

Verbesserte Gedächtnisleistung durch Anregung der Autophagie?

Kognitive Störungen

Wie lässt sich einer Demenz vorbeugen? Eine Studie liefert jetzt erneut einen Hinweis auf das Potenzial von Spermidin,



Die kognitive Leistung steigern – gelingt dies durch Anregung der Autophagie?

einem natürlichen Polyamin. Bei insgesamt 80 Bewohnern von österreichischen Altenpflegeheimen wurden der Spermidin Gehalt im Blut und die Gedächtnisleistung gemessen. Zwischen beiden Werten gab es einen signifikanten Zusammenhang ($p = 0,025$). Außerdem erhielt eine Gruppe gezielt eine spermidinreiche Ernährung, und schon nach drei Monaten war die kognitive Leistungsfähigkeit der Probanden deutlich verbessert.

Zu ähnlichen Ergebnissen war bereits die „preSmartAge“-Studie der Charité Berlin gekommen. Die Studie „SmartAge“ ($n = 100$) geht aktuell der Frage nach, ob die Gabe von hochkonzentriertem Spermidin aus Weizenkeimen in Kapselform eine

gute Gedächtnisleistung bei älteren Menschen begünstigen kann. Unter Forschern gilt das körpereigene Polyamin Spermidin als ein vielversprechender neuer Ansatz bei der Demenzprävention. Spermidin kann die Autophagie auslösen. Bei diesem intrazellulären Selbstreinigungsprozess werden u. a. auch zellschädigende Proteinaggregate abgebaut, die für neurodegenerative Erkrankungen wie Morbus Alzheimer charakteristisch sind. Mit zunehmendem Alter sinkt die Spermidinkonzentration im Blut. Eine gesteigerte Spermidinzufuhr könnte diese Abnahme wieder ausgleichen.

Red.

Quelle: Nach Informationen von Infectopharm

Angustzustände beenden

Psychische Erkrankungen

Bei Pandemien steigt das Stressniveau in der Bevölkerung. Studien aus China haben gezeigt: Je länger Maßnahmen wie körperliche Distanz oder Quarantäne dauern, desto mehr Menschen leiden unter Angstzuständen, innerer Unruhe und Schlafstörungen. Eine aktuelle Untersuchung von Anrufern einer Notfallhotline in Wuhan, China, hat dies eindrucksvoll belegt.

Ein paar Tipps können Patienten eine Hilfe sein. Dazu gehört etwa, weiterhin Kontakt mit Freunden und Bekannten zu halten, per Telefon, Video-Chat oder Ähnlichem. Feste Tagesstrukturen sollten auch im Homeoffice beibehalten werden. Sie geben Halt. Wer andere Menschen unterstützt und z. B. für ältere Nachbarn ein-

kauft, fühlt sich besser. Auch ausreichende Bewegung ist wichtig.

Reichen diese Maßnahmen nicht aus, um die Unruhe- und Angstzustände zu mildern, können pflanzliche Arzneimittel – etwa aus Lavendel, wie Lasea® – die Nerven beruhigen. Das Arzneimittel mit hochkonzentriertem Lavendelöl wirkt angstlösend und stoppt kreisende Gedanken. In der Folge verbessert sich auch der Schlaf. Das Phytotherapeutikum macht nicht abhängig, Aufmerksamkeit oder Fahrtüchtigkeit sind nicht eingeschränkt. Eine spürbare Wirkung tritt innerhalb weniger Tage ein.

Red.

Quelle: Nach Informationen des Unternehmens Dr. Willmar Schwabe

Kurz notiert

Kampf gegen COVID-19

Als globales Gesundheitsunternehmen unterstützt GSK die weltweiten Bemühungen zur Bekämpfung des neuen Coronavirus. Zum einen stellt die Firma seine Adjuvanz-Technologie Wissenschaftlern und Organisationen zur Verfügung, die an Impfstoffkandidaten arbeiten. Durch den Einsatz eines Adjuvans kann die Menge des pro Dosis benötigten Impfstoffproteins reduziert werden, wodurch mehr Impfstoffdosen hergestellt werden können.

Darüber hinaus beteiligt sich GSK am COVID-19 Therapeutics Accelerator. Ziel ist es, koordiniert Moleküle zu identifizieren, die zur Behandlung von COVID-19 verwendet werden könnten.

Zudem spendet das Unternehmen zehn Millionen Dollar an den COVID-19 Solidarity Response Fund, der die WHO und ihre Partner bei der Prävention, Erkennung und Bewältigung der Pandemie unterstützen soll. Red.

Quelle: Nach Informationen von GSK