

Blickdiagnose interaktiv auf www.springermedizin.de

Drastischer Hautbefund – eine Folge von ...?



Was verursachte den hier vorliegenden Befund?



© Springer-Verlag Berlin Heidelberg

- Hundebiss
- Dezelerationstrauma
- Arzneimittel
- Schrotschussverletzung

Gehen Sie auf www.springermedizin.de/5327228 und klicken Sie auf dem Beitrag Ihre Lösung an. Dort erfahren Sie sofort, ob Sie richtig liegen – nebst interessanten Infos zu diesem Fall.

Auflösung Was färbt diesen Nagel dunkelbraun?

Ursache für die Nagelverfärbung ist ein unguales Melanom. Melanome dieser Lokalisation machen etwa 1,5–2,5 % aller Melanome bei hellhäutigen Kaukasiern aus. Bezogen auf die Gesamtfläche aller Nägel, die unter 0,1 % liegt, stellen die Nägel somit eine eigentlich häufige Lokalisation dar. Etwa zwei Drittel bis drei Viertel aller Nagelmelanome gehen von der Matrix aus und sind pigmentiert, der Rest kommt vom Nagelbett und ist meist amelanotisch.



© Springer-Verlag Berlin Heidelberg

DKFZ präsentiert die Rechnung

Wie viele Jahre kostet ein ungesundes Leben?

Ein unsolider Lebenswandel bringt einen früher ins Grab, so viel steht fest. Aber wie viele Jahre kosten Tabak, Alkohol und schlechtes Essen genau? Wissenschaftler des DKFZ haben das nun ausgerechnet.

Eine Gruppe von Epidemiologen um Prof. Dr. Rudolf Kaaks vom Deutschen Krebsforschungszentrum (DKFZ) in Heidelberg haben die Auswirkungen verschiedener ungesunder Lebensweisen untersucht. Sie benutzten dafür Daten von knapp 12.000 Männern und rund 14.000 Frauen, die sich an der „European Prospective Investigation into Cancer and Nutrition“ (EPIC)-Studie beteiligt hatten. Anschließend stellten sie die Quittung aus. Die Restlebenserwartung von 40-Jährigen (47,5 Jahre für Männer, 48,7 Jahre für Frauen, jeweils ei-

nen gesunden Lebensstil vorausgesetzt) verkürzt sich demnach um:

- 9,4 Jahre (Männer) bzw. 7,3 Jahre (Frauen) für starke Raucher (> 10 Zigaretten/Tag);
- 5,3 bzw. 5,0 Jahre für schwache Raucher (≤ 10 Zigaretten/Tag);
- 3,5 bzw. 2,1 Jahre für einen Body-Mass-Index (BMI) < 22,5 kg/qm;
- 3,1 bzw. 3,2 Jahre für einen BMI ≥ 30 kg/qm;
- 1,4 bzw. 2,4 Jahre für hohen Verzehr (≥ 120 g/Tag) von rotem oder verarbeitetem Fleisch;
- 3,1 Jahre (Männer) für starken Alkoholkonsum (> 4 Drinks/Tag).

So weit, so übel. Noch schlimmer wird es allerdings, wenn sich die Laster kombinieren. Ein 40-jähriger Mann, der stark raucht,

adipös ist, viel Alkohol trinkt, sich wenig bewegt, viel rotes Fleisch, aber wenig Obst und Gemüse isst, verliert in der Summe 18,5 Jahre und hat eine Restlebenserwartung von 29 Jahren. Frauen, die den gleichen Gewohnheiten frönen, vermindern ihre Restlebenserwartung um 15,7 auf 33 Jahre. „Oft werden wissenschaftliche Hinweise auf einen gesunden Lebensstil als erhobener Zeigefinger empfunden“, äußerte Kaaks, der das Heidelberger EPIC-Zentrum leitet, in einem Kommentar zu den Studienergebnissen. „Deswegen ist es wichtig, dass wir ganz klar beziffern, was jeder einzelne an Lebenszeit gewinnen kann, wenn er frühzeitig auf ungesunde Angewohnheiten verzichtet.“

(rb)

Li K et al, Lifestyle risk factors and residual life expectancy at age 40: a German cohort study, *BMC Medicine* 2014, 12: 59