

Anti-Aging-Produkte – Wunsch oder Wirklichkeit?

Prof. Dr. Dorothee Volkert
Universität Erlangen-Nürnberg

Immer mehr Menschen werden immer älter, insbesondere Anzahl und Anteil Hochbetagter (über 80-jähriger) werden in den kommenden Jahren deutlich ansteigen.

Altern geht derzeit häufig mit der Entwicklung chronisch-degenerativer Krankheiten wie z. B. kardiovaskulären Erkrankungen, Krebserkrankungen, Diabetes mellitus oder Osteoporose einher. Daneben beeinträchtigen Infektionskrankheiten und gastrointestinale Beschwerden häufig die Lebensqualität älterer Menschen. Im hohen Alter bringen zunehmende Verluste körperlicher und geistiger Funktionen ein erhöhtes Risiko für Behinderungen, Hilfe- und Pflegebedürftigkeit mit sich und bedrohen die selbständige Lebensführung. Eine eingeschränkte Funktionalität geht häufig mit Ernährungsproblemen einher. Mit zunehmendem Grad an Behinderungen und Beeinträchtigungen und schlechter werdendem Gesundheits- und Allgemeinzustand steigt generell das Risiko für Ernährungsdefizite.

Ernährungsfaktoren spielen eine entscheidende Rolle bei der Entwicklung von Krankheit und Behinderung im Alter. Bekanntermaßen ist die Ernährung wesentlich an der Entstehung vieler chronisch-degenerativer Krankheiten beteiligt. Zahlreiche Studien belegen inzwischen auch den Zusammenhang zwischen Ernährungsfaktoren und funktionellen Einschränkungen, Gebrechlichkeit und Behinderungen im Alter.

Die Ernährung birgt damit ein enormes Präventionspotential. Funktionelle Lebensmittel könnten hier einen wertvollen Beitrag leisten und bei geeigneter Zusammensetzung einerseits zum Ausgleich bestehender Defizite und andererseits zur Optimierung der Nährstoffzufuhr im Sinne einer präventiven Ernährung beitragen. Durch gezielte Modifikation von Lebensmitteln wären beispielsweise günstige Effekte auf die körperliche und geistige Leistungsfähigkeit, auf Gefäßgesundheit, Immunsystem oder Regulation der Verdauung denkbar. Leider ist die wissenschaftliche Evidenz für den Nutzen funktioneller Lebensmittel zum Erhalt von Gesundheit und Leistungsfähigkeit im Alter bisher sehr gering, nur vereinzelt wurden funktionelle Lebensmittel auf ihre Wirksamkeit bei älteren Menschen untersucht. Um zukünftig einen erfolgreichen Einsatz zu gewährleisten, muss erst noch gezeigt werden, welche Seniorengruppen von welchen Produkten tatsächlich profitieren. Dabei sollte jedoch auch bedacht werden, dass erfolgreiches Altern nicht allein eine Frage der richtigen Ernährung ist. Um im Alter möglichst lange gesund und selbständig zu sein, sollten präventive Strategien außerdem nicht erst im hohen Lebensalter einsetzen.

<p>Prof. Dr. Dorothee Volkert</p> <p>Universität Erlangen-Nürnberg Theo und Friedl Schölller-Stiftungsprofessur für Klinische Ernährung im Alter Institut für Biomedizin des Alterns Heimerichstraße 58 90419 Nürnberg</p> <p>Tel. +49 911 3000-517 Fax +49 911 3000-525</p> <p>E-Mail dorothee.volkert@aging.med.uni-erlangen.de Internet www.aging.med.uni-erlangen.de</p>	
---	---

- 1981 – 1987 Studium der Ernährungswissenschaft an der Universität Stuttgart-Hohenheim
- 1987 – 1996 Wissenschaftliche Tätigkeit und Promotion am Geriatrischen Zentrum Bethanien am Klinikum der Universität Heidelberg
- 1996 – 2005 Wissenschaftliche Tätigkeit, Lehrtätigkeit und Habilitation zum Thema „Ernährung älterer Menschen in Deutschland“ am Institut für Ernährungswissenschaften der Universität Bonn
- 2005 – 2009 Leitende Tätigkeit in der Industrie im Bereich klinische Ernährung
- Seit 2009 Theo und Friedl Schölller-Stiftungsprofessur für Klinische Ernährung im Alter am Lehrstuhl Innere Medizin – Geriatrie / Institut für Biomedizin des Alterns der Universität Erlangen-Nürnberg
- Inhaltliche Schwerpunkte und Forschungsinteressen
 - Ernährungssituation und Ernährungsprobleme älterer Menschen
 - Klinische Ernährung im Alter – Möglichkeiten und Grenzen von Ernährungsinterventionen
 - Zusammenhänge zwischen der Ernährung und physiologischen, biochemischen und funktionellen Aspekten des Alterns
- Erstautorin der europäischen Leitlinie „Enterale Ernährung in der Geriatrie“ und Koautorin mehrerer Qualitätsstandards im Bereich der Ernährungsversorgung pflegebedürftiger Senioren
- Mitglied im wissenschaftlichen Präsidium der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE), Mitglied der Deutschen Gesellschaft für Ernährungsmedizin (DGEM) und der Europäischen Gesellschaft für Klinische Ernährung und Stoffwechsel (ESPEN)