

A probiotikus tej tartós fogyasztásának hatása a fertőzésekre közösségre járó gyermekeknél*BMJ 2001;322(7298):1327-9.*

A közösségre járó gyermekek körében 1,5–3-szor nagyobb a gastrointestinalis és a légúti fertőzések kockázata, mint az otthon vagy kis közösségben nevelkedő társaik esetében.

A probiotikus baktériumok kedvezően befolyásolják a bél mikrobiológiai egyensúlyát. A *Lactobacillus rhamnosus* javítja az egészségi állapotot, serkenti az ellenanyag-termelést, fokozza a vér leukocytáinak fagocitaaktivitását. Előmozdítja a rotavirus enteritisben szenvedők gyógyulását és csökkenti az antibiotikum-használat miatti hasmenések incidenciáját.

A kettős vak, véletlen besorolásos vizsgálat hét hónapig tartott, a gyermekek átlagban napi 260 ml *Lactobacillust* tartalmazó vagy nem tartalmazó tejet kaptak. A *Lactobacillus*-csoportban a gyermekek kevesebbet hiányoztak a közösségből betegség miatt; a szövődmenyes légúti fertőzések és az alsó légúti infekciók 17%-kal ritkábban fordultak elő, valamint a légúti fertőzések 19%-kal kevesebbszer igényeltek antibiotikum-kezelést.

A közösségre járó gyermekeknek adott tej egyszerű kiegészítése *Lactobacillussal* csökkentheti a légúti infekciók számát és súlyosságát.

A női cipők és a térdarthrosis*Lancet 2001;357(9262):1097-8.*

A térdarthrosis gyakori mozgásszervi betegség az idősödő populációban. A betegek oktatása mellett a konzervatív eljárások részét képezik az általános életviteli és a lábbelivel kapcsolatos tanácsok.

A szerzők tanulmányukban vizsgálták, hogy a széles sarkú cipők viselése hasonlóan hat-e a térdízület terhelésére, mint a keskeny sarkú cipőké. Az értékelést az ízületi terhelés mérésével végezték 20, különböző típusú cipőkben sétáltatott egészséges nőnél. A széles sarkú és a keskeny sarkú cipők viselésékor a térd maximális varus helyzetű terhelése 26%-kal, illetve 22%-kal nőtt a mezítláb járáshoz képest. A széles sarkú cipőben járáskor a külső térdflexor maximális terhelése 30%-kal növekedett.

Az eredmények arra utalnak, hogy a széles sarkú cipők viselése káros erőhatásokat okoz a térdízület medialis és patellofemorális részeiben. Ezek a térdízület degeneratív elváltozásainak tipikus anatómiai helyei, így a magas sarkú cipők közül mind a széles, mind a keskeny sarkúak viselése hajlamosíthat arthrosusra.

A mentaolaj hatása diffúz nyelőcsőspasmus esetében*J Clin Gastroenterol 2001;(1):27-31.*

A diffúz oesophagusspasmus kezelésében alkalmazott, viszonylag hatástalan gyógyszeres terápiák mellékhatásai a legtöbb beteg számára kellemetlenebbek, mint a (valószínűleg a szekunder regurgitációhoz vagy a dysphagiához társuló) mellkasi fájdalom. A mentaolaj – mai tudásunk szerint – a colon simaizomzatának ellazításával fejti ki jótékony hatását a dominálónan haspuffadással já-

ró irritábilis bél szindrómában. A szerzők azt vizsgálták, vajon diffúz nyelőcsőspasmus esetén befolyásolja-e a manometriás paramétereket.

Mellkasi fájdalom vagy dysphagia miatt manometriás vizsgálaton átesett, válogatás nélküli nyolc beteg öt csepp tiszta mentaolajat tartalmazó 10 ml víz (11%-os) elfogyasztása előtt és után mért eredményeit értékelték. Míg az alsó oesophagussphincter nyomása, a folyadéknyelés indukálta nyelőcső-kontrakció alatti nyomás és az összehúzódás tartama az oesophagus sem alsó, sem felső szakaszán nem változott, a szimultán nyelőcső-kontrakciók valamennyi betegnél teljesen megszűntek. Emellett javult a többfázisú spontán és a folyadéknyelés után hiányzó összehúzódások frekvenciája, ahogy a „normál” nyelés indukálta kontrakciók variabilitása és tartama is. A vizsgálat idején mellkasi fájdalmat érző két beteg a mentaolaj elfogyasztása után spontán jelentette a fájdalom elmúlását.

A mentaolaj jellegzetes szaga és íze miatt valódi vak vizsgálatokra nincs lehetőség, de a biztató előzetes laboratóriumi eredmények indokoltá teszik hatásainak további tanulmányozását a tünetektől szenvedő betegek körében – veszténivaló nincs, csak nyerhetünk!

A váll és a vállöv gyulladása normális vörösvértest-süllyedéssel járó polymyalgia rheumaticában*Arthritis and Rheumatism 2002;44(5):1155-9.*

A polymyalgia rheumaticában (PMR) szenvedő betegek vörösvérsejt-süllyedése (We) a diagnózis felállításakor gyakran normális. A betegség jellegzetes tünete a diffúz diszkomfortérzés a vállöv területén, amit a subacromialis és subdeltoideális bursitis okoz.

Az eset-kontroll vizsgálatban tanulmányozták a betegek vállízületének és az ízület környezetének gyulladással érintettségét. Az esetcsoportba hat hónapon át minden válogatás nélkül bevonták azokat az újonnan jelentkező, nem kezelt, normális vörösvértest-süllyedésű (<40 mm/óra), járó betegeket (négy férfit és két nőt), akiknél PMR-t diagnosztizáltak. A kontrollcsoportot 12, válogatás nélküli, nem kezelt, polymyalgia rheumaticában szenvedő, gyorsult vörösvértest-süllyedésű (We >40 mm/óra), járó beteg (négy férfi és nyolc nő) alkotta. A terápia előtt a 18 betegnél elvégezték a váll kétoldali ultrahang- és MR-vizsgálatát. Mind a hat, esetcsoportba sorolt betegnél és a kontrollcsoportba tartozók közül 11 esetében mindkét eljárással bilaterális subacromialis/subdeltoideális bursitist állapítottak meg. Egy esetben unilaterális bursitist találtak. A bursitis súlyossága nem különbözött jelentősen a két csoportban. A glenohumeralis ízület synovitisé és a biceps tenosynovitisé hasonló százalékos arányban fordult elő az eset- és a kontrollcsoportban.

A tanulmány azt mutatja, hogy a bilaterális subacromialis/subdeltoideális bursitis a polymyalgia rheumaticában szenvedő betegek jellemző tünete, s ez segít a diagnózis felállításában normális vörösvértest-süllyedés esetén is.