

Newsletter November 2010

Passives Rauchen belastet mehr als 50 % der Kinder aus Raucherhaushalten

Mehr als die Hälfte der Kinder, die in Raucherhaushalten leben, rauchen ungewollt mit: Bei ihnen lassen sich im Urin zum Teil erhebliche Mengen eines Nikotinabbauprodukts nachweisen - selbst dann, wenn die Eltern lediglich auf dem Balkon oder im Garten rauchen. Das haben Greifswalder Forscher im Rahmen einer groß angelegten Studie entdeckt.

Darin wurden bisher 922 Familien aus Ost- und Nordvorpommern befragt, in denen mindestens ein Raucher und mindestens ein Kleinkind unter vier Jahren lebt. In der nächsten Phase der Studie wollten die Forscher testen, ob die Passivrauchbelastung der Kinder durch Beratungs- und Informationsangebote verringert werden kann.

Die Familien, die sich zur Teilnahme an der Studie bereit erklärt hatten, gaben in einem Gespräch Auskunft über das Rauchverhalten und andere gesundheitsbezogene Fragen. Zudem stellten sie den Forschern eine Urinprobe ihres Kindes zur Verfügung.

Nach mittlerweile drei Jahren gibt es jetzt die ersten Ergebnisse: Lediglich bei 43 Prozent der Kinder aus den betroffenen Familien ließen sich keine Rauchrückstände in Form der Verbindung Cotinin im Urin nachweisen. Bei 34 Prozent zeigte sich eine eher geringe Belastung, knapp 23 Prozent der Proben müssen jedoch als stark belastet eingestuft werden.

Am höchsten war die Passivrauchkonzentration bei Kindern, deren Eltern direkt im Wohnzimmer rauchten. Auch wenn ausschließlich auf dem Balkon geraucht wurde, waren die Kleinen nicht vor dem Passivrauch geschützt. Trotz dieser Vorsicht kam es zu nachweisbaren Rückständen im Urin dieser Kinder.

Auch reichte es nicht aus, nachts zu lüften. Das Rauchen auf einen Raum in der Wohnung zu begrenzen, schien ebenfalls keine erfolgversprechende Strategie: Kleinkinder hielten sich aufgrund der engen Bindung an die Eltern in den ersten Lebensjahren bevorzugt dort auf, wo die Eltern waren. Übersehen werde zudem häufig die Gefahr, die vom Rauchen im Auto ausgeht - selbst wenn nur kurze Strecken zurückgelegt wurden.

Passivrauchen erhöht nachgewiesenermaßen die Anfälligkeit für Krankheiten und, vor allem wenn die Kleinen mit ihren Eltern in einem Zimmer schlafen, ist dann auch das Risiko für plötzlichen Kindstod erhöht.

Wichtig ist, dass es einen Schwellenwert, bis zu dem kein Risiko besteht, nicht gibt. Auch wenn die Proben „nur schwach belastet“ waren, heißt dies nicht, dass dies keine körperliche Belastung darstellt, sondern bezieht sich nur auf den Vergleich der unterschiedlichen Messwerte.

Quelle: dapd/aerzteblatt.de

Fast jeder dritte Bundesbürger leidet jährlich an einer psychischen Störung

Nach einer Untersuchung leiden mittlerweile rund 30 Prozent der Bevölkerung innerhalb eines Jahres an einer diagnostizierbaren psychischen Störung. Am häufigsten treten danach Depressionen, Angststörungen, psychosomatische Erkrankungen und Suchterkrankungen auf. Die Deutsche Rentenversicherung habe im vergangenen Jahr mit 64.000 Neu-Rentnern wegen psychischer Erkrankungen einen neuen Rekord registriert. Diese Folgen betreffen laut den Experten alle entwickelten Industrieländer in ähnlicher Weise.

Auch vor dem Hintergrund dieser Entwicklung ist es dringend notwendig, seelische Erkrankungen schon im Kindes- und Jugendalter zu erkennen, klar zu benennen und auch unter Einsatz aller möglichen Mittel aus dem medizinischen, psychiatrischen, psychotherapeutischen und pädagogischen Bereich zu behandeln, damit eben dann im Erwachsenenalter das Risiko einer fortschreitenden, zumeist dann chronifizierenden psychischen Erkrankung reduziert werden kann.

Schwangerschaft: Fischöl macht keine klügeren Kinder...

...Kinder mit einem erhöhten Risiko, eine psychiatrische Erkrankung zu entwickeln, profitieren aber von der prophylaktischen Gabe von Fischöl.

Lesen Sie hierzu mehr unter:

http://www.aerzteblatt.de/nachrichten/39934/Fischoel_beugt_Psychosen_vor.htm

Auch Kontrolle von Vitamin B6 B12 E und Zink Eisen und Selen und ggf. bei Mangel deren Verabreichung kann hilfreich sein.

