

# kurz & bündig

**Senioren** treibt Sport! Denn die Gefahr, sich dabei zu verletzen, scheint durch das Alter nicht erhöht. So verletzten sich etwa 14 Prozent der aktiven Alten innerhalb eines Jahres – ähnlich häufig wie jüngere Athleten. Dabei war Wandern übrigens deutlich gefährlicher als Radfahren. *jedi*  
*BMJ Open 2013; 3: e002831*

**Stress** lähmt Geist. Einer Studie nach schneiden gestresste Studenten deutlich schlechter bei Tests ab als ausgeruhte Kommilitonen. Wenn Gestresste zuvor jedoch über ihre persönlichen Werte sinnieren und diese priorisieren, leisten sie Ähnliches wie Entspannte. *jedi*  
*PLoS One 2013; 8: e62593*

**Hanteln** für Kinder. Trainiert der Nachwuchs vor der Pubertät mit Gewichten, erhöht sich dessen Knochendichte. Das schützt die kleinen Gewichtheber auch im Alter vor Osteoporose. *jedi*  
*J Bone and Mineral Res 2013; doi: 10.1002/jbmr.2036*

**Essig** entlarvt Krebs. Da in Entwicklungsländern häufig das Geld für Vorsorge fehlt, gehen indonesische Wissenschaftler neue Wege: Um Gebärmutterhalskrebs auf die Schliche zu kommen, betupfen sie das Zervixgewebe der Frauen mit sterilem Essig. Entartete Zellen geben sich dadurch binnen einer Minute durch eine weißliche Färbung zu erkennen. *jedi*  
*J Obstet Gynaecol Res 2013; doi: 10.1111/jog.12052*

**Emotionen** steuern den Gaumen. Insbesondere die Geschmacksnerven negativ gestimmter Menschen sind empfänglich für Gefühle: Sowohl nach lustigen als auch nach traurigen Filmszenen konnten diese nicht mehr unterscheiden, ob die Milch, die sie tranken, fettarm oder fettreich war. Mögliche Gefahr: Fressgelage vor dem Fernseher. *jedi*  
*PLoS One 2013; 8: e65006*