

## Zu viel Sonnenschutz

Eine Studie der ETH Zürich zeigt, dass ein Teil der Bevölkerung zu viel Sonnenschutz verwendet.

Ein Forscherteam um Konrad Hungerbühler von der ETH Zürich hat in einer Befragung von 1200 Deutschschweizern erhoben, welche Hautpflegeprodukte mit UV-Filtern diese wie oft anwenden. Ausserdem bestimmten die Forscher, in welchen Konzentrationen die Filter in



den Produkten enthalten sind. Dabei zeigte sich, dass «ein Teil der Bevölkerung problematischen UV-Filtern in gesundheitsrelevanten Mengen ausgesetzt ist», schreibt die ETH. Bedenklich sei dies vor allem bei UV-Filtern, die ähnlich wie menschliche Hormone wirken oder Allergien auslösen.

Der am häufigsten verwendete UV-Filter, Butylmethoxydibenzoylmethan, gilt für Gesundheit und Umwelt als verhältnismässig unbedenklich. Auf den Plätzen zwei und drei folgen jedoch die umstrittenen Stoffe Ethylhexylmethoxycinnamat (EHMC) und Octocrylen. Für diese beiden Stoffe werteten die Wissenschaftler die Daten aus den Konsumentenbefragungen im Detail aus.

Dabei fanden Sie heraus, dass die Hälfte der befragten Personen 5 bis 17mal höhere Mengen an Octocrylen auf die Haut auftragen, als der als unbedenklich geltende Referenzwert. Rund fünf Prozent der Befragten trugen bis zu 38mal mehr auf. Octocrylen steht im Verdacht, Allergien auszulösen. Die zweite Substanz, EHMC, kann im Körper hormonaktiv wirken. Besonders bei Produkten für Kinder wird EHMC oft verwendet, was dazu führt, dass diese dem Stoff häufiger ausgesetzt sind.

ETH Zürich, 18.2.2015.

## Schlafqualität mit Demenz

Eine Studie untersucht, wie mittels Messungen das Schlafverhalten von Menschen mit Demenz besser eingeschätzt werden kann.

Die Erfassung des Schlafverhaltens oder die Einschätzung von Schlafproblemen bei kognitiv eingeschränkten Menschen stellt eine Herausforderung für die Pflegefachpersonen dar. Der Mobility Monitor, eine Sensormatte zur Erfassung von Bewegung im Bett liegender Personen, kann Pflegepersonen unterstützen, das Schlafverhalten von Menschen mit Demenz besser einzuschätzen. Die Einsatzfähigkeit der Sensormatte wird aktuell in einer Studie vom Institut für Unternehmensführung IFU-FHS und dem Institut für angewandte Pflegewissenschaft IPW-FHS der Fachhochschule St. Gallen überprüft. Die von der Kommission für Technologie und Innovation (KTI) teilfinanzierte Studie wird im Zeitraum von November 2014 bis Dezember 2015 durchgeführt. Ziel der randomisierten kontrollierten Studie ist es, die Auswirkungen des Einsatzes der Sen-



sormatte auf den Pflegeprozess und die Schlafqualität von Pflegeheimbewohnerinnen und -bewohnern zu untersuchen. Ausserdem werden Auswirkungen auf Dekubitus und Sturzereignisse bei den Bewohnenden, die Arbeitsbelastung der Pflegenden erfasst und eine Kosten-Nutzen Evaluation erstellt. Die Studie wird in drei Pflegeheimen in der Deutschschweiz durchgeführt.

Medienmitteilung, 20.2.2015.

*Auch das noch...*

## Rotwein: Doch ungesund, dafür hilfreich beim Abnehmen?

Rotwein schützt nicht nur das Herz, sondern verbrennt gemäss einer neuen Studie auch Fettzellen. Das mit dem Herz wird allerdings inzwischen in Frage gestellt.

In vino veritas: Im Wein mögen zwar manche die Wahrheit finden. Ob der weitverbreitete Glaube, wonach der regelmässige Genuss eines Gläschens wirklich einen Beitrag zur Gesundheit leistet, ist weit schwieriger herauszufinden. Denn eine neue Kohortenstudie kommt zum Schluss, dass im Alter über 50 Jahre bereits ein moderater Alkoholkonsum das Sterberisiko erhöhen könne. Die häufig beschriebene Gesundheitswirkung des Alkohols sei wahrscheinlich nur das Ergebnis von Fehlern in der Statistik, berichten jetzt Forscher im «British Medical Journal» (BMJ 2015; 350: h384). Die Wissenschaftler um Craig Knott vom University College London (UCL) analysier-

ten das Trinkverhalten von mehr als 18000 älteren Engländern während zehn Jahren. Das ernüchternde Ergebnis: Ob moderater Trinker oder Nichttrinker – der Alkoholkonsum macht keinen nennenswerten Unterschied.

Neue Hoffnung machen hingegen Forscher der Oregon State University den Weintrinkern. In Versuchen haben sie herausgefunden, dass Mäuse, die mit Rotweinextrakt gefüttert wurden, geringere Leberfettwerte und auch einen niedrigeren Blutzucker aufweisen. Mäuse hingegen, die eine fettreiche Diät bekamen, entwickelten eine Fettleber und Diabetes-Symptome. Ob dies auch bei den Menschen funktioniert, können die Forscher nicht garantieren. Die Suche nach der Wahrheit im Rotwein wird also auch in Zukunft ein beliebtes Forschungsthema bleiben. Prost!

aerzteblatt.de, 11.2.2015  
presstext.com, 10.2.2015