

# fit & top

- Biologische Uhr tickt schneller als angenommen
- Buchtipp: Die geheime Macht der Psyche
- Verlauf der Nervenkrankheit verlangsamt
- Neue Diagnosemethode bei Brustkrebs

## Tickt schneller als angenommen

Studie: Auch bei Männern - Wissenschaftler nennen Ergebnisse aber «nicht dramatisch»

LONDON: Auch die biologische Uhr bei Männern tickt offenbar schneller als bisher angenommen. Das ist zumindest das Ergebnis einer in der Fachzeitschrift «Human Reproduction» veröffentlichten neuen Studie.

Emma Ross / AP

Ab 35 lässt die Zeugungsfähigkeit demnach merklich nach - bislang gingen die Forscher davon aus, dass dies erst ab 40 oder 50 langsam der Fall sei. Auch bei Frauen machten die Wissenschaftler einen früheren Einbruch als vorherige Studien aus: im Alter von 27 Jahren.

Bislang wurde weitgehend angenommen, dass die Fruchtbarkeit bei Frauen durchschnittlich erst zwischen 30 und 35 deutlich nachlässt. Untersucht wurden in der jüngsten Studie 782 Paare aus ganz Europa. 433 Frauen wurden schwanger.

### Knick ab 35

Dabei war die Wahrscheinlichkeit einer Schwangerschaft schon bei Frauen zwischen 27 und 29 geringer als bei jenen zwischen 19 und 26. Die Schwangerschaftschancen nahmen bis 35 nicht weiter deutlich ab, dann verzeichneten die Wissenschaftler aber wie erwartet einen Knick. Insgesamt stellten die Mediziner eine doppelt so hohe Schwangerschaftswahrscheinlichkeit innerhalb eines Monats bei Frauen unter 26 gegenüber Frauen über 35 fest, wenn die Partner etwa gleich alt waren. Dies bedeute aber nicht, dass Frauen mit Ende 20 auf längere Sicht nicht ebenso



Frauen von Anfang 20 sind fruchtbarer als Frauen mit Ende 20 oder Anfang 30.

(Bild: wodicka)

wahrscheinlich schwanger würden, erklärte der Mediziner David Dunson vom US-Institut für Umweltgesundheitsforschung. «Was wir gefunden haben, war eine geringere Wahrscheinlichkeit, in einem Zyklus schwanger zu werden.»

Dabei hingen die Chancen einer schnellen Schwangerschaft bei Frauen ab Mitte 30 stark vom Alter des Partners ab. Während eine 35-Jährige mit

einem gleich alten Partner der Studie zufolge noch zu 29 Prozent mit einer Schwangerschaft innerhalb einer Periode rechnen konnte, sank die Wahrscheinlichkeit bei einem fünf Jahre älteren Mann auf 18 Prozent ab. Das Alter der Männer schien jedoch nur dann von Bedeutung zu sein, wenn die Partnerin 35 oder älter war. Anlass zur Sorge böten die Ergebnisse der neuen Studie jedoch nicht, betonte

Chris Ford von der University of Bristol in Grossbritannien. «Natürlich sind sehr junge Frauen von Anfang 20 fruchtbarer als Frauen mit Ende 20 oder Anfang 30», sagte er.

### Kein Grund zur Sorge

Aber auch 30-Jährige hätten noch keinen Grund, sich Gedanken zu machen, erklärte Ford, der nicht an der jüngsten Untersuchung beteiligt war.

«Man kann die Ergebnisse kaum dazu hinhinbringen, um Männern im Alter von 35 Jahren zu empfehlen, Samenzellen einfrieren zu lassen», reagierte Svend Juul von der Universität Aarhus in Dänemark auf die Studie. Die Befunde seien nicht dramatisch, betonte er. Sie geben nur genauere Hinweise darauf, wann die biologische Uhr zu ticken anfängt. <http://humrep.oupjournals.org>

## Schlank, fit und leistungsfähig

Dank der richtigen Hormone

«Eines schickt sich nicht für alle»: Dieses Goethe-Wort trifft auch auf die richtige Handhabung der Hormon-Ersatztherapie zu. Denn da wir alle Individuen sind, ist natürlich auch der Hormonbedarf von Frau zu Frau verschieden.



Dr. Alram, Frauenärztin

So banal das klingt - leider bedeutet es noch lange nicht, dass dieser schlichte Grundsatz tatsächlich überall beherzigt wird. Immer noch kommt es vor, dass Hormone nach der Methode: «Nun probieren wir erst mal dieses Präparat, und wenn das nicht anschlägt, nehmen wir jenes!» verschrieben werden. Kein Wunder, dass das Ergebnis dann enttäuschend ausfällt. Zuweilen stellt die Patientin mit Schrecken fest, dass sie, seit sie Hormone nimmt, immer mehr an Gewicht zulegt, und verzichtet dann lieber ganz darauf: «Nein danke, Hormone machen dick!» Ganz so verhält es sich aber nicht. Gewiss, Östrogen sorgt für eine bessere Wasserspeicherung und bügelt

ganz nebenbei so manches Hautfältchen aus. Doch zugleich sorgt ein Übermass an Östrogen auch für üppige weibliche Formen, insbesondere um Hüften und Gesäss. Zuweilen bilden sich solche Fettpolster in den Wechseljahren von Natur aus, dann nämlich, wenn lediglich die Eizellen aufgebraucht sind, aus denen normalerweise in jedem Zyklus von neuem Gestagene - die natürlichen Gegenspieler zum Östrogen - gebildet wurden. Gewichtszunahme durch

