

Wenn der Stoffwechsel in unserem Körper außer Kontrolle gerät *Das Gehirn als Schlüssel*



Wenn Gewicht, Blutdruck und Blutzucker zu hoch sind, sind dies echte Alarmsignale. Diabetes und Herz-Kreislauf-Erkrankungen drohen. Ärzte sprechen dann vom so genannten „metabolischen Syndrom“. Dieses Leiden zeigt auch, wie sehr bestimmte Prozesse in unserem Körper durch das Gehirn gesteuert werden.

Mit Hilfe von Schnittbildern aus dem Kernspintomographen ist es den Ärzten möglich, Veränderungen im Gehirn zu diagnostizieren.

Foto: Bundesministerium für Bildung und Forschung

Mediziner bezeichnen es als „tödliches Quartett“: Zu hohe Blutfette, zu hoher Blutdruck und Blutzucker sowie Übergewicht. Folge: Das „metabolische Syndrom“, das als Ausdruck unseres ungesunden Lebensstils immer häufiger auftritt. Mit dieser Bezeichnung ist eigentlich nichts anderes gemeint als eine Störung des Stoffwechsels im Körper. Doch diese wirkt sich gravierend aus; es drohen Diabetes sowie Herz-Kreislauferkrankungen. Mittlerweile sind nach neuesten Studien fast 30 Prozent der Übergewichtigen vom metabolischen Syndrom betroffen – Tendenz steigend.

Wie leicht man in die gesundheitliche Abwärtsspirale geraten kann, zeigt der Fall von Martin P. (*Name der Redaktion bekannt*), 55 Jahre, verheiratet, Raucher; sein Gewicht liegt stets um die 95 Kilogramm bei 1,78 Meter Körpergröße. „Eine ganz typische Krankheitsgeschichte“, wie Oberärztin Privatdozentin Dr. Rebekka Lencer vom Lübecker Uniklinikum den Fall kommentiert. Seit zwei Monaten nun schon fühlt sich der Büroangestellte abgeschlagen; mit Mühe geht er täglich zur Arbeit. Dabei ist er unkonzentriert, im Arbeitstempo verlangsamt und macht sich Sorgen, ob er eine Demenz entwickelt. Seinen Hobbys frönt er nur noch sehr sporadisch; gemeinsame Aktivitäten mit der Familie sowie Treffen mit Freunden „nerven“ ihn nur noch, wie er betont.

Während der Nacht wacht der Familienvater häufig auf und kann nach fünf Uhr in der Früh nicht mehr einschlafen. Eines Morgens bemerkt er ein Schwächege-

fühl und Gefühlsstörungen im linken Arm und linken Bein, so dass er zunächst das Bett nicht verlassen kann. Nach einer Stunde verschwinden diese Beschwerden jedoch wieder. Der von der Ehefrau hinzugerufene Hausarzt stellt zunächst einen erhöhten Blutdruck fest, deutet die Symptome als Vorboten eines Schlaganfalls und ordnet die Einweisung ins Krankenhaus an.

„Eine gute Entscheidung“, betont Prof. Günter Seidel von der Lübecker Uniklinik für Neurologie, „denn nur so kann Schlimmeres verhindert werden.“ Schließlich sei der Schlaganfall die dritthäufigste Todesursache und die Erkrankung, die am häufigsten zu bleibender Behinderung führt.

Bei Martin P. wird der Bluthochdruck in der Klinik weiter abgeklärt. Zudem werden erhöhte Blutfette, ein zu hoher Blutzucker sowie eine Depression diagnostiziert. Mit Medikamenten versuchen Neurologen und Psychiater gegenzusteuern. „Doch die Gefahr bleibt, wenn der Patient nicht grundlegend seinen Lebensstil ändert“, warnt Prof. Ulrich Schweiger von der klinischen Uni-Forscherguppe „Selfish Brain“. Menschen mit einem metabolischen Syndrom hätten ein erhöhtes Risiko an Diabetes, Schlaganfall, Herzinfarkt oder auch Osteoporose zu erkranken. Auch Depressionen seien ein wichtiger Risikofaktor für viele Erkrankungen, die dem Spektrum des metabolischen Syndroms zugeordnet werden. „Von besonderer Bedeutung ist der Zusammenhang zwischen Diabetes und dem Gehirnstoffwech-

sel“, führt der Experte aus, „denn Diabetes mellitus Typ 2 ist weit mehr als eine Störung der Funktion der Bauchspeicheldrüse.“

Aus eigenen Studien wissen die Forscher, dass eine Veränderung der Stoffwechselregulation durch das Gehirn bei der Entwicklung eines Diabetes entscheidend ist. So ruft die Denkkontrolle eines Zuckerkranken in Belastungssituationen unzureichend Energie aus den Energiespeichern im Fettgewebe ab. Folglich entsteht ein Teufelskreis von vermehrter Nahrungsaufnahme und weiterer Gewichtszunahme. „Ursächlich hierfür sind mehrere Faktoren“, so Schweiger, „die wichtigsten sind Bewegungsmangel und unzureichendes Training sowie Stressbelastung und Depression.“

Als Martin P. aus dem Krankenhaus entlassen wird, bekommt er entsprechend Hausaufgaben mit auf den Weg. Insbesondere mehr Bewegung, weniger Gewicht und mehr Entspannungstraining sowie kein Nikotin legen ihm die Ärzte ans Herz. Diese Strategie fördert sowohl das körperliche als auch das psychische Wohlbefinden. Der Rat hat Erfolg – denn ein halbes Jahr später wiegt der Patient nur noch etwas mehr als 80 Kilo, seine Laborwerte und der Blutdruck haben sich normalisiert, so dass die Medikamentendosis reduziert werden kann. Auch die Merkmale der Depression haben sich unter der Behandlung zurückgebildet. Seine Stimmung ist wie früher ausgeglichen, und er geht mit Freude seinen Hobbys nach. Seine Familie sagt, er sei wieder „ganz der Alte“. *mho*

VERANSTALTUNG

Forscher präsentieren sich am Sonntag

„Die Welt im Gehirn“, so das Motto des Tages der Gesundheitsforschung, beschäftigt seit vielen Jahren die Forscher der Universität zu Lübeck. An diesem Sonntag, 19. Februar, gewähren die Wissenschaftler nun Einblick in ihre Arbeit. Vorträge, Stände und Aktionen zum Thema werden in der Zeit

von 13 bis 16.30 Uhr im Lübecker Institut für Medizin- und Wissenschaftsgeschichte, Königstraße 42, geboten. Im Einzelnen erwarten interessierte Besucher folgende Themen:

- Volkskrankheit Depression
- Schlafstörungen – was hilft?
- Schlaf und Gedächtnis – welche Zusammenhänge gibt es?
- Zwangserkrankungen – machtlos ausgeliefert?
- Schlaganfall und Risikofaktoren
- Schwindel – was tun?
- Minimal invasive Operationen – ein Blick ins Gehirn
- Übergewicht und Diabetes – die Rolle des Gehirns

Festlicher Ausklang des Tages ist ein Musik-Abend zu Depression und Melancholie im Lied, Motto „Anfangs wollt' ich fast verzagen“. Es handelt sich um ein Benefizkonzert zu Gunsten des Lübecker Bündnisses gegen Depression (17 bis 19.30 Uhr, Kolosseum, Kronsforde Allee 25). *mho*