Viele Ernährungsexperten und Pädiater raten Schwangeren zu Fischmahlzeiten oder besser gleich zur Einnahme von Fischöl-Kapseln. Doch die erhofften positiven Auswirkungen auf die kognitive Entwicklung waren in der bisher größten randomisierten klinischen Studie im US-amerikanischen Ärzteblatt JAMA (2010; 304: 1675-1683) nicht erkennbar.

Fischöl ist reich an Docosahexaensäure (DHA). Diese mehrfach ungesättigte Fettsäure ist integraler Bestandteil von Zellmembranen, insbesondere der Nervenzellen. Daraus leiten Ernährungswissenschaftler eine positive Auswirkung von DHA auf die Entwicklung des Gehirns ab.

Während der Studie nahmen fast 2.400 Frauen bis zur Geburt DHA-haltige Kapseln oder Pflanzenölkapseln bis zur Geburt ein. Doch die positiven Auswirkungen auf die kognitive Entwicklung waren bei einer gründlichen Untersuchung der Kinder im Alter von 18 Monaten nicht erkennbar. Auch die Rate der postpartalen Depressionen bei den Frauen, ein weiterer Endpunkt der Studie, wurde durch die Fischölkapseln nicht gesenkt.

Natürlich bleibt es möglich, dass die DHA-Dosis (800 mg/Tag) zu niedrig war. Vorstellbar ist auch, dass die Vorteile im Alter von 18 Monaten noch nicht erkennbar sind.

Die Kinder werden deshalb im weiteren Verlauf im Alter von 4 und von 7 Jahren erneut untersucht. Sollten sich hieraus neue Ergebnisse ergeben, werde ich Sie gerne darüber informieren 😊.

Neugeborene: Hörscreening vermeidet Entwicklungsstörungen

Das Neugeborenen-Hörscreening, seit Anfang 2009 auch in Deutschland eine Kassenleistung, kann tatsächlich Entwicklungsstörungen bei Kleinkindern verhindern. Dies zeigt eine Studie aus den Niederlanden, die jetzt im US-amerikanischen Ärzteblatt (2010; 304: 1701-1708) veröffentlicht wurde.

Der Hörsinn ist von essenzieller Bedeutung für den Spracherwerb und die psychomotorische Entwicklung von Kleinkindern. Bis die Eltern die Schwerhörigkeit anhand der fehlenden Reaktionen der Kinder auf akustische Reize hin erkennen, können viele Monate vergehen. Die Entwicklung kann dann bereits nachhaltig gestört sein.

Da in den Niederlanden die Kinder früher im Alter von 9 Monaten auf eine Schwerhörigkeit untersucht wurden, konnte die Neugeborenen-Hörscreening Studie nicht zu einer Veränderung der Anzahl der mit Hörstörungen auffälligen Kinder insgesamt führen, da sie spätestens dann im neunten Lebensmonat identifiziert worden wären, aber das Neugeborenen-Hörscreening, welches jetzt in den ersten zwei Lebenswochen audiologisch durchgeführt wurde, konnte bei dann entsprechender spezifischer Behandlung der Hörstörungen zu einer deutlichen Verbesserung der Entwicklung führen.

Neben dem größeren aktiven Wortschatz bildeten sie komplexere Sätze. Deutliche Vorteile zeigten sich aber im Besonderen in der grob-motorischen und in der sozialen Entwicklung.

Gedanken können die Wirklichkeit verändern

In einem Experiment zu Brain-Computer-Interfaces haben Epilepsie-Patienten, die mit einem Rechner sozusagen verdrahtet waren, kraft ihrer Gedanken zwischen Bildern auf dem Monitor wählen können. Die Experimente, die in der renommierten Zeitschrift „Nature“ (2010; 467: 1104-1108) dargestellt wurden, lassen auch Rückschlüsse auf die selektive Wahrnehmung beim Menschen zu.

Im Rahmen einer Vorbereitung auf einen hirneingrifflichen Eingriff bei durch Medikamente nicht mehr beeinflussbaren Epilepsien wurden einzelne Hirnneuronen bei Vorlage von Bildern im Wachzustand bei den Probanden gemessen. Während dieser Messungen wurden die Bilder identifiziert, die die stärkste Erregung hervorgerufen haben, dies jeweils in unterschiedlichen Hirnneuronen.

Später wurde dann umgekehrt von diesen Hirnneuronen ausgehend eine Messung durchgeführt und die gemessenen Signale wurden dann mit einer Monitorsteuerung verbunden.

