

Technischer Gebrauch, der bei jungen Menschen ein „hornartiges“ Knochenwachstum verursacht.

Laut Gesundheitsforschern der University of the Sunshine Coast hat der übermässige Einsatz von Smartphones und Handheld-Technologien dazu geführt, dass junge Menschen ein „hornartiges“ Knochenwachstum im hinteren Bereich des Schädels entwickeln.

Die von Dr. David Shahar und Associate Professor Mark Sayers im [*Journal of Anatomy*](#) im Jahr 2016 veröffentlichten Forschungsergebnisse erregten erhöhte Aufmerksamkeit, seit die BBC in dem kürzlich erschienenen Artikel [*Wie das moderne Leben das menschliche Skelett verändert*](#), über dieses Phänomen schrieb .

Die Studie umfasste 218 Röntgenaufnahmen von Menschen im Alter zwischen 18 und 30 Jahren an der australischen Sunshine Coast und ergab, dass 41 Prozent einen 10 bis 30 Millimeter grossen knöchernen Klumpen am Hinterkopf entwickelt hatten.

Dr. Shahar, der zum Zeitpunkt der Studie an der USC promovierte, sagte, dass die grossen „hornartigen“ Knochenwucherungen früher nur älteren Patienten vorbehalten waren, da sie auf eine langfristige Belastung des Skeletts zurückzuführen waren finden Sie viele der Wucherungen bei jüngeren Menschen.

“Dies ist ein Beweis dafür, dass degenerative Prozesse des Bewegungsapparates bereits in jungen Jahren beginnen und sich lautlos entwickeln können”, sagte Dr. Shahar.

“Diese Ergebnisse waren überraschend, da es in der Regel Jahre dauert, bis sie sich entwickelt haben und die Wahrscheinlichkeit steigt, dass die Bevölkerung älter wird.”

“Es ist wichtig zu verstehen, dass die Knochenspornen in den meisten Fällen nur wenige Millimeter messen, und dennoch haben wir bei der untersuchten jungen

Bevölkerung Projektionen von 10 bis 30 Millimeter gefunden.“

Weitere Tests, einschliesslich MRT-Scans und Blutuntersuchungen, schlossen die Möglichkeit aus, dass das Wachstum auf genetische Faktoren oder Entzündungen zurückzuführen war.

Dr. Shahar sagte, dass die Ergebnisse eine Warnung hinsichtlich der „frühen und stillen Entwicklung von Knochen- und Gelenkschäden aufgrund einer schlechten Körperhaltung“ darstellten und die Notwendigkeit hervorhoben, bei der Verwendung handgehaltener Technologien durch Haltungsmodifikationen vorbeugende Massnahmen zu ergreifen.

Wir gehen davon aus, dass die anhaltende Zunahme der Belastung bei diesem Muskelaufbau darauf zurückzuführen ist, dass sich das Gewicht des Kopfes durch den Einsatz moderner Technologien über einen langen Zeitraum nach vorne verlagert“, sagte Dr. Shahar.

„Wenn Sie den Kopf nach vorne verlagern, wird das Gewicht des Kopfes von den Knochen der Wirbelsäule auf die Muskeln im Nacken und am Kopf übertragen.“

„Die erhöhte Belastung führt zu einer Umgestaltung sowohl der Sehnen- als auch der Knochenenden des Aufsatzes. Der Fussabdruck der Sehne auf dem Knochen wird breiter, um die Belastung auf eine grössere Fläche des Knochens zu verteilen. “

Dr. Sayers, der für die Studie Dr. Shahars Vorgesetzter war, sagte, dass die beiden immer noch an Forschungsprojekten zusammenarbeiten, um Ressourcen zu entwickeln, um das Problem zu vermeiden, insbesondere für Schulkinder.

“Die Sache ist, dass die Beule nicht das Problem ist, die Beule ist ein Zeichen für eine anhaltende schreckliche Haltung, die ganz einfach korrigiert werden kann“, sagte Dr. Sayers.

Er sagte, die Antwort sei, die Nutzung von Mobiltelefonen mit einer

Neukalibrierung der Körperhaltung in Einklang zu bringen, speziell geformte Kissen zu verwenden oder Übungen zu machen, bei denen die obere Brust angehoben wird.

Eine weitere Studie von Dr. Shahar und Dr. Sayers Sayers aus dem Jahr 2018, veröffentlicht in [***Scientific Reports-Nature***](#), zeigte, dass Knochenwucherungen am Hinterkopf bei jungen Erwachsenen grösser und häufiger waren als bei älteren.

Quelle:

<https://www.usc.edu.au/explore/usc-news-exchange/news-archive/2019/june/tech-use-causing-horn-like-bone-growth-in-young-people>