (2000) 825-832

✕ Bestellnr. der Arbeit 001602

**Joghurt
Milchsäurebakterien
Immunstimulation**

**Sterben
Schmerzen
lebenserhaltende
Maßnahmen**

Training belebt Dialyse-Patienten	<i>Am J Kidney Dis</i>	44
Trosipiumchlorid beruhigt den Detrusor	<i>Arneim-Forsch/Symp.</i>	44
@ SITE-SEEING UROLOGIE im Internet		22

Notfallmedizin

Diclofenac-Tropfen bei Hornhautverletzung	<i>Ann Emerg Med</i>	45
Intoxikation: Wann Magenspülung?	<i>Internist</i>	45
Diagnostik im Flugzeug via Internet	<i>Aviat Space Med</i>	45

Onkologie

Pap positiv bei Ovarialkarzinom	<i>South Med J</i>	46
Aromatase-Inhibitor und Körpergewicht	<i>Symp.</i>	46
Mammakarzinom: synergistische Therapie	<i>Symp.</i>	48
Vor ICE-Nephrotoxizität schützen	<i>Symp.</i>	48

FORSCHUNG & ENTWICKLUNG 50

Psychische Erkrankungen

Antidepressiva mit minimalen Interaktionen	<i>Pharmacother</i>	50
--	---------------------	----

Rheuma / Bewegung

Spondylitis ankylosans gedämpft	<i>Arthritis & Rheumatism</i>	52
Seniorinnen mit Hüftprotektor mobiler	<i>Age and Ageing</i>	52
Isokinetisches Training bei Gonarthrose	<i>Z Rheumatol</i>	53
So schädigt Äthanol das Hirn des Kindes	<i>Science</i>	75

Schmerz

Schulter-Impingement – manuelle Therapie	<i>J Orthop Sports</i>	54
Hyromorphon für Kinder und Ältere	<i>Symp.</i>	54

Sucht

Substanz-Missbrauch und Depression	<i>J Am Acad Child Psych</i>	55
Spielsucht meist gut getarnt	<i>Am Fam Physician</i>	55
Drogeninjektionen in Halsgefäße	<i>Laryngo-Rhino-Otol</i>	56
Eltern-Kind-Beziehung und Drogen	<i>J Am Acad Child Psych</i>	56

Umweltmedizin

Smog lebensgefährlich bei COPD	<i>Am J Epidemiol</i>	60
Lyphomrisiko durch Pestizide etc.	<i>Ann Onc 11 Suppl</i>	60

 Der EBM mit dem Q-Faktor	58
---	----









MED-INFO 62

Leserumfrage: Sensoren für heiße Ohren	61
--	----

Impressum	48
-----------	----

Bestell-Coupon	60
----------------	----

Was bedeuten die Symbole?

-  Anwendungsbeobachtung
-  Fall-Kontroll-Studie
-  Fallbericht
-  Kohortenstudie
-  Metaanalyse
-  Randomisiert-kontrollierte Studie
-  Sonstige Studienarten
-  Übersicht