

*maligne Tumore schon in einem sehr frühen Stadium Entzündungsmediatoren in die Umgebung, da dies die Tumor-Neoangiogenese begünstigt. Ohne diesen Mechanismus, der ihnen einen Anschluss an das körpereigene Blutgefäßsystem verschafft, müssten die Malignome bereits in einem sehr frühen Stadium zugrunde gehen.*

*Selbst bei der Osteoporose scheinen Entzündungsprozesse eine Rolle zu spielen. Die aktuelle Theorie zur Pathophysiologie sieht Zytokine als die wesentliche Ursache für die Stimulierung und Aktivierung einer übermäßigen Knochenresorption (RANKL-Konzept).*

*Und schließlich zeigt auch noch die letzte große Volkskrankheit einen Zusammenhang mit Entzündungsprozessen: der Diabetes mellitus. Der Grund hierfür wurde ebenfalls erst vor kurzem erkannt. Einer der wichtigsten Produktionsorte für Entzündungsmediatoren wie IL-6 oder TNF $\alpha$  sind Fettzellen. Adipöse tragen somit durch ihr überreich angelegtes Fettgewebe einen permanenten Entzündungsherd mit sich herum. Die Tatsache, dass eine Gewichtsreduktion zu den am besten gesicherten lebensverlängernden Maßnahmen gehört, wird also auch vor dem Hintergrund der Entzündungstheorie plausibel.*

*Was bedeutet das für die Praxis? Zunächst einmal, dass wir in der Anti-Aging-Diagnostik Entzündungsparameter vermehrt berücksichtigen sollten. Die Bestimmung von hochsensitivem CRP ist ein Muss für jedes Anti-Aging-Labor.*

*In der Therapie rücken antiinflammatorische Ansätze weiter in den Vordergrund. Auch hierbei ist der Faktor Lifestyle von entscheidender Bedeutung. Abbau von Fettgewebe bedeutet, einen inflammatorischen Herd im Körper zu reduzieren. Die zusätzliche Aufnahme von Omega-3-Fettsäuren hat auch deshalb so überaus positive Wirkungen, weil diese über eine Beeinflussung des Eicosanoidstoffwechsels antiinflammatorisch wirken.*

*Und wer unbedingt auch auf pharmakologischem Gebiet etwas tun will, für den gibt es ebenfalls eine eindeutige Empfehlung: 100 mg Acetylsalicylsäure täglich ist eine ebenso preiswerte wie effektive Anti-Aging-Therapie. Baby-Aspirin lässt uns alt werden.*

Dr. med. Bernd Kleine-Gunk

Was tun bei Photosensitivität?	35
Schnelle Abhärtung bei Lichturtikaria	35

## Altersmedizin

Abnehmen bei Diabetes – aber richtig!	36
Sport tut den Lipiden bei Typ-2-Diabetes gut	36
Typ-2-Diabetes: Statine verzögern die Insulinpflicht	36
Ältere Diabetiker: öfter Alzheimer, öfter geistig eingeschränkt	37
ED bei Diabetikern als Marker für stumme KHK	37
Auch die Ventrikel-Hypertrophie bekämpfen	38
Die hypertensive Retinopathie nicht ignorieren!	38
Lebensverlängernd: ACE-Hemmer auch für Senioren	39
Nieren und Gefäße: niedrige GFR – hohes Risiko	39
Gemeinsam für die Augen sorgen	40
Der VSDAR warnt: Laser hilft nicht bei Presbyopie	40
Makuladegeneration: CRP als Frühwarnsystem	40
Beim ischämischen Apoplex t-PA plus Doppler?	41
Prävalenz unterschätzt: Depressionen bei Parkinson	41
„Late onset“-Depression mit MCI: EEG weist auf präklinische Demenz hin	41
Probleme älterer Damen: Inkontinenz hat viele Ursachen	41
Antimuskarinikum bei überaktiver Blase: gute Verträglichkeit dank Subtyp-Selektivität	42
Wie „managt“ man die BPH?	42
Sturzgefährdeten Senioren lässt sich helfen	42
Vitamin E für die Atemwege	42

## Praxis-Management

Zwang zu Neupositionierung und Schaffung neuer Einnahmefelder: Im ambulanten Wettbewerb bestehen!	44
Med-Info	45
Impressum	33
Bestell-Coupon	25

IGeL-Tipps: Wer liefert was?	46
------------------------------	----

## WAS BEDEUTEN DIE SYMBOLE?

<b>A</b> Anwendungsbeobachtung	<b>M</b> Metaanalyse
<b>G</b> Fall-Kontroll-Studie	<b>R</b> Randomisiert-kontrollierte Studie
<b>F</b> Fallbericht	<b>S</b> Sonstige Studienarten
<b>K</b> Kohortenstudie	<b>U</b> Übersicht