

# fit & top

- Interview mit Gerhard Risch
- Rauchen kann Allergien auslösen
- Buchtipp: Anti-Aging-Food
- Gesundheits-News

## «Die Menschen sollen auch im Alter Spass haben»

Interview mit Doktor Gerhard Risch über das achte Vaduzer Labor-Symposium

«Alter und Hormone», ein Thema, das immer mehr an Bedeutung gewinnt. Unter diesem Thema organisierte das Institut Dr. Risch das Vaduzer Labor-Symposium. Doktor Gerhard Risch erklärt im Interview, was für Bereiche besprochen und was diskutiert wurde.

Mit Gerhard Risch sprach  
Manuela Schädler

**VOLKSBLATT:** Am Donnerstag führte das Institut Dr. Risch das VIII. Vaduzer Labor-Symposium durch. Was für ein Thema stand im Mittelpunkt?

Gerhard Risch: Unser Thema am diesjährigen Labor-Symposium war «Alter und Hormone». Ein sehr aktuelles Thema, welches in den Medien zunehmend im Vordergrund steht. Bei dieser Thematik geht es darum, dass man sich beim Alterwerden möglichst gesund und fit fühlt. Älter werden sollte - wenn möglich - nicht mit Leistungsabbau und Beschwerden verbunden sein.

**Wie war der Ablauf des Symposiums?**

Das Symposium besteht traditionsgemäss aus zwei Teilen. Im ersten Teil nehmen renommierte Referenten zu verschiedenen Aspekten eines aktuellen Themas Stellung. Dabei wird den Hörern in einem praxisbezogenen Rahmen der «state-of-the-art» näher gebracht. Beim anschließenden sozialen Teil kann das Gehörte weiter disku-



«Man sollte sich von Geburt an vor allen Übertreibungen hüten», sagt Doktor Gerhard Risch im Volksblatt-Interview zum Thema «Alter und Hormone». (Bild: manu)

tiert und Kontakte gepflegt werden.

**Welche Themenbereiche wurden im Einzelnen behandelt?**

Im einführenden Referat wurde auf die biologischen Grundlagen des Alterns eingegangen. Warum altern die Menschen und Lebewesen? Wo liegt die natürliche Grenze menschlichen Lebens? Was sind die Zusammenhänge zwischen Fruchtbarkeit und Lebensdauer einer Spezies? Was sind die Folgen eines mehr oder weniger gut ausgeprägten

Reparatursystems der Erbsubstanz? Erfreulicherweise besitzen Menschen einen sehr guten genetischen Reparaturmechanismus, der Irrtümer in der DNA-Synthese behebt und heute eine biologische Lebensdauer von zirka hundert Jahren ermöglicht. Diese Grenze dürfte sich in den nächsten Jahrzehnten auf 120 Jahre erhöhen. In den folgenden Referaten ging es darum, welche Möglichkeiten die Medizin bietet, um Alter als Frau und als Mann in einer optimalen Verfassung zu erleben. Ein weiteres Referat behandelte neue Er-

kenntnisse in der Diagnostik der Herzinsuffizienz, einer vor allem auch im Alter ziemlich häufig vorkommenden Erkrankung. Im Schlussreferat wurde auf hormonelle Störungen als Ursache von psychischen Erkrankungen eingegangen.

**Welches Verhalten ist wichtig für ein gesundes Altern?**

Man sollte sich, von Geburt an, vor allen Übertreibungen hüten, egal in welchem Bereich. Sei das beim Essen, im Sport, beim Trinken oder bei der Arbeit. Es gibt keine Aus-

**Was ist neu zum Thema «Alter und Hormone»?**

Symptome, welche im Rahmen des Alterns auftreten, können durch einen Mangel an Hormonen bedingt sein. Diese Mängel können mittels labor-diagnostischer Methoden festgestellt und durch die Verabreichung einer Hormonersatztherapie angegangen werden. Das Einhalten allgemeiner, gesunder Verhaltensmassnahmen ist dabei stets zu berücksichtigen.

**Ist es möglich, länger jung zu bleiben?**

Ewig jung zu bleiben kann nicht das Ziel sein. In der Jugend erfahren die Dinge eine andere Wertung im Alter und umgekehrt. Vielmehr ist wichtig, dass Altern nicht als Krankheit empfunden wird. Menschen sollen sich in ihrem Alter wohl fühlen, so dass ein langes Leben nicht zur Last wird und mit Freude erlebt werden kann.

**Wie war das Echo auf diese ärztliche Fortbildung?**

Das Feedback der Zuhörer und Zuhörerinnen war überaus positiv. Es wurden in der Öffentlichkeit stark präsen-te Themen in sehr praxisnaher Weise abgehandelt. Dies ermöglicht den Teilnehmern, mit den neusten Entwicklungen Stand zu halten. Als Veranstalter sind wir in jeder Hinsicht sehr zu frieden. Das Interesse war sehr gross. Wir hatten eine Rekordteilnahme mit über 200 Teilnehmern aus der Ostschweiz, Liechtenstein und Vorarlberg.

