

Leserfragen

Questions des lecteurs

In der Schule, in der ich Lehrer bin, kommen viele Schüler ohne Frühstück zum Unterricht, da sie offenbar zu spät aufgestanden sind und keine Zeit für das Frühstück mehr gefunden haben. Glauben Sie, daß diese Lebensweise ungesund ist und die Leistungen beeinflußt?

Systematische Untersuchungen über die Wirkungen der Nahrungsaufnahme auf die Leistungsfähigkeit haben gezeigt, daß Hunger- und Ermüdungsgefühle bei leerem Magen verstärkt auftreten und daß dabei die Bereitschaft sowohl für körperliche wie für geistige Arbeit reduziert wird. Die Ernährungsfachleute sind der Auffassung, daß die notwendige Nahrung auf drei Hauptmahlzeiten und zwei Zwischenverpflegungen verteilt werden sollte, was sowohl für die Erhaltung der Leistungsfähigkeit als auch für die Gesundheit (Bekämpfung des Übergewichtes, Herabsetzung erhöhter Cholesterinwerte) von Vorteil ist. Ich würde Ihnen empfehlen, eine Unterrichtsstunde der Frage der richtigen Ernährung zu widmen und die Schüler zu überzeugen, daß die Einnahme eines Frühstücks für ihr Wohlbefinden wichtig sei.

E. Grandjean

Le médecin peut-il faire quelque chose pour prévenir le suicide?

Dans la règle, le suicide est précédé d'une période plus ou moins longue de déséquilibre affectif. Le médecin a souvent l'occasion d'examiner des patients lors de cette phase, ceux-ci se plaignant fréquemment de troubles somatiques.

En abordant le contexte psychologique on décèle le trouble affectif ou dépressif, ce qui permet une intervention, soit que le médecin prenne en charge le patient, soit, si l'état de déséquilibre est grave, qu'il organise une hospitalisation psychiatrique. Le médecin doit, d'autre part, toujours prendre au sérieux les pensées suicidaires et traiter alors son patient dans sa totalité, ce qui peut éviter un acte suicidaire. Enfin, on sait que les personnes qui ont déjà fait une tentative de suicide présentent un risque suicidaire plus grand que les autres.

Les situations de conflits affectifs augmentent aussi le risque de tentative de suicide ou de sui-

cide. Il est utile de faire participer à la prévention du suicide la famille lorsque les liens du patient avec celle-ci sont solides et valables.

P.-B. Schneider

Quelle est l'action du toluène sur le sang?

Il faut, semble-t-il, abandonner définitivement l'idée que le toluène exerce sur le sang une action analogue à celle du benzène. Les quelques rares cas décrits sont dus au fait que le toluène n'était pas pur et renfermait une certaine proportion de benzène, responsable des troubles hématologiques. Sur les innombrables observations recueillies par les médecins du travail, jamais un seul cas de panmyélophyse ou de leucémie n'a été décelé, qui puisse être attribué à l'inhalation de toluène pur. Rappelons que le métabolisme de ces deux solvants est totalement différent. Les recherches récentes de Speck et Möschlin ont d'ailleurs montré que, contrairement au benzène, le toluène n'exerçait pas d'inhibition sur la synthèse de l'acide désoxyribonucléique dans les cellules de la moelle osseuse.

M. Lob

Könnte der Einsatz von Computern zur rascheren Information bei der Diagnose und Behandlung von Vergiftungen beitragen?

Zweifellos ist es erwünscht, im Kampf gegen die Uhr, den eine Vergiftung meist darstellt, die am raschesten arbeitenden Informationsübermittlungsmethoden einzusetzen. In einem Computer können sowohl die umfangreichen Karteien eines toxikologischen Informationszentrums (in der Schweiz 40 000 Karten), wie die Kasuistik, die Literaturauszüge und schließlich beliebig differenzierte Frage- und Antwortsysteme (z. B. zur Diagnose von Vergiftungen anhand der Symptomatologie) gespeichert werden. Ein Versuchsprogramm für Diagnosezwecke wurde durch das «Tox-Zentrum» erstellt, doch entschied man sich schließlich für eine selbstentwickelte Lichtkanal-Lockkartei, die dem diensttuenden Nachtarzt ohne Umwege über Codierung und Decodierung in nur Sekunden ebenso gute Resultate liefert. Im übrigen

erfordert die Vielfalt der Fragestellungen vor allem eine reichhaltige wissenschaftliche Dokumentation, die der Dienstarzt kritisch konsultieren wird, um adäquate, auf den Einzelfall optimal abgestimmte Auskünfte zu erteilen. *F. Borbély*

Stimmt es, daß es für einen starken Raucher gefährlich ist, das Rauchen plötzlich aufzugeben?

