

**Prävention Herz-Kreislauf**

Den <b>Homocysteinspiegel</b> in Schach halten	20
<b>Weintrinker</b> leben insgesamt <b>gesünder</b>	20
<b>KHK-Prävention</b> : Welche Rolle spielt <b>Selen</b> ?	21
<b>Echokardiographie</b> bei <b>Senioren</b> wertvoll	21
<b>Mikroalbuminurie</b> als <b>KHK-Risikofaktor</b>	22
<b>Laufen</b> als <b>Antihypertonikum</b> ?	22
Ein <b>Plausch</b> am <b>Gartenzaun</b> für die <b>Koronarien</b> ?	22

**Prävention ZNS**

<b>Alzheimer-Prävention</b> : Weshalb <b>Denken</b> uns <b>gesund</b> hält	23
<b>Albuminurie</b> mit <b>Apoplex</b> assoziiert	24
Gegen <b>Demenz</b> lesen und <b>spielen</b>	24
Mit <b>Vitaminen</b> der <b>Demenz</b> vorbeugen	26
<b>Koffein</b> , <b>Östrogene</b> und <b>Morbus Parkinson</b>	26

**Prävention Onkologie**

<b>Risiko-Marker</b> für <b>kolorektale Karzinome</b> in Sicht	27
<b>Vitamin D</b> und <b>Kalzium</b> gegen <b>Adenom-Rezidive</b> ?	27
<b>Zervixkarzinome</b> : Prophylaxe durch <b>HPV-Screening</b> ?	27
Bei <b>dichtem Brustgewebe</b> häufiger screenen	28
<b>Mamma-CA</b> : auf <b>Folsäure</b> achten	28
<b>Brustkrebs</b> : Risikofaktor <b>Alkohol</b>	28
<b>Folgen</b> der „ <b>Beta-Carotin-Studie</b> “	29
<b>Angriff</b> an der <b>Signaltransduktion</b> ist möglich	29
<b>PSA-Messung</b> nach <b>Prostata-CA</b>	29

**Hormone**

<b>Chirurgische Menopause</b> und <b>Lebenserwartung</b>	30
<b>Östrogenpflaster</b> erhöhen <b>CRP</b> nicht	30
Von <b>Kaffee</b> bis <b>Rauchen</b> : Was beeinflusst <b>Testosteron-Werte</b> im <b>Alltag</b> ?	30
<b>Anhaltende Wirkung</b> : neue <b>Daten</b> zur <b>Testosteron-Substitution</b>	31
<b>Subklinische Hypothyreose</b> : Lohnt der „ <b>TSH-Check</b> “?	31
<b>Niedriges Thyroxin</b> – hohes <b>CRP</b> ?	31

**Sexualmedizin**

<b>Betroffene</b> und <b>Gesunde</b> gefragt: Wie <b>schlimm</b> ist die <b>ED</b> ?	32
<b>Gesprächsbedarf</b> bei <b>älteren Frauen</b>	32
<b>Sexualität</b> in der <b>Perimenopause</b>	32
<b>Neue Indikationen</b> für <b>Sildenafil</b> zeichnen sich ab	34

Fortsetzung von Seite 3

*Menschen betragen. Aber nicht nur die westliche Welt ist betroffen. Altern wird zu einem globalen Schicksal. In weniger als 50 Jahren werden allein in China mehr 65-Jährige leben, als heute auf der ganzen Welt.*

*Als Folge dieser Entwicklung prophezeit Schirrmacher einen „Krieg der Generationen“, den Agismus. Die immer kleiner werdende Zahl von Jungen und Erwerbstätigen wird den Kampf aufnehmen gegen die immer größere Masse von Alten, welche droht, sämtliche ökonomischen Ressourcen aufzubrauchen. Schirrmacher ruft daher die Generation der jetzt 40- bis 55-Jährigen (die „Babyboomer“) auf, als die Alten von morgen bereits heute ein „Methusalem-Komplott“ zu schmieden und sich darauf einzustellen, ihre Existenzberechtigung im Alter gegen die dann Jungen verteidigen zu müssen. Denn: „Wo Alter mehr im Interesse der Gesellschaft ist – und so ist es bei uns –, ist es auch eine verlängerte Lebenserwartung nicht.“*

*Wie bei einem Bestseller nicht anders zu erwarten, hat es auch an Schirrmachers Buch heftige Kritik gegeben. Mag sein, dass sein durchweg alarmistischer Grundton, seine krachende Rhetorik und seine gelegentlich überstrapazierte martialische Kriegsmetaphorik manchem auf die Nerven geht. Panikmache ist das Buch dennoch nicht. Denn im Gegensatz zu manch anderen apokalyptischen Prognosen der letzten Jahre (z. B. bezüglich des Waldsterbens, des Ozonlochs, der HIV-Epidemie etc.), die dann doch nicht ganz so dramatisch eingetreten sind, gelten demographische Berechnungen in Wissenschaftskreisen als äußerst präzise. Der „graue Planet“ wird Wirklichkeit, Altern als kollektive Erfahrung zur Realität. Die „Generation Golf“ wird zur „Generation Greis“. Wie das Altern dann jedoch aussieht und welchen Stellenwert es in einer künftigen Gesellschaft hat, das hängt von unterschiedlichen Faktoren ab.*

*Und hier kommen wir zu einem Punkt, den Schirrmacher in seinem Buch nur unzureichend behandelt. Das selbstbewusste Altern, das er nachdrücklich fordert, ist nämlich nur möglich, wenn Altern nicht geprägt ist durch Krankheit, Siechtum und Pflegebedürftigkeit. Auch die Frage, ob die Alten tatsächlich in Zukunft die Ressourcen der Jungen aufbrauchen, ist im Wesentlichen durch medizini-*