Gleiche Gefahr wie durch Rauchen und Stress

Einsamkeit macht schon Kinder krank

Nicht nur ältere Menschen fühlen sich alleine. Kinder und Jugendliche leiden gar an doppelt so vielen Tagen wie Erwachsene unter Isolation.

„Darauf reagiert der Körper mit Stress und Ausschüttung eines Kortisonähnlichen Stoffes. Dadurch steigt die Anfälligkeit für Infektionen und Herz-Kreislauf-Erkrankungen, auch Alzheimer kann früher auftreten“, so Psychiater Dr. Günter Klug, Präsident von „pro mente Austria“ während eines Pressegesprächs. Neben dem anonymen Leben in der Großstadt sehen Experten als Ursache allein vor dem Bildschirm verbrachte Zeit, die mit Unzufriedenheit und Depression einhergeht. E. Greil-Schähs

Foto: Monkey Business - stock.adobe.com

Junge Menschen haben immer weniger Realkontakte

Aufklärung: Was Toni Innauer gegen erhöhte Cholesterinwerte unternimmt

„Ich bin ein Stiegensteiger“

Foto: Maurice Shourot

Olympiasieger Innauer gibt mit „Mimi“ Gesundheitstipps

Auch Sportler bleiben davon nicht verschont: 3 Millionen Österreicher haben laut aktueller Studien erhöhtes Cholesterin, jeder zweite weiß nicht einmal davon! Daher stellt sich Skiflug-Legende Toni Innauer nun in den Dienst der Aufklärung. „Die Botschaft ist klar: Gegen hohes LDL kann man etwas unternehmen!“

Mit der Initiative „Blutsverwandt“ soll auch darüber informiert werden, dass Fettstoffwechselstörungen vererbt werden können. Dann drohen Gefäß- und Herzkrankheit bereits in jungen Jahren. Daher steht Toni Innauer bei der Kampagne die kleine Mimi (Foto links) zur Seite. Aktueller Schwerpunkt: Die Überlebenschance nach Herzinfarkt und Schlaganfall durch Cholesterin-Management zu verbessern. „Eigentlich sollte jeder seine Werte kennen und regelmäßig kontrollieren lassen, auch im Kindesalter“, rät Univ.-Prof. Christoph Binder, Österr. Atherosklerosegesellschaft.

Der knapp 61-jährige Toni Innauer lässt keine Gelegenheit aus, Bewegung in den Alltag einzubauen, wie er bei einer Pressekonferenz in Wien verriet. Er fährt mit dem Rad ins Büro, ist „bekennender Stiegensteiger“ und Fliegenfischer.

Gratis Cholesterin-Tests gibt es am Wiener Diabetestag, 29. 03., 10.00–18.00, Wiener Rathaus (www.wienerdiabetestag.at).

Infos und Broschüren: www.blutsverwandt.at,

Karin Podolak

Keine Angst vor dem „Darmcheck“!

Warum eine Darmspiegelung durchführen, wenn keine Beschwerden vorliegen? Karzinome entwickeln sich über Jahre meist aus gutartigen Polypen. Rechtzeitig entfernt, ist die Gefahr gebannt. Befürchtungen vor der Darmreinigung und Schmerzen bei der Untersuchung sind unbegründet. Neue Präparate schmecken angenehmer, und es muss nicht mehr so viel getrunken werden wie früher. Die Untersuchung erfolgt unter kurzer Sedierung. „Es gibt sehr wenige Krebsarten, die man weitgehend vermeiden kann. Darmkrebs ist eine davon“, appelliert Krebshilfe-Präsident Univ.-Prof. Dr. Paul Sevelda, diese Vorsorgemöglichkeit wahrzunehmen.

Foto: peterschreiber.media - stock.adobe.com