

«Ongestelde vrouwen lopen hoger risico op sportletsel»

STOCKHOLM Sportvrouwen hebben vaker last van een kwetsuur in de periodes waarin ze ongesteld zijn. Dat blijkt uit onderzoek van de Zweedse universiteit Luleå. De verklaring daarvoor is volgens wetenschappers te zoeken bij de hormonale schommelingen.

Sportletsel bij vrouwen hangen vaak samen met hun menstruatiecyclus. Een onderzoek bij dertig Zweedse vrouwelijke voetbalploegen heeft aangetoond dat vrouwen vaker last hadden van een kwetsuur wanneer ze ongesteld waren dan anders. In totaal werden 319 sportvrouwen onder de loep genomen, daarvan werd de helft tijdens de studie gevelde door een letsel.

Wetenschapster Inger Jacobson vermoedt dat de link te maken heeft met de hormonale schommelingen waaraan vrouwen onderhevig zijn tijdens



hun menstruatiecyclus. Na de ovulatie wordt er meer relaxine geproduceerd, een hormoon

dat onder meer zorgt voor het ontspannen van ligamenten en het verslappen van spieren. De

hoeveelheid relaxine bereikt een hoogtepunt rond de menstruatie. «Als je pezen en ligamenten flexibeler worden, is het risico op verrekking groter en kunnen ze beschadigd worden», legt John Brewer van de Lucozade academie voor sportwetenschappen uit.

Onderzoek wijst ook uit dat de coördinatie, de reageertijd en het inschattingvermogen beïnvloed worden door de hormoonspiegel, waardoor een ongeluk sneller gebeurd is. Het hogere oestrogenniveau in de periode rond de menstruatie zorgt dan weer voor verminderde pijngevoeligheid, zodat sportvrouwen niet zo snel doorhebben dat ze gekwetst zijn of hun lichaam overbelasten.

De Britse vrouwelijke voetbalploeg houdt alvast rekening met de onderzoeksresultaten om het risico op kwetsuren zo klein mogelijk te houden.

@ www.ltu.se

«Zelfs zwart tv-scherm verveelt kinderen niet»



LONDEN Jonge kinderen zijn zo verslaafd aan televisie dat ze liever naar een leeg scherm staren dan naar een lachend menselijk gezicht. Dat blijkt uit onderzoek van de universiteit van Glasgow. Onderzoekster Markus Bindemann vindt de bevindingen zorgwekkend. «Als een kind liever naar een apparaat staart, verdwijnt de kennis met interactie en dat kan op termijn ernstige gevolgen hebben voor de menselijke contacten. Want niet alleen is interactie een vereiste voor succes in het leven - zowel op persoonlijk als op professioneel vlak - gebrek daaraan kan zelfs leiden tot psychische aandoeningen.»

Dolfijn met vier vinnen verrast wetenschap



TOKIO Wetenschappers hebben een dolfijn ontdekt met twee extra vinnen. Het dier bewijst volgens de Japanse onderzoekers dat zeezoogdieren vroeger op het land leefden en vier poten hadden. De dolfijn werd gevangen door vissers in de Japanse wateren. Die verwittigden het nabijgelegen Taiji museum voor walvisvangst. Wetenschappers beweren dat het de allereerste keer is dat een dolfijn vier perfect ontwikkelde vinnen heeft, al is het tweede paar kleiner dan het 'echte' stel. Het uitzonderlijke dier zal nu onderworpen worden aan enkele tests om uit te zoeken hoe de afwijking veroorzaakt werd.

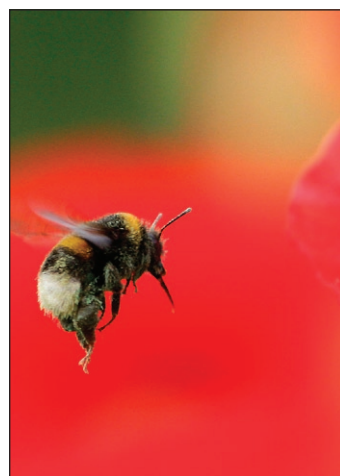
@ www.icrwhale.org

In België raken steeds meer mensen de draad kwijt.

EEN TEAM Belgis he on erzoek s h ft

Dna-code van de bij gekraakt

BRUSSEL Er is een nieuwe doorbraak in de zoektocht naar de geheimen van het dna. Want na de fruitvlieg en de muskiet is nu ook van de honingbij de



genetische code of het genoom helemaal ontcijferd, zo schrijft de *Sunday Telegraph*. Het genoom van de bij is ongeveer een tiende van dat van de mens en beslaat zo'n 300 miljoen letters. Wetenschappers hopen dat door de ontdekking nieuw licht zal worden geworpen op de manier waarop bijen bijgedragen hebben tot de snelle diversificatie van planten en bloemen. Volgens Richard Gibbs, wiens onderzoeksploeg deze doorbraak verwezenlijkte, zou ons hele ecosysteem zonder de bijen en de bloemen ingestort zijn. Het kan ook inzicht verschaffen in de genetische aspecten van sociaal gedrag en van veroudering en antwoord geven op de vraag waarom een bijenkoningin vijfmaal zo lang leeft als haar onderdanen.

a ere ps hiat che syndromen kunnen verschijnen.