Keineswegs. Die Tabakabstinenz bringt gesundheitlich nur Vorteile, auch wenn sie von einem Tag auf den andern und vollständig eingehalten wird. *A. Sauter*

Warum wird die Impfung gegen Masern noch nicht allgemein propagiert?

Die Masern verursachen bei Schülern viele Absenzen. Obschon sie sich im allgemeinen durch milden Krankheitsverlauf auszeichnen, treten bei einem kleinen Prozentsatz der Erkrankten therapeutisch schlecht beeinflussbare Komplikationen von seiten des Zentralnervensystems auf (Enzephalitis). Aus diesem Grunde, aber auch wegen der erhöhten Gefahr von Otitiden und Pneumonien nach Masern, ist die prophylaktische Impfung zu befürworten. Die bisher an den Tag gelegte Zurückhaltung hat zwei Gründe. Erstens verursachten einige Stämme von Impfviren nicht unbeträchtliche Nebenwirkungen, wie z. B. Exanthem und Fieber, und zweitens wußte man über die Dauer des Impfschutzes noch nichts. In bezug auf die immunogenen Eigenschaften und die Unschädlichkeit der zurzeit verfügbaren Impfstoffe bestehen keine Bedenken mehr, hingegen herrscht immer noch Ungewißheit über die Dauer des Impfschutzes. *M. Schär*

Warum wird mancherorts (z. B. in Zürich) die Trinkwasserchlorierung durch die Ozonisierung ersetzt?

Chlor ist ein wirksames Desinfiziens. Mit Chlor

behandeltes Wasser, das einen Chlorüberschuß von 0,1 mg/l enthält, darf als bakteriologisch einwandfrei betrachtet werden. Es enthält keine vermehrungsfähigen Krankheitserreger und Collibakterien. Enthält das zu chlorierende Rohwasser jedoch Phenol oder Phenolabkömmlinge, so entstehen Chlorphenole, die in kleinsten Konzentrationen den Geschmack und den Geruch des Wassers (Apothekengeruch) schwer beeinträchtigen. Ozon ist als Desinfiziens dem Chlor mindestens ebenbürtig. Die Qualität des Wassers ist einwandfrei. Als einziger Nachteil wäre zu erwähnen, daß es im Gegensatz zum Chlor keine nachhaltige Wirkung besitzt. Eine Kontamination des Wassers im Netz kann somit durch die Ozonisierung nicht verhindert werden. *M. Schär*

Stimmt es, daß das Schnapstrinken besonders oft zu chronischem Alkoholismus führt?

Wenn diese Vermutung zutreffen würde, müßten sich unter den Alkoholikern vermehrt Schnapstrinker befinden. Die folgenden Zahlen dürften die wirklichen Verhältnisse am besten widerspiegeln: Im Wallis hat man unter 615 Alkoholikern 62% Weintrinker, 15% Schnapstrinker und nur 0,7% Biertrinker festgestellt. In Genf waren von 1000 Alkoholikern 48% vorwiegend durch Wein, 22% durch Aperitifs, 19% durch Bier und 9% durch Schnaps süchtig geworden. Im südlichen Graubünden war sogar in 92% der Fälle Wein die Ursache eines Alkoholismus. In den Städten jedoch führt offensichtlich der Bierkonsum oft zum Alkoholismus, z. B. in Winterthur/Zürich mit 73% gegenüber dem Weinkonsum mit nur 5%. Frauen werden meist durch Spirituosen trunksüchtig. Die Trinkgewohnheiten zeichnen sich schon früh ab; 55% von 2656 männlichen Stadtjugendlichen im Alter von 18 bis 19 Jahren in der Nordschweiz bevorzugen Bier, gegenüber 28% gleichaltrigen Landjugendlichen. Wein bevorzugen die Landjugendlichen in 40%, die Burschen in der Stadt hingegen nur in 29% der Fälle. Die Mädchen bevorzugen offensichtlich Likörgetränke.

M. Schär