

Quetschbeutel

Babys-- Aus Sicht der Stiftung Kindergesundheit ist das rasant zunehmende Angebot an pürierten oder flüssigen Beikostprodukten in Plastikbeuteln bedenklich. Sie rät von deren Verwendung ab. Denn die Quetschbeutel sind oft doppelt so teuer wie herkömmliche Obstgläser. Viele liefern extrem viele Kalorien und sind in der Zusammensetzung der Nährstoffe mit einem viel zu hohen Zuckergehalt unausgewogen. Dadurch erhöht sich das Risiko für Zahnkaries und Übergewicht, heißt es in der Meldung. Vielen sei das nicht bewusst, da die Produkte ganz legal die Aufschrift „ohne Zuckerzusatz“ tragen dürfen, wenn der Zucker aus Fruchtmus oder -saft stammt. Durch das fortgesetzte Saugen der Nahrung lernt das Kind außerdem erst später, Brei von einem Löffel oder stückige Kost aus der Hand zu essen, und kann Essensmarotten entwickeln.



© vga/jic / Getty Images / iStock (Symbolbild mit Fotomodell(en))

Urmenschen

Flexible Ernährung-- Was heute in Mode ist, war für den Urmenschen alltäglich: sich von dem ernähren, was regional wächst. Das haben Wissenschaftler der Senckenberg Gesellschaft für Naturforschung und der Goethe-Universität Frankfurt anhand von fossilem Zahnschmelz herausgefunden. Aus dessen Kohlenstoff- und Sauerstoffsotopenzusammensetzung rekonstruierten sie, was die vor 2,4 Mio. Jahren in Malawi lebenden Urmenschenarten *Homo rudolfensis* und *Paranthropus boisei* gegessen haben. Wie die Forscher mitteilen, waren die Urmenschen überraschend anpassungsfähig und änderten ihren Speiseplan gemäß regionalen Ressourcen. Diese Flexibilität hat zu ihrer erfolgreichen Ausbreitung beigetragen.

Quelle: IDW

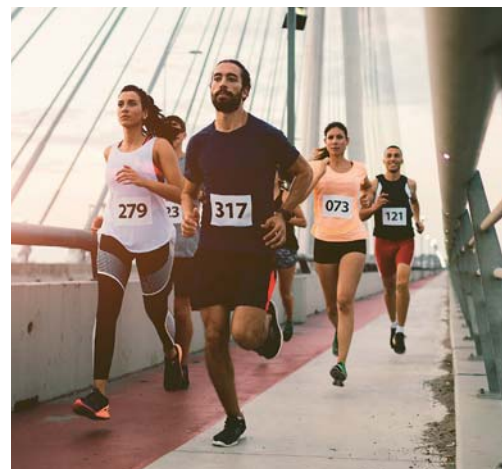


© Hessisches Landesmuseum

Marathon

Geht aufs Herz-- Selbst wer regelmäßig trainiert, ist als Amateur bei einem Marathon kardial gefährdeter als nach einem Halbmarathon oder einem Zehn-Kilometer-Lauf. Zu diesem Ergebnis kamen spanische Forscher aufgrund der gemessenen Serumwerte für kardiales Troponin T und I. Jedoch seien weitere Studien erforderlich, um den Mechanismus der Troponinfreisetzung nach einer Herzmuskelschädigung beim Langstreckenlauf aufzuschlüsseln und die Langzeitfolgen eruieren zu können.

Quelle: Ärzte Zeitung



© vga/jic / Getty Images / iStock (Symbolbild mit Fotomodell(en))



© ladyyszi / stock.adobe.com

Rosacea

Kaffeegenuss-- Rosaceapatienten müssen nicht, wie lange empfohlen, auf Kaffee verzichten. Denn das Heißgetränk fungiert offenbar nicht als Trigger. Im Gegenteil: Wer viel Kaffee trinkt, erkrankt seltener. Das zeigt eine Auswertung der Nurses' Health Study II. Demnach hatten Frauen, die angaben, vier oder mehr Tassen täglich zu trinken, ein um fast ein Viertel geringeres Rosacearisiko als diejenigen, die fast nie Kaffee tranken. Die Autoren spekulieren, dass neben der gefäßverengenden Wirkung des Koffeins die im Kaffee enthaltenen Antioxidanzien Entzündungsprozesse in der Haut eindämmen könnten.

