

**VORSORGE****Arbeitsunfälle  
bleiben konstant**

WIEN. Die Arbeitsunfallstatistik der Unfallversicherung (AUVA) zeigt: 2018 blieb die Unfallrate in Österreich fast unverändert auf dem Rekordtief des Vorjahres. Berufskrankheiten gingen um knapp fünf Prozent zurück.

**Prävention greift**

Ziel der AUVA ist es, Arbeitsplätze sicherer und gesünder zu machen. Zahlreiche Präventionsmaßnahmen haben dazu beigetragen, dass die Zahl der Arbeitsunfälle seit den 1990er-Jahren fast halbiert wurde, teilt die Versicherung mit. Die Präventionsarbeit der AUVA zeigt weiter Wirkung – das belegt die österreichische Unfallstatistik für das vergangene Jahr, die nun vorliegt. Die AUVA verzeichnete 2018 insgesamt 93.928 Arbeitsunfälle von Erwerbstätigen. Bezogen auf die Beschäftigungsverhältnisse, die im Vorjahr um rund 1,9% gestiegen sind, bleibt die Unfallrate weitgehend unverändert auf dem Rekordtief von 2017. (rüm)



© PantherMedia/ufabizphot

**Aktuelle Statistiken**

Die AUVA verzeichnete 2018 insgesamt 93.928 Arbeitsunfälle von Erwerbstätigen.

# Ernährung im Fokus

**Schwerpunkt Verdauung – Teil 1** Erkrankungen im Magen-Darm-Bereich nehmen zu. Der Ausweg ist komplex.



© PantherMedia/govVeushko

Immer mehr Menschen sind übergewichtig. Wenige wissen, dass die Verdauung auch psychische Auswirkungen hat.

**••• Von Katrin Pfanner**

WIEN. Gut zwei Drittel der Österreicher würden gerne abnehmen, wobei vor allem die Frauen die Kilos purzeln lassen wollen. Ein Verlust von zehn Kilogramm an Körpergewicht soll es im Idealfall bei Herrn und Frau Österreicher sein, hat nun das digitale Markt- und Meinungsforschungsinstitut Marketagent.com erhoben. Dabei besteht bei einigen Körperstellen mehr Luft nach oben als bei anderen. Der Bauch stellt mit großem Vorsprung für 75% der Befragten die Problemzone Nummer 1 dar. Deutlich dahinter folgen Beine, Brust und Po, die etwa von jedem vierten bis fünften Österreicher am eigenen Körper bemängelt werden. Um das Gewicht zu reduzieren, gelten Sport (89%) und eine Umstellung der Ernährungsgewohnheiten (86%) klar

als beste Strategien. Diäten und Fasten werden ebenfalls von 37% der Befragten als sinnvoll eingeschätzt.

**Verdauung und Psyche**

Hinter alldem steht nach Ansicht von Experten auch die Frage der Ernährung, die nicht zuletzt auch Grund für viele Erkrankungen ist. Eine zentrale Rolle dabei spielt die Darmflora – immer häufiger auch als Mikrobiom bezeichnet. Dabei geht es allerdings nicht nur um chronische Darm-Erkrankungen, das Mikrobiom scheint sich auch auf die Psyche auszuwirken. Wie Forscher der Medizinuniversität Graz jüngst publizierten, dürfte beispielsweise sehr fettreiche Ernährung durch Mikrobiomveränderungen die Entwicklung einer Depression beeinflussen.

Die Zusammenschau der Forschungsarbeiten von Mikrobiolo-

gen, Neurogastroenterologen und Psychologen zeigt, dass die Gemütslage viel stärker vom Darm beeinflusst wird, als bisher angenommen. Das Vorhandensein einer „Darm-Hirn-Achse“ ist die biologische Erklärung dafür und wirft ein neues Licht auf den Einfluss des Darms bei neurologischen Erkrankungen wie Demenz, Alzheimer und Parkinson und psychische Erkrankungen wie Depression, Angststörungen und Schizophrenie.

**Abnehmen macht fit im Kopf**

Thema war das nun auch beim „2. Wiener Verdauungstag“ im Wiener Rathaus, bei dem über die faszinierenden Zusammenhänge zwischen Darm und Psyche informiert worden ist; dabei wurde auch bestätigt, dass sich Abnehmen auch positiv auf die psychische Verfassung auswirken kann.