Hier war es den Probanden dann möglich, durch Konzentration auf das vorgegebenen und gewünschte, gedanklich in der Vordergrund tretende Bild oder durch das Aussprechen des Bildes genau den Monitor einzuschalten, der mit dem jeweiligen vorher trainierten Neuronen verbunden war.

Diese Studie gibt Hinweise auf die neurophysiologischen Mechanismen, die auch im Rahmen von Traumabewältigungsstrategien sich klinisch als nützlich erwiesen haben.

Im Rahmen der Traumatherapie benutze ich häufig sogenannte Psychoiminationsverfahren, die zum Ziel haben, ein eigenes willkürlich gesteuertes imaginäres inneres Programm zu nutzen, um unwillkürlich, sich aufdrängende traumaassoziierte Vorstellungen, Bilder und Wiedererlebensweisen regulieren und ggf. abstellen zu können.

Im Besonderen ist neben den dahinter stehenden neurophysiologischen Mechanismen auch die Erfahrung meiner Patientinnen und Patienten, dass sie nicht mehr ohnmächtig und hilflos sind, sondern selbststeuernd in das negative Erleben eingreifen und dieses willkürlich regulieren können, von hoher Bedeutsamkeit gerade vor dem Hintergrund des oft in Ohnmacht und Hilflosigkeit erlebten Trauma.

Sollten Sie sich weitergehend für dieses Thema interessieren, können Sie das zu der Studie passenden „Nature“ Video (Thought Projection by neurons in the human brain) auf meiner Internetseite (Laufdauer ca. 9 Minuten in Englisch) anschauen.

LINK: <http://www.dr-murafi.de/psychotherapeut-kinder.html>

Neue Vorträge jetzt online:

Differentialdiagnostische Aspekte bei Traumafolgeerkrankungen

Dieser Vortrag stellt sowohl dynamische als auch biologisch-psychiatrische Aspekte im Rahmen einer Traumatisierung vom Typ II (durch Menschen zugeführte Traumata) dar.

Neben den besonderen Bedingungsfaktoren im Rahmen einer Traumatisierung, werden mögliche Folgen dargestellt, die für die Persönlichkeitsentwicklung der betroffenen Kinder weitreichende Folgen haben und/oder eine nicht selten vormals bestehende seelische Erkrankung aktivieren bzw. verstärken.

Auch wird dafür geworben, dass Kinder nicht nur Sprache und Raum für IHRE GROSSEN TRAUMATA finden können, sondern auch für die scheinbar kleinen Kränkungen und Verletzungen im Laufe Ihres Lebens.

Klicken Sie [hier](#) um den Vortrag anzuschauen.

Neuer Vortrag zum Thema Mobbing jetzt ONLINE

Der Vortrag stellt differentialdiagnostische Aspekte im Rahmen von Mobbing Situationen sowohl auf Seiten der Opfer als auch auf Seiten der Täter dar.

Hierbei ist es mir wichtig dafür zu sensibilisieren, dass gerade komplizierte Verläufe, die auf die üblicherweise hilfreichen pädagogischen und milden psychotherapeutischen Interventionen nicht ansprechen, ggf. nur durch die Mobbing Situation ausgelöste oder verstärkte andere seelische Problematiken widerspiegeln.

Erst die fachlich fundierte psychiatrische Diagnose kann in diesen Fällen die Prognose verbessern.

Aufgrund des in unserer Gesellschaft konstruktivistisch anmutenden Charakters des Mobbingphänomens (soll heißen ohne den Begriff Mobbing gäbe es ggf. einen Teil des „Mobbing“ nicht!) besteht die Gefahr der Reduktion auf eine „Mobbingphänomenologie“ obwohl komplexere Zusammenhänge ursächlich für die seelische Erkrankung von Kinder und Jugendlichen zu beschreiben wären.

Klicken Sie [hier](#) um den Vortrag anzuschauen.

Stellenangebote:

Im Rahmen meines Engagements für seelisch erkrankte Kinder und Jugendliche im Jugendhilfebereich finden Sie auf meiner Internetseite Tätigkeitsangebote für professionell Tätige im sozialen und pädagogischen Bereich.

Sollten Sie in Ihrem Umfeld Menschen kennen, die an einer solchen Arbeit interessiert sind, würde ich mich über einen Hinweis auf meine Internetseite freuen.

LINK: <http://www.dr-murafi.de/stellenangebote-psychotherapie.html>

Ich hoffe, Sie könnten die eine oder andere Info für Ihre eigenen Interessen und Bedarfe nutzen und als Anregung erleben.

Sollten sich weitergehende Fragen oder Rückmeldungen ergeben, freue ich mich, von Ihnen zu hören!

Eine gute Zeit wünscht Ihnen

Ihr Dr. Murafi