Quelle: MMW Fortschritte der Medizin

Nanopartikel

Darmmikrobiom-- Vom Kaugummi bis zur Instantsuppe: Lebensmittel enthalten synthetische Nanopartikel als Zusatzstoffe, um Produkteigenschaften zu verbessern. Wie aber beeinflussen diese das Magen- und Darmmikrobiom? Um diese Frage zu beantworten, stellten Forscher vom Zentrum für Medizinische Biotechnologie der Universität Duisburg-Essen den Gang der Nanopartikel durch den Verdauungstrakt im Labor nach. Sie konnten zeigen, dass eine Vielzahl von Nanomaterialien an Bakterien binden kann. Dies scheint dazu zu führen, dass die körpereigene Immunabwehr die Bakterien weniger gut erkennt. Es können vermehrt Entzündungen auftreten. Doch es gibt auch positive Effekte. Silika-Nanoteilchen schwächen die krank machende Wirkung des Keims *Helicobacter pylori*.

Quelle: IDW



© Gerhard Seybert / stock.adobe.com

WISSENSWERT



3 Fakten für eine optimale Mundgesundheit:

1. Für eine gute Mundhygiene der Patienten ist eine kontinuierliche Beratung notwendig, denn sie stellt die Weichen für eine optimale häusliche Pflegeroutine und damit für eine gute Zahngesundheit der Patienten.
2. Die zusätzliche Anwendung von Mundspüllösungen (z.B. Listerine®) als Ergänzung zur mechanischen Reinigung kann zu einer Reduktion des dentalen Biofilms und damit zur Prophylaxe der Gingivitis empfohlen werden.¹
3. Entscheidend für eine bedenkenlose Langzeitanwendung sind die Inhaltsstoffe der Mundspülung: gerade für den langfristigen Einsatz (6 Monate) werden ätherische Öle empfohlen¹. Auch bei 6-monatiger Anwendung kommt es zu keiner Verfärbung von Zähnen oder Zahnfleisch oder zu einer Beeinträchtigung des Gleichgewichts der gesunden Mundflora.^{2,3}

Schon gewusst ?

Die mechanische Mundhygiene (Zähneputzen, Interdentalraum-pflege) wird oftmals von den Patienten ungenügend durchgeführt. Somit wird die Entwicklung des bakteriellen Zahnbelags nicht ausreichend kontrolliert. Ein Grund, der für die ergänzende Anwendung von Mundspüllösungen mit antibakteriellen Wirkstoffen (z.B. ätherische Öle) spricht. Diesen Zusatznutzen täglicher Mundspülungen bestätigt auch die neue S3-Leitlinie „Häusliches chemisches Biofilmmangement in der Prävention und Therapie der Gingivitis“.



¹Deutsche Gesellschaft für Parodontologie (DG PARO), Deutsche Gesellschaft für Zahn-, Mund- und Kieferheilkunde (DGZMK). S3-Leitlinie (Langversion). Häusliches chemisches Biofilmmangement in der Prävention und Therapie der Gingivitis. AWMF-Registernummer: 083-016. November 2018. URL: https://www.awmf.org/uploads/tx_szleitlinien/083-016l_S3_Haeusliches-chemisches-Biofilmmangement-Prävention-Therapie-Gingivitis_2018-11.pdf.

²Minah GE et al. Effects of 6 months use of an antiseptic mouthrinse on supragingival dental plaque microflora. J Clin Periodontol 1989;16, 347--352.

³Charles CH et al. Comparative efficacy of an antiseptic mouthrinse and an anti-plaque/antigingivitis dentifrice. J Am Dent Assoc 2001;132:670-675.