### NACHRICHTEN

#### Menschenkette in Japan

TOKIO: Rund 300 Demonstranten haben vor dem Gesundheitsministerium in Tokio eine Menschenkette gebildet und gefordert, dass 20 Creutzfeldt-Jakob-Patienten als Opfer von Fahrlässigkeit der Behörden anerkannt werden. Die Regierung hatte am 1. März mitgeteilt, dass sie jedem Opfer 3,5 Millionen Yen (30.150 Euro) Schmerzensgeld zahlen wolle, ebenso wie der deutsche Medizintechnik-Hersteller B. Braun Melsungen eine direkte Schuld an ihrer Erkrankung aber nicht anerkenne. B. Braun hat einem aussergerichtlichen Vergleich zugestimmt, wonach die Firma insgesamt eine Milliarde Yen (neun Millionen Euro) an die 20 CJK-Patienten zahlen wird. Die Erreger sollen von einem aus menschlicher Hirnhaut gewonnenen Produkt übertragen worden sein, das von B. Braun hergestellt worden war. Eine Haftungs-pflicht in dem Fall schloss die Firma aus.

#### Nieren in Anzeigen zum Kauf anbieten

GAUHATI: Fünf Inder haben im Anzeigenteil einer Zeitschrift ihre Nieren zum Verkauf angeboten. Die Männer im Alter zwischen 24 und 30 Jahren verlangen für die Organe jeweils ein Mindestgebot von 200 000 Rupien (4 700 Euro). Wie die Tageszeitung «The Sentinel» am Donnerstag berichtete, wurden die Inserate in dem Magazin «Kabas» veröffentlicht, das im nordostindischen Unionsstaat Assam erscheint. Einer der Anbieter, der 26 Jahre alte Atul Saikia, sagte, er wolle mit dem Geld ein kleines Unternehmen gründen, um seine Familie versorgen zu können.

#### Zentrum für Pneumokokken nimmt Betrieb auf

BERN: Das Institut für Infektionskrankheiten der Universität Bern nimmt noch im laufenden Monat den Betrieb eines Nationalen Zentrums für Pneumokokken (NZPn) auf. Die Wahl des vom Bundesamt für Gesundheit (BAG) eingesetzten Institutes erfolgte nach einer öffentlichen Ausschreibung, wie dem neusten BAG-Bulletin vom Montag zu entnehmen ist. Gemäss Peter Helbling, dem Leiter der Sektion bakterielle Krankheiten sind Pneumokokken ein häufiger Erreger von Lungen- und Hirnhautentzündungen. Die Aufgaben des Zentrums bestünden in der Bestimmung der Serotypen und Subtypen der von den Laboratorien eingeschickten, invasiven Stämme.

### Buchtipp:

#### Anti-Aging-Food



Wissenschaftliche Studien beweisen es: Mit der richtigen Ernährung kann die Zellalterung gezielt gebremst werden. Dieser Ratgeber beschreibt, in welcher Form man am besten die Vitalstoffe aufnimmt, die das Leben verlängern und vor Alterskrankheiten schützen. Schlemmen Sie sich jung, mit über fünfzig Genussrezepten. Die Rezepte in diesem Buch wurden nach den wichtigsten Anti-Aging-Kriterien zusammengestellt: Junge Haut, eine schlanke Figur und viel Power.  
Midena Verlag: «Anti-Aging-Food - Alle Rezepte, die das Altern bremsen» (mit Poster), Birgit Frohn, 9.90 Euro.

## Zigaretten verschlimmern Hautallergien

Entzündungen und Ekzeme als mögliche Folgen

HAMBURG: In vielen Zigaretten ist nach Angaben von Medizinern ein gefährlicher Allergenauslöser als Parfümstoff oder Aroma enthalten.

Das aus einer mittelamerikanischen Baumart gewonnene Harz Perubalsam könne zu Hautreaktionen in Form von Papeln, Bläschen oder Pusteln bis hin zu schweren Entzündungen wie Dermatitis oder Ekzem führen, berichten der Ärztenverband Deutscher Allergologen und die Deutsche Gesellschaft für Allergologie und klinische Immunologie. Mindestens 30 Inhaltsstoffe des Harzes könnten eine Allergie auslösen.

#### Kontaktallergie

Den Experten zufolge verläuft eine Reaktion auf Perubalsam in der Regel als reine Kontaktallergie, weil sie über die sogenannten Langerhans-Zellen der Haut erfolgt. Diese lösen bei Kontakt mit einer Substanz,



Rauchen kann wegen einem Harz Allergien auslösen.

die sie als Allergen identifizierten, die Immunantwort des Körpers aus. In der Folge kommt es zu einer Entzündungsreaktion an Ort und Stelle. Allerdings reichten Zigaretten wegen ihres relativ geringen Peru-

balsam-Gehaltes nicht aus, um eine Allergie zu verursachen. Vielmehr muss diese nach Angaben der Fachärzte zunächst auf anderem Weg erworben worden sein. Durch das Rauchen werde sie dann aber ver-

schlimmert.

Den engen Zusammenhang zwischen Rauchen und Hautentzündungen konnte der Wissenschaftler Björn Hausen vom Dermatologischen Zentrum des Elbkrankenhauses Buxtehude schon in verschiedenen Fällen beobachten: «Wir haben oft festgestellt, dass die Hautprobleme bei Patienten gebessert wurden oder sogar verschwunden sind, wenn diese mit dem Rauchen aufgehört hatten.» Blieben die Betroffenen bei ihrem Nikotinverzicht nicht standhaft, liessen neuerliche Hautveränderungen nicht lange auf sich warten.

#### Kommt auch in Cola vor

Perubalsam wird wegen seiner anti-bakteriellen und aromatisierenden Eigenschaften allerdings nicht nur von der Zigarettenindustrie geschätzt. Das Allergen kommt beispielsweise auch in Colagetränken vor, wie die Experten betonen. <http://www.aeda.de>