

Sport schützt nicht vor Schnupfen

Körperliche Bewegung gilt gemeinhin als immunstärkend und als wirksamer Schutz vor Erkältungen. Eine Studie der Universität Helsinki lässt jedoch Zweifel an dieser Theorie aufkommen. Die Wissenschaftler erfassen die Schnupfen- und Sportdaten von über 14 000 älteren Männern und konnten dabei keinen Zusammenhang ausmachen. Sportlich aktive Männer, die gleichzeitig Vitamin E oder Beta-Karotin einnahmen, zeigten sogar ein erhöhtes Risiko für Erkältungskrankheiten. jz

RP 7.5.04