Johnson & Johnson
GMBH

Anti-Stress-App--

Ob im Job oder in der Freizeit – immer mehr Menschen fühlen sich gestresst. Zwar gibt es viele Entspannungsmethoden wie Yoga, Meditation oder Muskelentspannungsübungen, im Alltag nehmen sich die meisten dafür jedoch wenig Zeit. Erschöpfung, Rückenschmerzen, Schlafstörungen – dies alles kann Anzeichen für Stress sein und trifft auf immer mehr Deutsche zu, wie Studien regelmäßig belegen. Langfristig schadet Stress der Gesundheit. Umso wichtiger ist es, zu lernen, sich bewusst zu entspannen, um den Stress im Griff zu haben. Die App „Stress-Mentor“, die ein Kaiserslauterer Forscherteam entwickelt hat, schafft hier Abhilfe: Spielerisch können die Nutzer Entspannungsmethoden wie etwa Meditation in ihren Tagesablauf einbauen. Ein Tagebuch ermöglicht es außerdem, Auslöser von Stress besser zu erfassen. Die App ist kostenlos für Android-Geräte bei GooglePlay und im Amazon Store erhältlich.

70 %

aller Kinder und Jugendlichen in Deutschland tragen eine Zahnsperre.

Krebsprävention

Erreger bekämpfen-- Im EU-Projekt Trigger widmen sich elf europäische Forschungsorganisationen aus neun Ländern der Volkskrankheit Parodontitis. Eine Projektgruppe des Fraunhofer-Instituts für Zelltherapie und Immunologie IZI soll

zum Beispiel Wirkstoffe entwickeln, mit denen sich das hochtoxische Bakterium *Porphyromonas gingivalis* effektiv bekämpfen lässt. Und so suchen die Forscher derzeit nach einem Hemmstoff, der die Aktivität des bakteriellen Schlüsselenzyms Glutaminylzyklase herabsetzt und den Erreger *Porphyromonas gingivalis* verhungern lässt. Erste Erfolge gibt es bereits: Aus einem Paket von 20 Substanzen konnten sie einige hochwirksame Substanzen herausfiltern, die den Keim inzwischen im Zellkulturmodell um 95 % an seinem Wachstum behindern. Demnächst starten tierexperimentelle Arbeiten.

Hilfsbereit

Und zufrieden-- Menschen, die anderen gerne helfen, denen ihre Familie sehr wichtig ist oder ihr Glaube, sind im Durchschnitt mit ihrem Leben zufriedener als andere. Das belegt eine Studie auf Basis der Daten des Sozio-oekonomischen Panels (SOEP) sowie einer australischen Langzeitstudie. Besonders groß ist die Zufriedenheit, wenn sich in einer Beziehung beide Partner für andere und die Familie engagieren. Das Streben nach Geld und Karriere sei hingegen eher mit Unzufriedenheit verbunden, berichten die Forscher.

Quelle: IDW

80 MIO.

Bakterien werden bei einem Zungenkuss ausgetauscht.



© Photo_Concepts / Getty Images / iStock
(Symbolbild mit Fotomode((en))

Diabetes mellitus

Hightech-Kapsel-- Eine Arzneikapsel, mit der sich Insulin in die Magenwand injizieren lässt, haben US-Forscher vom Massachusetts Institute of Technology (MIT) entwickelt. Die blaubeergroße, oral einzunehmende Kapsel könnte so die täglichen Injektionen von Insulin überflüssig machen, berichtet das MIT. In der Kapsel befindet sich eine Mikronadel aus gefriergetrocknetem Insulin, die auf einer gespannten Feder befestigt ist. Diese Feder wird durch eine Scheibe aus Zucker an ihrem Platz gehalten. Im Magen angekommen, löst sich der Zucker in der Magenflüssigkeit auf, die Feder wird ausgelöst und die Insulinnadel in die Magenwand injiziert. In Tierversuchen konnten die Forscher mit der Kapsel den Blutzuckerspiegel ähnlich gut normalisieren wie mit einer Injektion.

