

--- Auszug / Kurzfassung ---

## Gesundheitsstatistiken und Studiendesign für den Rest von uns

Von Michael Passwater

OMNS (13. April 2022) In Anbetracht der Flut von Gesundheitsinformationen in den Nachrichten, der zunehmenden Zahl von Gesundheits- und medizinischen Fachzeitschriften sowie von Zeitschriftenveröffentlichungen, Blogs, Beiträgen in sozialen Medien, Websites und Meinungen von Familie und Freunden ist dieser kurze Überblick ein Versuch, dem Leser bei der Bewertung von Schlagzeilen und Entdeckungen im Zusammenhang mit der menschlichen Gesundheit zu helfen. Wenn man heute Nachrichten liest, kann man sich von Daten in einer Informationswüste umgeben fühlen.

*"Wenn wir alle von der Annahme ausgingen, dass das, was als wahr akzeptiert wird, auch wirklich wahr ist, gäbe es kaum Hoffnung auf Fortschritt." - Orville Wright (1871 - 1948) [26]*

Der Mensch und seine Wechselwirkungen mit der Umwelt sind äußerst komplex. Ernährungsstudien sind schwierig, weil sie die Messung des Ausgangsniveaus mehrerer synergistischer Nährstoffe erfordern, was bei retrospektiven Studien nicht ohne weiteres möglich ist. Beobachtungsstudien liefern jedoch oft wichtige Erkenntnisse über die Folgen von Ernährungsdefiziten, die mit prospektiven Interventionsstudien weiter geprüft werden können. Ausdauernde Untersuchungen, sorgfältig konzipierte Studien, detaillierte Beobachtungen - einschließlich der rechtzeitigen Messung von Nährstoffen - sowie rigorose Analysen und kritische Überprüfungen helfen uns, besser zu verstehen, wie wir Krankheiten zuverlässiger vorbeugen, verwalten und heilen und unser Leben bestmöglich gestalten können.