
Subject: Deutsche Ernährungsforscher: Freie Radikale können das Leben verlängern

Posted by [glockenspiel](#) on Tue, 09 Oct 2007 07:39:06 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Deutsche Ernährungsforscher: Freie Radikale können das Leben verlängern

Wissenschaftler aus Jena und Potsdam zweifeln am Nutzen von Vitamin-Präparaten gegen die hochreaktiven Substanzen

Jena - Bislang galten freie Radikale als schädliche Substanzen, die unter anderem Gewebezellen zerstören können. Forscher aus Jena und Potsdam halten freie Radikale allerdings auch für nützlich: Ließe man ihre Entstehung zu, anstatt sie zu bekämpfen, dann hätten sie gar lebensverlängernde Wirkung.

Der Nutzen von Vitamin-Präparaten, die als Mittel gegen die Radikale eingenommen werden, sei damit zweifelhaft, sagte der deutsche Ernährungswissenschaftler Michael Ristow in Jena. "Sie verhindern die Entstehung dieser hochreaktiven Moleküle und somit möglicherweise auch deren lebensverlängernde Wirkung."

Die Forscher der Friedrich-Schiller-Universität Jena und des Deutschen Instituts für Ernährungsforschung in Potsdam hatten beobachtet, dass der Verzicht auf Traubenzucker das Leben von Fadenwürmern (*Caenorhabditis elegans*) entscheidend verlängert. Wenn es an Zucker fehle, würden in den Zellen vorwiegend Fette verbrannt, erklärte Ristow. Dabei entstünden als Nebenprodukt freie Radikale.

Um die Beobachtung zu prüfen, wurden die Würmer auf Nährlösungen mit und ohne sogenannte Antioxidantien gehalten. Diese Substanzen wirken der Entstehung von freien Radikalen entgegen. Bei den Versuchen habe sich gezeigt, dass bei den Proben mit den Radikalfängern die Lebensspanne der Tiere verkürzt wurde.

Anwendung beim Menschen fraglich

Die Zellen seien offenbar in der Lage, die schädliche Wirkung der Radikale zu vermindern und überwiegend ihre positiven Effekte zum Tragen zu bringen, erklärte Ristow. "Diese Abwehrmechanismen kann man trainieren, wenn man zulässt, dass diese Moleküle entstehen dürfen." Abzuwarten bleibe aber, ob sich die Ergebnisse auf den Menschen übertragen lassen. Dazu seien nun weitere Untersuchungen geplant, kündigte der Ernährungswissenschaftler an.

Die Ergebnisse bestätigen Ristow zufolge, dass Zucker nur in Maßen in der Ernährung vorkommen sollte. Ein Umdenken sei dagegen bei Nahrungsergänzungsmitteln wie Antioxidantien nötig. Vor allem die Einnahme von Vitamin-Präparaten wie Vitamin C oder E sehe er kritisch.

Freie Sauerstoffradikale sind bisher vor allem als Zellgifte bekannt. Sie werden für das Altern der Zellen verantwortlich gemacht und sollen an der Entstehung von Krankheiten wie Arteriosklerose, Krebs und Alzheimer beteiligt sein. Die Ergebnisse der Untersuchungen wurden in der Fachzeitschrift "Cell Metabolism"

veröffentlicht.

http://www.cellmetabolism.org/content/article/abstract?uid=P_IIS1550413107002562
<http://derstandard.at/>
