



Pegasus

Gesundheit erreichbar machen

PegaVision

A U S G A B E 0 3 / 2 0 1 2

Aktuelles zum Arbeitsschutz, Umweltmedizin, Reisemedizin und zur Vorsorge

Urlaub?

- „Greifen Sie uns....“

Sie möchten einmal so richtig exotisch verreisen? Dazu kann ich Ihnen nur gratulieren. Reisen bildet ungemein und macht auch noch Spaß. Sollten Sie allerdings so exotisch verreisen, dass Sie sich Gedanken um Ihre Gesundheit machen, kein Problem, unser Reisegesundheitsbrief hilft Ihnen weiter. Und selbstverständlich auch die ganz persönliche Beratung unserer Reisemediziner.

"Schälen ...?"

.....wieso eigentlich?

Eine Kartoffel zum Mittagessen ist für den Autor so wichtig, wie Senf zu einer Roten Wurst! Was mich schon immer interessiert hat, wer **schält** denn die vielen Kartoffeln, die es in den Lokalen und Kantinen gibt. Früher sah man den Kartoffeln an, dass sie mechanisch geschält wurden, mit all ihren Ecken und Kanten. Und was ist mit den heutigen, formschönen Kartoffeln? Ja, Sie haben richtig vermutet, die werden **chemisch** geschält. Mit Natronlauge! Also, wenn die Kartoffel mal so richtig "bäh" schmeckt, sie wissen an was es liegt!

Ausgerottet!

"Aber nur, wenn Sie mitmachen"

Dr. Christa Maar, die **Vorstandsvorsitzende** der Felix Burda Stiftung, hat Ihren Sohn mit 33 Jahren an den Folgen einer Darmkrebserkrankung für immer verloren! Und sie hat sich seit dieser Zeit der **Bekämpfung** dieser **heimtückischen**, aber **heilbaren** Krankheit verschrieben.

Jährlich werden in Deutschland 71.000 neue Darmkrebserkrankungen festgestellt. Darunter sind 20.000 Menschen, die eine **familiäre Vorbelastung** haben. Das bedeutet, dass ein Familienmitglied bereits an Darmkrebs erkrankt war, beziehungsweise Darmpolypen (gutartig) entfernt worden sind. Gerade diese Menschen haben ein **deutlich erhöhtes Risiko** einer Erkrankung und sollten bereits sehr frühzeitig eine Darmspiegelung durchführen lassen, weit vor dem 55. Lebensjahr. Eine zweite Zielgruppe sind die **Männer**, die wesentlich seltener zu einer Darmspiegelung gehen als Frauen. Nur 30% der Männer nehmen überhaupt eine allgemeine Vorsorgeuntersuchung in Anspruch. Und es gibt noch einen weiteren

negativen Trend. Sind in den zurückliegenden Jahren jährlich 600.000 Vorsorgedarmspiegelungen durchgeführt worden, sind dies derzeit über 30.000 Untersuchungen weniger. Schade! Denn Anspruchsberechtigte für eine Darmspiegelung gibt es derzeit in Deutschland ca. 20 Millionen Menschen. Sollte sich also der Trend fortsetzen, werden rein rechnerisch 25 Jahre ins Land gehen, bis jeder heute Anspruchsberechtigte auch eine Vorsorgeuntersuchung in Anspruch genommen hat. Eigentlich eine wenig ermutigende Rechnung.

Die Darmspiegelung ist eine echte Prävention!

Tipp: Aus eigener Erfahrung kann ich Ihnen sagen, die Untersuchung ist einfacher als Sie denken!

Café creme

Gestern schlecht, heute gut!?!

Nun ist es auch wissenschaftlich bestätigt, **Kaffeetrinker** sind keinem höheren Herz-Kreislauf Risiko ausgesetzt. Das ist das Ergebnis der EPIC-Deutschland Studie, die Langzeit-Daten von über 42.600 erwachsenen Frauen und Männern aus Potsdam und Heidelberg ausgewertet hat.

Es zeigte sich auch, dass nicht nur keine erhöhte Gefährdung für Herz-Kreislauf- und Krebserkrankungen vorliegt, sondern sogar das Risiko für **Typ-2-Diabetes verringert** ist. Personen, die täglich mehr als vier Tassen (über 600 ml) koffeinhaltigen Kaffee konsumierten, hatten im Vergleich zu Personen, die durchschnittlich weniger als eine Tasse tranken, ein um 23 Prozent verringertes Typ-2-Diabetes-Risiko. Ein ähnlicher Zusammenhang deutete sich auch für den Konsum von entkoffeiniertem Kaffee an. Na, dann....

"Schuppen firben....."

Hanta Gefahr!

Wer zum Beginn der Gartensaison seinen Keller oder Schuppen ausmistet, sollte aufpassen: Im Staub könnten sich Mäuse-Exkrememente mit Hanta-Viren befinden. Betroffen ist derzeit vor allem **Baden-Württemberg**, dort wurden seit Jahresbeginn bereits viele Hanta-Virus-Infektionen gemeldet. Viele Erkrankungen gibt es derzeit auf der Schwäbischen Alb, auch im Zollernalbkreis, und in der Region Schönbuch. Gut die Hälfte der Erkrankten musste, aufgrund der heftigen Krankheitssymptome, stationär behandelt werden.

Also: Staubarmes Kehren ist angesagt