Periskop

Geburtshilfe – endlich. In 3–4% aller Schwangerschaften liegt der Foetus am Termin in Steisslage. Was ist besser: geplante vaginale Entbindung oder geplante sectio caesarea? In einer internationalen Studie an 121 Zentren wurden 2088 Frauen mit kompletter Steisslage randomisiert einer der beiden Möglichkeiten zugeteilt. Perinatale und neonatale Mortalität und bedeutsame neonatale Morbidität waren signifikant geringer für die geplante Sectio als für die vaginale Entbindung, wogegen sich kein Unterschied in bezug auf die mütterliche Mortalität oder Morbidität ergab. Nächster Schritt: Für rasche Verbreitung sorgen! – *Hannah ME et al. Planned caesarean section versus planned vaginal birth für breech presentation at term: A randomized multicentre trial. Lancet 2000; 356:1375-83.*

Mountain bike – die andere Seite! Wundreiben, perineale Follikulitis, Furunkel und subkutane Indurationen, bilaterale Pudendusschäden und erektile Dysfunktion sind die Quittung der misshandelten Sattelregion. Auch der kostbare Inhalt des Scrotums scheint unter Schlägen und Vibrationen zu leiden. So traten Scrotolithen in 38, Spermatozelen in 22, Verkalkungen der Epididymis oder des Hodens in 20 bzw. 17, Hydrozelen in 17, Varikozelen in 4 von 45 «Amateur»-Mountainbikern auf, während 31 Kontrollen mit Ausnahme von 5 Spermatozelen keine dieser Befunde aufwiesen. – Nur für Männer wesentlich höheren Alters? – *Frauscher F et al. Subclinical microtraumatisation of the scrotal contents in extreme mountain biking. Lancet 2000;356:1414.*

Melatonin: eine faszinierende Idee. Der endogene zirkadiane Rhythmus hat eine Periode von etwas mehr als 24 Stunden und er muss immer wieder an den Ablauf des Tages, insbesondere an den Wechsel von Hell / Dunkel angepasst werden. Die letztere Vorgabe entfällt bei vollständig Blinden. Entsprechend finden sich bei vollständig Blinden «unabhängige» («free running»-)Rhythmen mit Verzögerungen bis zu 60–70 Minuten pro Tag, was zu belastender periodischer Schlaflosigkeit nachts und Schläfrigkeit untertags führt. Melatonin beeinflusst den zirkadianen Rhythmus. Was bringt's dem Blinden? Bei 6/7 Blinden mit «free running»-Rhythmen führte die Gabe von 10 mg Melatonin (nicht aber Plazebo) zur gewünschten Schlafenszeit zu einer Korrektur des Rhythmus auf 24 Stunden mit der erhofften klinischen Besserung. Ähnliche Effekte sind zu erwarten in bezug auf Jet-lag, Arbeit in Nacht- und Frühmorgen-Schichten usw. – *Sack RL et al. Entrainment of free-running circadian rhythms by melatonin in blind people. N Engl J Med 2000;343:1070-7.*

A propos **zirkadianer Rhythmus**: Die Uhr, die den gesamten zirkadianen Rhythmus steuert, liegt im Nucleus suprachiasmaticus, sie synchronisiert alle zirkadianen Uhren peripherer Gewebe und muss fortlaufend an die Photoperioden der Umwelt angepasst werden (vgl. vorangehende Vignette). Dexamethason induziert die zirkadiane Genexpression in Fibroblastenkulturen und induziert damit Phasenverschiebungen in Leber, Niere, Herzmuskel, beeinflusst aber nicht die Neurone des Nucleus suprachiasmaticus, der sich im Gegensatz zu den peripheren Oszillatoren in seiner Pacemakerfunktion durch Dexamethason nicht beirren lässt! – *Balsalobize A et al. Resetting of circadian time in peripheral tissues by glucocorticoid signaling. Science 2000;289:2344-7.*

Have your choice! – **Händereinigung** ist der wichtigste Faktor in der Bekämpfung des Hospitalismus. Standard ist mechanische Reinigung mit antibakterieller Seife. Aber wie trocknen? Vier verschiedene Methoden wurden geprüft: Handtuch aus einem Dispenser, Papierhandtücher ab Stapel, elektrischer Trockner und spontanes Verdunsten. Resultat: keine statistisch signifikanten Unterschiede! – *Gustafson DR et al. Effects of 4 hand-drying methods for removing bacteria from washed hands. Mayo Clin Proc 2000;75:705-8.*