

23. September 2015

Studie: Langes Sitzen beim Fernsehen erhöht Risiko einer Lungenembolie

Wer täglich fünf Stunden und mehr vor dem TV-Gerät verbringt, hat ein doppelt so hohes Risiko, eine tödliche Lungenembolie zu entwickeln, als Menschen, die weniger als zweieinhalb Stunden fernsehen. Das berichtet die Deutsche Gesellschaft für Kardiologie über eine neue japanische Studie, die beim Kongress der Europäischen Kardiologischen Gesellschaft (ESC) in London präsentiert wurde.

In der Altersgruppe unter 60 Jahren war der Unterschied noch deutlicher ausgeprägt, so Studienautor Dr. Toru Shirakawa von der Universität Osaka. "In dieser Altersgruppe war das Risiko für eine tödliche Lungenembolie bei Menschen mit mehr als fünfstündigem Fernsehkonsum sogar um das Sechsfache höher als bei Personen, die unter zweieinhalb Stunden fernsehend verbringen."

Die Immobilität der Beine könnte, ebenso wie beim erhöhten Embolie-Risiko auf Langstreckenflügen, dieses Ergebnis zumindest teilweise erklären, so der Experte. "Zur Vorbeugung empfehlen wir daher bei langem Fernsehen ähnliche Maßnahmen wie gegen das sogenannte Economy-Class-Syndrom, also regelmäßig aufzustehen und herumzugehen und ausreichend Wasser zu trinken."

"Die wichtigste Botschaft, die wir aus dieser neuen Studie mitnehmen sollten: Ob Fernsehen, lange Zeit vor dem Computer oder im Auto oder Flugzeug: Langes Sitzen und die Aufnahme von zu wenig Flüssigkeit kann hinsichtlich einer möglichen Embolie gefährlich sein. Dafür sollten wir das Bewusstsein in der Öffentlichkeit schärfen", kommentierte Pressesprecher der DGK Prof. Eckart Fleck.

Literaturhinweis:

ESC 2015 Abstract: T. Shirakawa, H. Iso, S. Ikehara et al. Watching television and mortality from pulmonary embolism among middle-aged Japanese men and women: the JACC study.

Quelle: Deutsche Gesellschaft für Kardiologie