

### Bachblüten

GPSP 3/2010, S. 20  
GPSP 5/2013, S. 13

#### Bachblüten entblättert

Der Verband Sozialer Wettbewerb hatte einen Apotheker verklagt, der für Bachblütenprodukte mit unerlaubten Gesundheitsversprechungen wie „Gelassen und stark durch den Tag“ geworben hatte. Der Kläger bekam jetzt auch vom Oberlandesgericht in Hamm Recht.<sup>1</sup> Denn Bachblüten sind Lebensmittel, und wer da mit Aussagen zu einem gesundheitlichen Nutzen (Health Claim) wirbt, muss diesen belegen können und seine Werbeaussagen von der Europäischen Lebensmittelaufsichtsbehörde EFSA genehmigen lassen. Das hatte der Apotheker ignoriert. Auch werbende Gesundheitsversprechungen allgemeiner Art sind zu unterlassen, wenn sie nicht durch behördlich zugelassene Aussagen zur Wirksamkeit untermauert sind. Kritisch bewertete das Gericht auch die Zubereitung der Bachblütenmischung in Form von Pipetten-Fläschchen. Diese suggeriert, dass es sich um einen Arzneistoff handelt.

### EFSA

GPSP 4/2013, S. 4

#### Formaldehyd im E-Dampfer

### E-Zigaretten

GPSP 2/2014, S. 9

Formaldehyd wird als krebserregend eingestuft. Die Chemikalie kommt nicht nur im Tabakqualm vor, sondern entsteht auch wenn der Dampf von E-Zigaretten bei hoher Stromspannung (Volt) erzeugt wird, berichten US-Wissenschaftler.<sup>2</sup> Die nach und nach verdampfende Flüssigkeit besteht hauptsächlich aus Propylenglycol, und daraus entsteht, sofern die Voltzahl entsprechend hochgeregelt wird, Formaldehyd. Anders als bei herkömmlichen Zigaretten liegt es nicht als Gas vor, sondern als Aerosol, ist also an Schwebeteilchen gebunden.

Das ist vermutlich für das Lungengewebe schädlicher.

Kritiker der Studie monieren bereits, dass die gemessene hohe Formaldehydkonzentration nicht bei der üblichen Voltzahl (3,3 V) zustande kommt, sondern nur bei etwa 5 Volt. Aber bei vielen E-Zigaretten lässt sich die Spannung hochregeln, und über die Vorteile wird im Internet geplaudert. Fazit: Die Mär von der gesunden E-Zigarette hat einen Kratzer mehr bekommen.

#### Kuscheln wichtiger als Sex

Zumindest für verheiratete Paare jenseits der 70 gilt, dass Zärtlichkeiten in der Partnerschaft eine bedeutsamere Rolle spielen als Sex. Allerdings unterscheiden sich Mann und Frau. Denn während 91 von 100 Männern im Alter von 74 Jahren dem Kuscheln im Zusammenleben einen wichtigen Platz einräumen, sind es nur 81 von 100 Frauen. Beim Sex ist der Unterschied noch deutlicher: Für 61 von 100 Männern gegenüber 21 von 100 Frauen spielt er eine wichtige Rolle. Diese Resultate stammen aus einer großen Bevölkerungsstudie und passen zu den körperlichen und hormonellen Veränderungen, die das Älterwerden begleiten.<sup>3</sup> Die Wissenschaftler interpretieren ihre Ergebnisse auch so, dass in langjährigen Partnerschaften die psychische Anpassung an das Alter gut gelingt – allerdings brauchen Männer dafür etwas länger.

Eine Diskussion dieser Befunde ist wünschenswert, da viele ältere Menschen sich fragen,

ob sie unter Hormonmangel leiden (siehe Interview S. 19) und welchen Nutzen sie von potenz- oder erektionsfördernden Mitteln haben. Diese Sichtweise blendet aus, dass Pillen allmähliche Anpassungsprozesse an das Alter und in der bestehenden Beziehung womöglich aushebeln können. Von den Risiken diverser Lifestyle-Produkte aus dem Internet ganz zu schweigen.

#### Mehr Lungenkrebs bei Frauen

Immer mehr Frauen sterben an Lungenkrebs. Europaweit tötet diese Krebserkrankung, die zu 85 bis 90 Prozent auf das Konto von Tabakkonsum geht, bereits mehr Frauen als Brustkrebs. Das ergab eine Auswertung italienischer Wissenschaftler.<sup>4</sup> Das Deutsche Krebsforschungszentrum (dkfz) weiß, dass auch die neuesten deutschen Daten dem traurigen Trend entsprechen. Die Leiterin

