



Mobile Herzkontrolle

Bei einem Herzinfarkt zählt jede Minute. Das EKG-System „CardioSecur Active“ fürs Smartphone gibt bei Herzbeschwerden innerhalb einer Minute ein personalisiertes Feedback, ob ein Arzt aufzusuchen ist oder nicht. Es erkennt Herzrhythmus, Herzrate und lebensbedrohliche Durchblutungsstörungen. Der Benutzer benötigt dafür die Gratis-App „CardioSecur Active“ und das 50 Gramm leichte EKG-Kabel mit vier Elektroden. Die Kosten für Kabel, gesicherten Datentransfer und die Verwaltung der EKG-Messungen unter Einhaltung des Bundesdatenschutzgesetzes liegen einmalig bei 99 €, zuzüglich 9,95 € monatlich. Infos: www.cardiosecur.com



Medizin-News

Aktuelle Studien, Tipps und Infos



Buch-Tipp

Wie viel Training ist für Kids okay? Droht ein Nährstoffmangel, wenn sie nur Nudeln mit Ketchup essen? – Die Sportexperten Prof. Dr. Ingo Froböse und Peter Großmann klären auf. **Der kleine Sporticus**, 16,95 € (Beltz Verlag)

Hanf: kleine Körner mit guten Fetten

Immer öfter sieht man jetzt Produkte mit Hanf im Bio-Regal von Supermärkten. Die Nüsse, die an der Hanfpflanze hängen, liefern neben Kalzium für die Knochen und Eisen für die Blutbildung vor allem wertvolle Omega-3-Fette. Sie stärken die Zellmembranen, unterstützen die Herz-Kreislauf-Funktion und das Hormonsystem. Hanfkörner schmecken gut auf Salat und im Brot. Neu: laktose- und glutenfreie Getränke und Desserts wie Fruchtmus mit Hanf (z. B. von Sojade).



Wissen in Zahlen

66%

der Deutschen wünschen sich einen gesundheitsbewussten Partner.

In der Regel sind es die Frauen, die Vorsorgetermine beim Arzt im Blick haben und sich um die Gesundheit der Familie kümmern. Tipp: Gemeinsam Sport treiben, z. B. festen Termin für Walking oder Schwimmen im Kalender vermerken.

Quelle: Forsa-Umfrage im Auftrag von Cosmos Direkt