Hormone zeigt also an, dass die Ersatz-Therapie nicht genau an die individuellen Bedürfnisse angepasst wurde. Durch einen Hormonspiegel lässt sich exakt feststellen, was fehlt (und verordnet werden müsste) und was noch (womöglich im Übermass) vorhanden ist. Bei exakter Dosierung der Hormone bilden sich dann auch die Fettpolster zurück - vorausgesetzt, die Patientin ernährt sich vernünftig: mit reichlich Vitalstoffen, aber wenig Zucker, gesättigten Fetten und Auszugsmehl. Frau Dr. Alram hat besondere Erfahrung in gynäkologischer Endokrinologie durch ihre Tätigkeit als niedergelassene Frauenärztin in Lindau.

Lesen Sie am 15. Juni auf der Gesundheitsseite: Dank Hormon-Ersatztherapie: Schönes Haar-bis ins hohe Alter.

### Information:

Forum Gesundheit Bodensee  
D - 88131 Lindau  
Badstrasse 8  
Tel. 0049/8382/273 57 96

## Antibiotikum für Nervenkrankheit

Erfolgreicher Tierversuch

NEW YORK: Ein gebräuchliches Antibiotikum hat im Tierversuch die Lou-Gehrig-Krankheit verzögern können, die zu Muskelschwund, Lähmung und nachlassendem Sprechvermögen führt.

Die tägliche Injektion des Antibiotikums Minocycline konnte der Studie des Brigham and Women's Hospital in Boston zufolge bei Mäusen den Ausbruch und Verlauf der Krankheit verlangsamen und das Leben der Tiere verlängern.

### Mäuse überlebten

Die Wissenschaftler untersuchten eine aus genetischen Mutationen entstandene Variante der Amyotrophischen Lateralsklerose (ALS). Prominentes Opfer der ALS ist der Physiker Stephen Hawking, der auf einen besonderen Rollstuhl mit computerisierter Sprachausgabe angewiesen ist. Mit dem Antibiotikum behandelte Mäuse überlebten der in der Wissen-

schaftszeitschrift «Nature» veröffentlichten Studie zufolge 137 Tage, ohne Behandlung starben die Tiere durchschnittlich mehr als zehn Tage früher. Minocycline wird bereits seit Jahrzehnten zur Antibiotika-Behandlung bei Menschen eingesetzt.

### Zur Entwicklung guter Medikamente beitragen

Die Wirkung auf ALS im Tierversuch habe jedoch nichts mit den antibiotischen Fähigkeiten des Stoffes zu tun, erklärte Autor Robert Friedlander. Vielmehr reduziere Minocycline offenbar die Produktion eines Proteins in den Nervenzellen, das die Zellen zum Absterben bringen könne. Die Erkenntnisse könnten nun zur Entwicklung effektiverer Medikamente für die Behandlung der ALS beim Menschen beitragen, dabei könnte Minocycline möglicherweise künftig als Teil eines Medikamenten-Cocktails eingesetzt werden.

## NACHRICHTEN

### BUCH-TIPP

#### Macht der Psyche

Es liegt in der Natur des Menschen, dass wir unser Leben mit Hilfe von subjektiven Glaubensmomenten führen. Für uns sind die allgemeinen Glaubensinhalte körpereigenes «Wissen», also unumstößliche Realität: Die Materie unseres Körpers verändert sich dabei. Wie funktioniert dieses Prinzip? Der Glaube ist Teil des universellen Geistes und verwendet die Psyche zur Realisierung. Glaube setzt sich zusammen aus Wille (individuelle Motivation) und Gefühl (archetypische Emotion) und nutzt somit gleichermaßen Bewusstsein und Unterbewusstsein. Dadurch entsteht eine enorme Kraftwirkung zur Steuerung der Materie. Auf der Quantenebene kollabiert die allgegenwärtige Wahrscheinlichkeit. Die Glaubenskraft der Psyche ist die Manifestation der Quantenbildung zwischen den Elektronen bestimmter Atome und Moleküle. Sie wirkt als strategischer Schalter zur Realitätsbildung im leeren Raum («Vakuum») unseres Körpers. Wie können wir dieses Geschehen zu unserem Vorteil optimieren? Welche Folgen hat dieser quantenmechanische Vorgang für die Funktionen unseres Lebens und für unsere Gesundheit?



Popular Academic Verlagsgesellschaft: «Die geheime Macht der Psyche - Quantenphilosophie - Die Renaissance der Urmedizin» von Ulrich Warnke.

### BRUSTKREBS

#### Neue Diagnosemethode

WIESBADEN: Bei der Erkennung von Brustkrebs setzen Radiologen auf eine neue Methode, die die Beschaffenheit des Brustdrüsenorgans in einem Schnittbild dreidimensional sichtbar machen kann. Die so genannte Magnetresonanztomographie (MRE) könne helfen, wenn Mammographie und Ultraschall keine eindeutige Diagnose über die Beschaffenheit eines Knotens liefern könnten, erklärten Experten auf dem Deutschen Röntgenkongress in Wiesbaden. Die MRE könne auch Verhärtungen sichtbar machen, die nicht zu ertasten seien.