

Neue Hoffnung bei Demenz

Prävention kognitiver Defizite

Spätestens mit der Verleihung des Nobelpreises für Medizin 2016 rückte die Autophagie zur Vorbeugung altersbedingter Erkrankungen in den Fokus der Forschung. Bei diesem intrazellulären Selbstreinigungsprozess werden beschädigte und dysfunktionelle Zellbestandteile abgebaut und deren Grundbausteine wiederverwertet oder zur Energiegewinnung verwendet. So können sogar zellschädigende Proteinaggregate, die charakteristisch sind für neurodegenerative Erkrankungen wie Morbus Alzheimer, entfernt werden [Richter-Landsberg C. Biol Unserer Zeit. 2012;42:374–9]. Stimuliert wird der Autophagieprozess u. a. durch niedrige zelluläre Energielevel oder eine geringe Nährstoffzufuhr. Daher stellt die Kalorienrestriktion durch

Fasten einen möglichen Weg dar, den Selbstreinigungsprozess der Zelle anzukurbeln.

Als weitere Induktoren werden seit neuestem natürliche Substanzen wie das körpereigene Polyamin Spermidin erforscht. Spermidin kann bestimmte Effekte der Kalorienrestriktion nachahmen, z. B. das Auslösen der Autophagie. Erste Ergebnisse einer spermidininduzierten Autophagie auf neurodegenerative Erkrankungen lieferte die Studie preSmartAge. Bereits nach dreimonatiger Supplementation mit Spermidin in Kapselform zeigten die Probanden mit Demenzrisiko eine moderate Verbesserung der Gedächtnisleistung. Die Bedeutung einer täglichen Spermidingabe für die Demenzprävention wird



Möglichst lange bei Verstand bleiben, das ist das Ziel der Demenzprävention.

derzeit in der vom Bundesministerium für Bildung und Forschung geförderten Folgestudie SmartAge weiterführend untersucht. Die Ergebnisse werden im Herbst 2020 erwartet.

Red.

Quelle: Nach Informationen von Infectopharm

Konzertiert gegen das Reizdarmsyndrom

Funktionelle Magen-Darm-Beschwerden

Das Reizdarmsyndrom ist meist eine organische Darmerkrankung, die zunächst einer sicheren Diagnosestellung bedarf. Nach einer guten Vermittlung der Diagnose und Festlegung der Therapieziele gehören Vermeidung individueller Symptomtrigger, Ernährung, Psychotherapie, Phytotherapie und Probiotika zu den „evidenzbasierten Optionen mit gutem Sicherheitsprofil und Multitarget-Ansatz“, erklärte Prof. Joachim Labenz, Siegen. Erst als letzte Stufe kommen Medikamente zum Einsatz, die sich am Leitsymptom orientieren.

Wenn Patienten länger als drei Monate über Darmbeschwerden klagen, die mit Veränderungen des Stuhlgangs und beein-

trächtigter Lebensqualität einhergehen und andere Krankheiten als Ursache ausgeschlossen wurden, liegt ein Reizdarmsyndrom vor. Laut S3-Leitlinie der Deutschen Gesellschaft für Gastroenterologie sollten die Beschwerden einmal gründlich abgeklärt und anschließend eine erneute Diagnostik vermieden werden.

Geeignete diätetische Maßnahmen sind etwa die Gabe von Ballaststoffen oder die Low-FODMAP-Diät, die allerdings nur bei klarer Symptominderung fortzusetzen sind, so Labenz. Psychotherapeutisch kämen kognitive Verhaltenstherapie, psychodynamische Therapie, darmbezogene Hypnotherapie und Entspannungsverfahren zum Einsatz.

Neben Probiotika und Pfefferminzöl nannte Labenz die Heilerde als eine neue Multitargettherapieoption, weil sie Darmsubstanzen mit schädigendem Potenzial binde und das Darmmikrobiom verändere. In einer Beobachtungsstudie mit 46 Patienten mit über Jahre währende deutlicher Reizdarmsymptomatik konnte die Behandlung mit Luvos® Heilerde in zwei Wochen den Symptomscore halbieren. Dies legt die Existenz von Effekten nahe, die wir weiter untersuchen sollten, so Labenz.

Dr. Dirk Einecke

Quelle: Symposium „Heilerde in der Gastroenterologie: Kurze Antworten auf große Fragen“, Kongress Viszeralmedizin 2019; Wiesbaden, Oktober 2019 (Veranstalter: Luvos)