

## Mise en garde sur les téléphones portables

Le Ministère français de la santé a lancé une mise en garde concernant les possibles risques d'un usage excessif des téléphones portables, notamment pour les enfants. Ces appareils ont été massivement vendus à Noël. «L'hypothèse d'un risque ne pouvant pas être complètement exclue, une approche de précaution est justifiée. Aussi, le Ministère de la santé, de la jeunesse et des sports invite-t-il les familles et les parents à la prudence et au bon usage dans leurs achats et l'utilisation de tels dispositifs», écrit-il dans un communiqué. Il rappelle que les études françaises et internationales établissent certes qu'aucune preuve scientifique ne permet de démontrer que les portables présentent un risque «notable» pour la santé, mais que certaines études récentes font état d'un risque faible d'effet sanitaire dans certaines conditions. Selon le ministère, le seul risque avéré découle d'un effet thermique en cas d'utilisation prolongée, avec pour conséquences possibles des brûlures. D'autres études non confirmées évoquent un risque de cancer à très long terme.



Des études évoquent un risque de cancer à très long terme, ceci après une utilisation intense et de longue durée.

Ces risques surviennent «après une utilisation intense et de longue durée», plus de dix ans. Les enfants seraient plus sensibles aux effets

des radiofréquences en cas d'utilisation intense, leur organisme étant en développement. Les conseils sont donc d'utiliser le téléphone avec modération, de ne pas téléphoner dans des conditions de mauvaise réception ou lors de déplacements à grande vitesse et d'éloigner le combiné des parties sensibles du corps en utilisant un kit «mains libres».

(sda)

## Weniger Suizide während Adventszeit

Entgegen der landläufigen Meinung begehen mehr Menschen im Sommer einen Suizid als im Winter. Besonders während der Adventszeit nimmt die Selbsttötungsrate stark ab. Das haben Wissenschaftler der Psychiatrischen Universitätsklinik Zürich herausgefunden. Am wenigsten Menschen nehmen sich an Weihnachten und Neujahr das Leben; am meisten im Frühsommer. Die Forscher haben für ihre Studie die Schweizer Sterbestatistiken der Jahre 1969 bis 2003 ausgewertet. In dieser Zeit töteten sich fast 50 000 Menschen selbst, über 70 Prozent davon waren Männer aller Altersgruppen. Experten wussten schon länger, dass während Feiertagen oder Geburtstagen weniger Suizide begangen werden als an «normalen» Tagen. Die Zürcher Studie konnte belegen, dass nicht nur an den Festtagen selbst die Raten sinken. Während der Adventszeit nehmen die Suizide stetig ab und erreichen zum Jahresende einen Tiefpunkt. Grund dürfte sein, dass in dieser Zeit die Menschen wieder enger zusammenrücken. Zahlreiche Treffen mit Freunden und Familie, Feste in Schulen und Firmen stehen auf dem Terminplan. «Das Mehr an sozialen Kontakten gibt den Menschen auch mehr Rückhalt», sagt Vladeta Ajdacic-Gross, der die Studie geleitet hat. Kaum jedoch gehen die Menschen nach den Feiertagen wieder auseinander, schnell die Suizidrate in die Höhe. Anfang Januar stellten die Forscher einen abrupten Anstieg über den Jahresdurchschnitt hinaus fest – jedenfalls bei Männern. Danach flacht die Kurve aber rasch wieder ab. Bei den Frauen steigt die Rate zwar auch an, jedoch steigt sie «nur» auf das Durchschnittsniveau. Frauen seien auch im Alltag für die sozialen Kontakte zuständig, erklärt Ajdacic-Gross den Unterschied. Männer dagegen tendierten mehr dazu, geplante Selbsttötungen wegen eines dichtgedrängten Terminkalenders auf später zu verschieben. Dies gelte insbesondere für jene Gruppe Suizidgefährdeter, die seit längerem unter grossem Leidensdruck stünden. Eine Überraschung für Ajdacic-Gross ist, dass

die Studie auch die Binsenweisheit «Wer sich umbringen will, tut dies früher oder später sowieso» deutlich widerlegt hat. Es habe sich gezeigt, dass viele der während der Adventszeit aufgeschobenen Suizide nach Neujahr nicht nachgeholt würden. Nach Ansicht der Wissenschaftler sind etwa ein Viertel der Suizide Kurzschlusshandlungen während einer Lebenskrise. Ist die Krise überwunden – und dabei helfen engere Sozialkontakte mit –, verwerfen die Betroffenen ihre Selbsttötungspläne wieder. Nach Angaben des Bundesamts für Gesundheit (BAG) sterben jährlich zwischen 1300 und 1400 Menschen durch Suizid.

(sda)

## Erhöhtes Diabetesrisiko bei Rauchern

Raucher haben ein erhöhtes Risiko, an Diabetes Typ 2 zu erkranken, und zwar um so mehr, je häufiger sie zum Glimmstengel greifen. Wer gar mindestens 20 Zigaretten pro Tag raucht, steigert sein Diabetesrisiko um 61 Prozent, so das Ergebnis einer grossen Meta-studie. Für die Metastudie haben schweizerische Forscher die Daten aus 25 Einzelstudien mit insgesamt 1,2 Millionen Teilnehmern zusammengetragen. Wie sie im Journal of the American Medical Association (JAMA) berichten, war das Diabetesrisiko bei aktiven Rauchern um 44 Prozent erhöht, bei ehemaligen Rauchern um 23 Prozent. Der Zusammenhang war bei starken Rauchern besonders deutlich ausgeprägt: Bei einem Konsum von mindestens 20 Zigaretten pro Tag stieg das Erkrankungsrisiko um 61 Prozent. «Die relevante Frage ist jetzt nicht mehr, ob dieser Zusammenhang existiert, sondern vielmehr ob der erwiesene Zusammenhang ursächlich ist», betonen die Mediziner um Carole Willi von der Universität Lausanne. Einerseits sprechen sowohl der zeitliche Ablauf als auch die Dosisabhängigkeit für eine kausale Beziehung. Andererseits gelte es zu berücksichtigen, dass Raucher oftmals weitere ungesunde Verhaltensweisen zeigten, die einer Gewichtszunahme und einem Typ-2-Diabetes förderlich seien, wie etwa mangelnde Bewegung, ungesunde Ernährung und erhöhter Alkoholkonsum. In einem Kommentar merken Wissenschaftler der Harvard Medical School an, dass es bereits jetzt sinnvoll sei, in die Empfehlungen zur Diabetesvorsorge ein Rauchverbot einzuschliessen.

(Der Kassenarzt)