

Wenn es krank macht

Faktencheck Zahlreiche Mythen ranken sich um das Handy als Krankmacher. Was Ärzte von den Smartphone-Krankheiten halten.

MARC ISELI

Schulter/Nacken

Die Haltung mit gesenktem Kopf soll zu Schmerzen im Nackenbereich führen. Ein derartiger «Smartphone-Nacken» kann Atembeschwerden auslösen, die Blutzirkulation beeinflussen und so das Sterberisiko massiv erhöhen, behauptet eine Studie des britischen Chiropraktikerverbandes. Übertrieben?

«Bei einer gut trainierten Nacken- und Schultermuskulatur werden keine nennenswerten Beschwerden folgen. Bestehen aber bereits Belastungsfaktoren, kann eine Kopfhaltung wie beim Smartphone-Lesen Schmerzen verursachen. Dass dadurch aber ein erhöhtes Sterberisiko entstehen soll, ist sicher übertrieben.»

Prof. Dr. med. Oliver Distler, Universitätsspital Zürich

Daumen/Handgelenk

Blackberry-Kunden haben sich als erste über Schmerzen im Daumen als Folge exzessiven Tippens beklagt. Daher der Name «Blackberry thumb». Was steckt dahinter?

«Das Phänomen ist seit dem 17. Jahrhundert bekannt und wurde schon vom italienischen Arzt Bernardino Ramazzini bei Musikern und Industriearbeitern beobachtet. Es handelt sich um ein Missverhältnis zwischen Geweberegeneration und Belastung, das zu schmerzhaften Mikroläsionen des naturgemäss schlecht durchbluteten Bindegewebes führt.»

Prof. Dr. med. Oliver Distler, Universitätsspital Zürich

Ellbogen

Eine Journalistin des amerikanischen TV-Netzwerkes NBC klagte nach einer regelrechten Selfie-Orgie über einen stechenden Schmerz. Diagnose: Selfie-Ellbogen. Wie weit verbreitet ist das Phänomen?

«Wird das Selfie-Knipsen hochrepetitiv durchgeführt und besteht zusätzlich eine muskuläre Dysbalance am Ellbogen, kann eine lokale Reizung entstehen. Beim Selfie-Ellbogen ist wahrscheinlich eher noch mit einer Zunahme der Fälle zu rechnen. Ultraleichte Selfie-Sticks aus Carbonfasern oder aber Rückkehr zum gesunden Menschenverstand könnten Abhilfe schaffen.»

Prof. Dr. med. Oliver Distler, Universitätsspital Zürich

Fruchtbarkeit

Handy-Strahlung soll die Zahl der Spermien beeinträchtigen, behaupten diverse Untersuchungen. Eine Studie spricht von erektiler Dysfunktion. Weil der männliche Hoden exponierter ist als die weiblichen Eierstöcke, soll vor allem die Fruchtbarkeit von Männern leiden. Killt das Handy die Lust?

«Die aktuelle Datenlage liefert keinen wissenschaftlichen Anhalt für eine Gefährdung der Fortpflanzung durch Handy-Strahlung in Bezug auf Erektionsfähigkeit, Spermienproduktion und Fruchtbarkeit. Der grösste Einfluss des Handys auf die Sexualität ist wohl die Ablenkung durch Benutzung des Gerätes im Ehebett.»

PD Dr. Hans-Helge Seifert, Universitätsspital Basel

Gehör

Schwerhörigkeit mutiert zur Volkskrankheit. Eine Studie der medizinischen Forschungsuni im nordindischen Chandigarh sorgt überdies für Wirbel, weil sie behauptet, dass elektromagnetische Strahlung den Hörverlust beschleunigen soll. Was sagt der HNO-Spezialist?

«Das Handy als Taubmacher ist völlig übertrieben. Es ist zwar tatsächlich so, dass Schwerhörigkeit auf dem Vormarsch ist. Das liegt aber eher an steigenden Lärmemissionen und veränderten Hörgewohnheiten. Der Einfluss von Elektromog spielt da wohl kaum eine Rolle. Trotzdem: Exzessiver Handygebrauch ist nicht ratsam. Experimente aus der Türkei, Belgien oder Brasilien kommen ebenfalls zu beunruhigenden Schlüssen.»

Prof. Dr. med. Tobias Kleinjung, Universitätsspital Zürich

Augen

Stundenlanges Auf-Bildschirme-Schauen schadet den Augen. Kurzsichtigkeit ist die Folge. Vor allem Kinder sind gefährdet, denn ihre Augen sind noch im Wachstum. Einige Experten sprechen von einer Myopie-Epidemie. Welchen Effekt hat das Smartphone?

«Ob das Smartphone einen Einfluss auf den Anstieg der Kurzsichtigkeit hat, weiss man nicht. Häufiges Lesen scheint Kurzsichtigkeit etwas zu begünstigen. Da man auch beim Benutzen des Smartphone in die Nähe sehen muss, ist ein ähnlicher Effekt wahrscheinlich. Einen deutlich grösseren Einfluss hat jedoch, dass Kinder weniger draussen sind. Regelmässiger Aufenthalt im Freien kann Kurzsichtigkeit verhindern, sogar wenn man häufig liest oder aufs Smartphone schaut.»

Dr. med. Markus Tschopp, Inselspital Bern

Herz

Das Bundesamt für Gesundheit warnt davor, dass Mobiltelefone bei Herzschrittmachern Funktionsstörungen verursachen. Es empfiehlt einen Sicherheitsabstand von 30 Zentimetern zwischen dem Implantat und dem Mobiltelefon. Hysterie?

«Personen mit elektronischen Implantaten fahren tatsächlich am besten mit Abstand. Das gilt vor allem für ältere Schrittmacher. Bei neueren ist das Risiko geringer. Die Empfehlung bleibt aber: Um ganz sicherzugehen, sollten Personen mit Implantaten das Handy nicht in der Brusttasche mitführen und auf der dem Implantat gegenüber liegenden Kopfseite telefonieren.»

PD Dr. med. Jan Steffel, Universitätsspital Zürich

Beine/Fuss

Wer sich mit dem Handy in der hinteren Hosentasche hinsetzt, riskiert nicht nur, dass das Display zerspringt. Immer mehr Menschen berichten über ziehende Schmerzen in den Beinen. In Einzelfällen soll es zu Taubheitserscheinungen gekommen sein. Der Grund: Eine Ischiasnerv-Reizung. Einzelfälle oder zukünftige Massenerkrankung?

«Einem muskulär gut trainierten, gesunden Menschen wird ein Smartphone in der Gesässtasche keine Probleme bereiten.»

Prof. Dr. med. Oliver Distler, Universitätsspital Zürich



ISTOCKPHOTO