

Gewichtszunahme nach Nikotinentzug

Weight Gain After Nicotine Withdrawal

Smoking cessation is associated with a mean increase of 4–5 kg in body weight after 12 months of abstinence, and most weight gain occurs within three months of quitting. Variation in weight change is large, with about 16 % of quitters losing weight and 13 % gaining more than 10 kg.

Viele Raucher befürchten eine Gewichtszunahme nach Nikotinentzug und wollen wissen, wie viele Kilos sie voraussichtlich zulegen werden.

Eine französisch-britische Autorengruppe hat darauf eine Antwort parat:

- Ein Jahr nach Rauchstopp beträgt die durchschnittliche Gewichtszunahme rund 4,5 Kilogramm und zwar unabhängig davon, ob Hilfsmittel benutzt wurden oder nicht.
- 13 % der Personen legten über 10 kg zu und
- 16 % verloren sogar an Gewicht.

Die Wissenschaftler hatten insgesamt 61 kontrollierte Studien aus den großen medizinischen Datenbanken und der Cochrane Library ausgewertet.

Wichtig bei der Aufklärung entzugswilliger Raucher ist der Hinweis, dass das Gesundheitsrisiko weiter fortgesetzten Rau-



Foto: fotolia/Marco2811

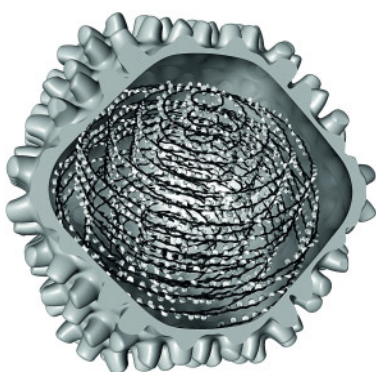
chens erheblich ist, während eine Gewichtszunahme in den hier beschriebenen Ausmaßen vernachlässigbar erscheint.

Die Originalstudie [Aubin H-J. Weight gain in smokers after quitting cigarettes: meta-analysis. BMJ. 2012; 345: e4439] können Sie frei herunterladen unter www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3393785

Norovirus: Mortalität unterschätzt

Norovirus: Mortality Underrated

Foto: fotolia/sciencedisplay



Norovirus associated deaths doubled in the US between 1999/2000 and 2006/2007. Mortality risk during outbreaks in nursing homes is more than 10 % higher.

Dass *Clostridium difficile* alles andere als ein harmloser Keim ist, weiß heute jede/r Medizinstudierende. Weniger be-

kannt ist, dass auch Norovirus-Infektionen (neben ihrem äußerst unangenehmen klinischen Bild) gefährlich sein können.

In den USA starben in der Zeitperiode 1999–2007 pro Jahr 5.440 Patienten an *C. difficile* und 797 Patienten an Norovirus-Infektionen. Der Vergleich der Jahre 1999–2000 und 2006–2007 zeigt, dass sich die Zahl der Norovirus-assoziierten Todesfälle mehr als verdoppelt hat.

Noroviren spielen besonders bei den oft gebrechlichen Bewohnern von Altenheimen eine zunehmende Rolle.

Amerikanische Wissenschaftler publizierten kürzlich eine Beobachtungsstudie, an der 1297 Altenheime teilnahmen. Während der zweijährigen Untersuchung wurden 268.204 Krankenhauseinweisungen mit 97.308 Todesfällen registriert. Nach Abzug der Heime, in de-

nen keine Norovirus-Infektion berichtet wurde, verblieben 308 Altenheime mit 407 Ausbrüchen. In diesen Häusern verstarben bei 67.730 Einweisungen 26.055 Personen.

Die Autoren verglichen nun in den 308 Heimen die Todesfälle in Ausbruchsperioden mit denen, in denen keine Ausbrüche gemeldet wurden, und errechneten ein um 11 % höheres Mortalitätsrisiko, das besonders in den ersten beiden Wochen nach Ausbruchsbeginn zu Buche schlug.

Hall AJ et al. The Roles of clostridium difficile and norovirus among gastroenteritis-associated deaths in the United States, 1999–2007. Clin Infect Dis 2012; 55: 216–23

Trivedi TK et al.. Hospitalizations and mortality associated with norovirus outbreaks in nursing homes, 2009–2010. JAMA 2012; 308: 1668–75