Quelle: Ärzte Zeitung



© ITTIPHON / stock.adobe.com

Komplementärmedizin

Unerwähnt-- Nur etwa jeder dritte Patient gibt seinem Arzt gegenüber zu, dass er zusätzlich zur verordneten Therapie noch komplementäre Präparate auf Pflanzenbasis oder Supplemente einnimmt. Das hat eine Metaanalyse ergeben. Danach gefragt, weshalb sie den Einsatz von Komplementärmedizin vorenthalten, nannten die Patienten die Furcht vor Missbilligung an erster Stelle. Es folgte die Antwort, der Arzt habe sich nicht danach erkundigt. Weitere Gründe waren unter anderem die Annahme, die Offenlegung sei unerheblich, oder der Glaube, Komplementärmedizin sei sicher und wechselwirke nicht mit der konventionellen Therapie.

Quelle: Ärzte Zeitung



© Creativye99 / Getty Images / iStock

Krasse Summer Sale Nachlässe

Besuchen Sie uns beim Summer Sale in Münster am 17. und 18.05.2019



WOW! 25 %
auf alle ORBIS  Produkte

Freuen Sie sich auf:

- unsere neue Desinfektionslinie
- die neuen ORBIS Produkte: ORBI-Pol Discs, ORBI-Strips diamantiert, Dry Pads, ORBI-Prophy Powder Perio & Soft, Absaugkanüle chirurgisch, ORBI-HiFil easy, Keramikpinsel synthetisch
- unser Prophylaxesortiment, viele bunte Einmalprodukte u. v. m.

Wir freuen uns auf Sie!

Ihr Team von ORBIS Dental 

www.orbis-dental.de

ORBIS 

Kürbisblätter

Eiweißquelle-- Chinesische Forscher haben sich angesichts des weltweit steigenden Bedarfs an Lebensmitteln näher mit dem ernährungsphysiologischen Wert von Kürbisblättern beschäftigt. Ihre Analysen ergaben, dass diese reich an Proteinen, essenziellen Aminosäuren, Vitaminen, Mineralstoffen und sekundären Pflanzenstoffen, z. B. Phenolen, Alkaloiden, Saponinen und Phytaten, sind. Die Wissenschaftler sehen daher in Kürbisblättern ein großes Potenzial zur Nutzung als Eiweißquelle für die Futtermittel- und Lebensmittelindustrie, aber auch zum Direktverzehr als Gemüse.

Quelle: Bundeszentrum für Ernährung



© FORGEM / Getty Images / iStock

Medienkonsum

Entwicklung-- Schauen Kinder sehr früh und sehr viel auf Fernseher, Handy oder andere Bildschirme, verzögert dies offenbar ihre Entwicklung. Darauf deutet eine kanadische Studie mit 2450 Kindern hin. Die Mütter beantworteten zwei, drei und fünf Jahre nach der Geburt Fragen zur motorischen, kognitiven und sozialen Entwicklung ihrer Kinder. Zugleich gaben sie an, wie oft ihr Kind fernsah oder sich mit elektronischen Bildschirmspielen beschäftigte und wie oft es körperlich aktiv war.

Quelle: MMW Fortschritte der Medizin



© Kontrec / Getty Images / iStock (Symbolbild mit Fotomodell(en))

Wohlbefinden

Realistische Ziele-- Wer sich im Leben realistische Ziele setzt, kann später auf ein höheres Wohlbefinden und mehr Zufriedenheit hoffen. Das fanden Psychologen der Universität Basel in einer Studie mit über 970 Befragten im Alter zwischen 18 und 92 Jahren heraus. Sie untersuchten zudem, welche Lebensziele in welchem Alter im Vordergrund stehen. Dabei zeigte sich: Je jünger die Befragten, desto wichtiger schienen ihnen Ziele wie persönliches Wachstum, Status, Arbeit und gute soziale Beziehungen. Und je älter sie waren, desto bedeutender waren für sie soziales Engagement und Gesundheit.

Quelle: DeutschesGesundheitsPortal



© Deagrez / Getty Images / iStock (Symbolbild mit Fotomodell(en))