



Das Geheimnis des menschlichen Alterns ¹

Prof. Björn Schumacher leitet seit 2013 das Institut für Genomstabilität in Alterung und Erkrankung am CECAD Exzellenzcluster für Altersforschung der Universität zu Köln. Seit 2014 ist er Präsident der Deutschen Gesellschaft für Altersforschung (DGfA). Sein Forschungsinteresse gilt der Aufklärung der Ursachen des Alterns.

Der Experte geht auf knapp 300 Seiten den Fragen nach, warum wir altern und wie Gene die Alterung steuern. Der Hauptteil widmet sich dem Prozess des menschlichen Alterns, da geht es um Proteine, Moleküle und Zellen. Die letzten zwei Kapitel widmen sich dem Einfluss der Umwelt auf den Alterungsprozess und der Frage, ob man Altern therapieren kann.



"Alle sieben Jahre gewinnen wir ein zusätzliches Lebensjahr hinzu", so Prof. Schumacher. Es macht also durchaus Sinn, sich als Finanzplaner mit der zunehmenden Lebenserwartung auseinanderzusetzen. Hier geht es allerdings nicht um Finanzierbarkeit der Altersvorsorge oder dem Lebenssinn in den gewonnenen Jahren, sondern um die biochemischen Grundlagen und Prozesse, die überhaupt dazu führen, dass wir Menschen altern, bzw. so lange leben. „Denn die Erhaltung des Körpers ist nach erfolgreicher Fortpflanzung grundsätzlich nicht mehr nötig“, wie Evolutionsbiologen zu sagen pflegen. Aber auch: „Die Ansicht, dass Altern eine positive Rolle spielt, ja, gar notwendig ist, um den Jungen Platz zu schaffen, ist so allgemein verbreitet wie falsch“.

Wer sich für Chemie und Biologie, Genetik und Medizin interessiert, kommt bei Prof. Schumacher auf seine Kosten. Das Buch verlangt einem intellektuell einiges ab, vermittelt aber interessante Erkenntnisse. Der konkrete Nutzen liegt allerdings eher im Allgemeinwissen als in praktischen Erkenntnissen für die Finanzplanung.

Ein Beispiel: „Wie bei Tieren gezeigt, hat hormetischer Stress positive Auswirkungen auf die Widerstandsfähigkeit der Zellen und die Langlebigkeit des Organismus. Kann geringfügiger Stress auch beim Menschen die Gesundheit fördern? Wann immer wir Sport treiben, tun wir ja nichts anderes, als unseren Körper zu `stressen`.“ Lesenswerte, nahrhafte Kost!

© Reto Spring

Dipl. Finanzplanungsexperte NDS HF, CFP®. Präsident Finanzplaner Verband Schweiz, Zug

¹ Björn Schumacher, Das Geheimnis des menschlichen Alterns. Die überraschenden Erkenntnisse der noch jungen Altersforschung. Blessing, 2015. ISBN 978-3-89667-524-8