

Altenforschung

Technologischer Fortschritt: neue RNA-Tools 6
 Forschungsbedarf: Hormone und Immunsystem 6
 DNA-Mutationen im ZNS gesucht 6
 DHEA und das Geheimnis der Sardinier 6

Adipositas

Macht „Low-Carb-Diät“ das Abnehmen leichter? 7
 Ein hilfreiches 15-Minuten-Gespräch 7
 Risiko-Check: Waage plus Maßband 7

Ernährung

Vegetarisch essen, lohnt sich das? 8
 Zu viele Sterine „fressen“ Karotinoide 8
 Alpha-Liponsäure hat mehrere Effekte 8

Prävention ZNS

Apoplex: Folat und Vitamin B₁₂ wirken protektiv 9
 Auch Karotinoide schützen vor Apoplex 9
 Weniger Parkinson-Syndrome unter NSAR 9
 Apoplex-Risiko und Kognition 10
 Apoplex: Empfehlungen zur Primärprävention 10
 Die Alzheimer-Demenz früh erkennen 12

Psyche

Interview: Depressionen nicht übersehen! 14
 Testosteron und Depressions-Risiko 16
 Wie Einsamkeit der Gesundheit schadet 16
 Morgenkopfschmerz in Europa 16
 Aktivität hilft gegen chronische Müdigkeit 17
 Soziale Phobie macht krank und rund 17

@ SITE-SEEING

Schlaf / Stress

DGSM-Tagung: Gesundes Mittelmaß an Schlaf 18
 Melatonin verbesserte REM-Schlaf 19
 „Andere“ Genexpression im Schlaf 19
 Berufsstress: Wer greift zu Benzodiazepinen? 20
 Schamgefühle verursachen Zytokin-Anstieg 20
 Gefährdet Stress den Impferfolg? 20

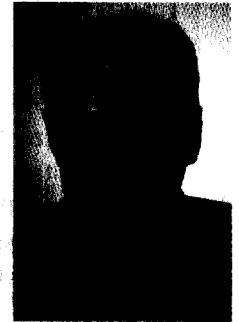
Immunsystem

Etwas Rotwein schadet der Abwehr nicht 21
 „Stress“ durch wiederholte Diäten 21

Titelbild Mauritius

Brave New Brain World

Wer noch vor fünf Jahren die Frage gestellt hätte, welches denn wohl die wichtigste und innovativste wissenschaftliche Disziplin sei, hätte darauf eine eindeutige Antwort bekommen: die Genetik. Die vollständige Entschlüsselung des menschlichen Erbgutes galt als die überragende wissenschaftliche Großtat des ausgehenden 20. Jahrhunderts.



Das 21. Jahrhundert wurde gar flugs zum „genetischen Zeitalter“ ausgerufen. Klon-schaf Dolly avancierte zum Medienstar, und an der Börse trieben die Biotech-Firmen die Aktien in astronomische Höhen. Dolly ist inzwischen vorzeitig und frühvergreist verschieden, die meisten Biotech-Aktien sind ins Bodenlose gefallen und insgesamt reißt das Thema Genetik niemanden mehr so richtig vom Hocker.

Dafür macht sich ein ganz anderer Forschungszweig daran, zur Leitwissenschaft der Neuzeit aufzusteigen: die Neurobiologie. Die Entschlüsselung des „neuronalen Codes“ – also die Frage, wie unsere 100 Milliarden Hirnzellen Denken und Bewusstsein kreieren – ist nicht nur eine wesentlich komplexere Aufgabe als die vergleichsweise simple Sequenzierung des genetischen Codes; sie hat offensichtlich auch sehr viel weitreichendere Bedeutung.

Soeben erst haben elf führende deutschsprachige Neurowissenschaftler in der Zeitschrift „Gehirn & Geist“ ein Manifest publiziert, in dem sie eine Standortbestimmung ihres Fachs und auch einen Ausblick auf dessen Zukunft vornehmen. Bei aller akademischen Bescheidenheit (Wir stehen erst am Anfang, es gibt noch viel zu tun, etc.) lassen sie dabei keinen Zweifel daran, dass die neurobiologische Forschung nicht nur unser naturwissenschaftliches Welt-, sondern unser gesamtes Menschenbild revolutionieren wird.

So wird etwa der Dualismus, also die Unterteilung in Körper und Geist (bzw. einen materiell fundierten Organismus und ein immaterielles Bewusstsein), welches unser philosophisches Denken über Jahrhunderte geprägt hat, nicht weiter aufrechtzuerhalten sein. Ein in irgendeiner Weise vom Materiellen losgelöstes Denken oder Fühlen, ein von körperlichen Vorgängen abgekoppeltes „Bewusstsein“ (wahlweise Psyche, Geist etc.) gibt es nicht. Geist ist das Gehirn bei der Arbeit. Und diese Arbeit lässt sich auf klare biochemische Prozesse und molekularbiologische Mechanismen zurückführen.

Am Beispiel Depression kann man dies verdeutlichen. Noch vor wenigen Jahrzehnten galt die Schwermütigkeit als rein psychische Veränderung, als eine „Krank-

Fortsetzung nächste Seite