



Pegasus

Gesundheit erreichbar machen

PegaVision

A U S G A B E 0 1 / 2 0 1 4

Aktuelles zum Arbeitsschutz, Umweltmedizin, Reisemedizin und zur Vorsorge

Grippe – kein Problem

- aber: Das **Norovirus** schlägt zu -

Nein, es bleibt dabei! **Keine** erhöhte "Grippe-Aktivität"! Aber das sehr infektiöse **Norovirus**, schlägt derzeit so richtig zu. Es beginnt zumeist mit schlagartigem Erbrechen und fast gleichzeitigem Durchfall, was den einen oder anderen vor erhebliche "organisatorische" Probleme stellt.

Es fliegt einen förmlich an, fast keiner bleibt verschont. Da hilft nur konsequente Händehygiene, und nach Erkrankungsbeginn viel Flüssigkeit zu sich nehmen. Ebenso schnell wie das Virus kommt verlässt es uns, zumeist innerhalb von drei Tagen. Eine typische Erkrankung des Winters, bei warmer Witterung.

- Jute statt Plastik -

Wie kommen Plastikteilchen ins Gehirn?

Plastikmüll in den Ozeanen ist ein internationales Umweltproblem. Plastikteile, Mikroplastik sowie deren Zersetzungsprodukte sammeln sich insbesondere in einigen Meeresdriftströmungswirbeln an und führen zu einer erheblichen Verdichtung in manchen Meeresregionen.

In den Meeren treibender Plastikmüll wird durch Wellenbewegung und UV-Licht auf Dauer zerkleinert, wobei ein immer höherer Feinheitsgrad bis hin zur Pulverisierung erreicht werden kann. Bei einem hohen Feinheitsgrad wird das **Plastikpulver** von verschiedenen Meeresbewohnern sowie unter anderem auch von Plankton statt oder mit der Nahrung aufgenommen. Angefangen beim Plankton, steigen die Plastikpartikel, an denen giftige und krebserzeugende Chemikalien anlagern, in der **Nahrungskette** immer weiter auf. Auf diesem Weg gelangt der Plastikmüll mit den anlagernden Giftstoffen auch in die für den **menschlichen Verzehr bestimmten Lebensmittel**.

Nicht nur Ozeane, sondern auch Seen sind durch Plastikmüll gefährdet. Deutsche Forscher entdeckten am italienischen **Gardasee** mehr Plastikteilchen als erwartet. Und warnen vor Gesundheitsschäden für Menschen, wenn sie Fische aus dem See verzehren.

Die winzigen Plastikteile stammten vorwiegend von Konsumgütern und **Verpackungen**. Sie geraten dem Bericht zufolge direkt oder über Mülldeponien in den See und in ufernahe Gebiete.

Eine weitere Studie ist für den Bodensee im Jahr 2014 geplant.

Übrigens, in **Ruanda**, Afrika sind Plastiktüten verboten. Nachahmenswert auch für die EU?

Knalltrauma

"Gutes Neues Jahr....."

Die Silvesternacht begann mal wieder rekordverdächtig: Selten wurden so viele Feuerwerkskörper unterschiedlicher Art gezündet, die den Jahreswechsel optisch und akustisch gebührend einleiten sollten. Für **mehr als 8000 Menschen in Deutschland** – vor allem **Jugendliche** – hatte das Spektakel in der Silvesternacht allerdings eine unangenehme Folge: Sie erlitten **gravierende Hörschädigungen!**

Die Silvesternacht macht aber nur deutlich, was Ärzte schon seit längerer Zeit beobachten: Eine erhebliche Zunahme von Hörschädigungen, insbesondere bei Kindern und Jugendlichen, die auf ein verändertes Freizeitverhalten zurückzuführen ist. Immer mehr Jugendliche hören über ihr I-Phone/I-Pod täglich bis zu sechs Stunden Musik in nicht angemessener Lautstärke. Auch die Dauer der Diskothekenbesuche ist in dieser Altersklasse deutlich länger als Anfang der 80er Jahre. Die Lärmpegel, denen die Jugendlichen dabei ausgesetzt sind, liegen mit bis zu 110 Dezibel weit im gehörschädigenden Bereich, der bereits bei 85/80 Dezibel einsetzt. Um irreversible Hörschäden bei Kindern und Jugendlichen zu vermeiden, fordern Ärzte und Umweltbundesamt, Lautstärkebegrenzungen gesetzlich zu verankern; und zwar für Kopfhörer tragbarer Musikabspielgeräte auf 90 Dezibel sowie für Diskotheken auf 95 Dezibel.

Übrigens: In den Schubladen des zuständigen Ministeriums liegt seit Jahren ein Referentenentwurf, der dieses Leid begrenzen könnte,

Kleine Nadel....

.....große Gefahr!

In Deutschland kommt es Schätzungen zufolge jährlich zu 500 000 **Nadelstichverletzungen**, im beruflichen Bereich, – das sind rund 1370 pro Tag! Dabei steht vor allem das Hepatitis-B-Infektionsrisiko im Vordergrund. Das Hepatitis-B-Virus kann bereits durch **minimale** Blutmengen von 0,001 ml übertragen werden und ist damit **viel infektiöser** als z.B. das Hepatitis C oder HIV-Virus (AIDS). Eine Stichverletzung mit einer Hepatitis-B-infizierten Hohlneedle führt in ca. 30% der Fälle zu einer Infektionsübertragung, während das entsprechende Risiko für HCV und HIV (AIDS) lediglich bei 3% bzw. 0,3% liegt, Gott sei Dank! Denn wir haben einen Impfstoff gegen Hepatitis-B-Infektionen, der sehr gut verträglich ist.

Haben Sie Ihre Kinder und sich selbst auch impfen lassen?