

„Älter werden ist eine wundervolle offene Frage!“ – ein Gespräch mit Nobelpreisträgerin Dr. Elizabeth Blackburn über Alterungsprozesse des Menschen

(17. September 2014) Medizinnobelpreisträgerin Dr. Elizabeth Blackburn von der University of California in San Francisco wird kommende Woche in Deutschland erwartet. Zum Auftakt des Jahreskongresses der Altersmediziner in Halle an der Saale wird Sie über ihre bisherigen und aktuellen Forschungsergebnisse sprechen. Wie altert der menschliche Körper? Diese Frage treibt die 65jährige Amerikanerin an. Gemeinsam mit zwei Forscherkollegen konnte sie bereits Anfang des Jahrtausends beweisen, dass Chromosomen-Enden von sogenannten Telomeren geschützt werden und diese im Alterungsprozess eine wichtige Rolle spielen. Für diese Erkenntnis bekamen die drei Forscher den Nobelpreis verliehen.

Was am Alterungsprozess so faszinierend ist, welche neuen Erkenntnisse die Forscherin in ihrem Vortrag erörtern wird und warum sich ein persönlicher Austausch immer lohnt, hat Frau Blackburn bereits in einem persönlichen Skype-Interview vorab verraten.

Frau Dr. Blackburn, haben Sie Angst vor dem Altern?

Nicht so sehr vor dem Altern, mehr vor den Beschwerden im Alter. Die Möglichkeit, dass ich zum Beispiel Alzheimer bekommen könnte, beunruhigt mich. Nicht nur meinetwegen, sondern auch weil es viel Verantwortung und Belastung für die Familien mit sich bringt. Ansonsten finde ich es ganz gut älter zu sein. Ich bin 65. Das macht mir nichts aus und ich fühle mich auch nicht „alt“. Vor nicht allzu langer Zeit war das jedoch für viele Menschen ein sehr hohes Alter, aber unsere Vorstellung von „alt“ hat sich eben geändert.

Welche Gründe gibt es für diese Entwicklung?

Ich denke, dass Menschen gelernt haben, dass körperliche Fitness die Lebensqualität im Alter verbessert. In wohlhabenden und entwickelten Gesellschaften haben wir die Möglichkeit, uns gut zu ernähren und durch eine vernünftige Lebensweise – wie nicht Rauchen und Sport treiben – gesund zu bleiben. Allerdings hängt die Gesundheit im Alter auch sehr von diversen sozialökonomischen Faktoren ab.

Sie besuchen den Jahreskongress der Deutschen Gesellschaft für Geriatrie (DGG) und Gerontologie und Geriatrie (DGGG) zum ersten Mal. Wie wichtig sind solche internationalen Treffen?

Globale Netzwerke sind der Schlüssel zum wissenschaftlichen Fortschritt. Dadurch fließen Informationen und Wissen. Kongresse mit internationalem Charakter machen Fortschritt erst möglich. Denn so sehr wir auch vom Internet und all den neuen Kommunikationsarten lernen – Menschen kommunizieren im persönlichen Gespräch einfach mehr. Selbst einem Vortrag einfach nur zuzuhören: Am Ende geht nichts über den persönlichen Kontakt zum Referenten und einer anschließenden Diskussion. Gerade deshalb werde ich mir auch die Zeit nehmen und den DGG-Kongress in Deutschland bis zum Ende verfolgen. Ich komme also nicht nur um meinen Vortrag zu halten und anschließend gleich wieder in den Flieger zu steigen. Ich bin am Austausch mit den deutschsprachigen Geriatern und Gerontologen interessiert und freue mich auf spannende Gespräche.

Was erhoffen Sie für sich selbst von dieser Konferenz?

Mein Ziel ist Kommunikation. Nicht jeder ist auf dem neuesten Stand all der Studien, die ich präsentiere. Es gibt eine Menge falscher Informationen im Internet, daher wird es hilfreich sein, alles weiter zu geben, was man wirklich weiß. Gleichzeitig bin ich mir sicher, dass ich sehr interessante Dinge über die Geriatrie lernen werde. Ich freue mich darauf, durch diese Konferenz neue Denkanstöße zu bekommen.

Worüber werden Sie in Ihrem Vortrag sprechen?

Ich werde natürlich darüber sprechen wie man Telomere und Chromosomenenden erhalten kann. Wir haben gelernt, dass dies sehr viel mit dem älter werden zu tun hat. Statistisch gesehen: Je besser die Telomere erhalten bleiben, desto besser stehen die Chancen wenige der vielen üblichen Alterskrankheiten gleichzeitig zu bekommen. Als Beispiel: Viele Menschen mit Herzkrankheiten haben parallel auch Diabetes. Entsprechend passieren eine Reihe interessanter Dinge gleichzeitig und man kann immer öfter sehen, dass das Risiko steigt je mehr Telomere beschädigt sind. Es gibt genügend Forschungsmaterial, dass uns statistisch gesehen zeigt, dass die Erhaltung von Telomeren äußerst wichtig ist – und sogar die Wahrscheinlichkeit zu sterben beeinflussen kann. Dies ist erwiesen und keine Wahrsagerei! Glücklicherweise wissen wir was die Erhaltung der Telomere beeinflusst – und das sind tatsächlich sehr traditionelle Dinge: etwas Sport, eine vernünftige Ernährung und eine positive mentale Einstellung. Was sehr faszinierend, aber nicht wirklich überraschend ist, da das Gehirn große Auswirkungen auf die Physiologie des gesamten Körpers hat.

An welchen Projekten arbeiten Sie momentan?

Ich arbeite an diversen Projekten. Zum Beispiel betreiben wir gerade Grundlagenforschung wie Telomere auf molekularer Ebene funktionieren. Insbesondere interessiert uns der Zustand von Telomeren – ob sie geschützt oder abgenutzt sind –, wie diese Information an die Zellen weitergegeben wird und wie die Zellen darauf reagieren. Wir arbeiten außerdem mit vielen Leuten, die alle möglichen Fragen zum Thema Mensch studieren zusammen. Zum Beispiel: wie Sport Telomere beeinflussen kann oder wie klinische Depression oder externe Belastungen wie z.B. Rassismus Veränderungen hervorruft. In Halle werde ich einige dieser neuen Ergebnisse vorstellen.

Hat man nach Ihrem Vortrag die Möglichkeit Fragen zu stellen?

Das hoffe ich sehr! Wie gesagt: Ich werde auch die gesamte Konferenz über hier sein und das sollte genügend Gelegenheiten für ein Gespräch schaffen. Sprechen Sie mich einfach an! Ansonsten hätten Sie meinen Vortrag auch einfach auf YouTube anschauen können (lacht). Aber ich reise – also tausche ich mich aus!

Glauben Sie, dass es noch viele offene Fragen in der Altersforschung gibt?

Es fehlt immer noch eine sehr große Menge an Informationen. Eines der Dinge, an die wir denken müssen, ist, dass Menschen in Ländern der Ersten Welt eine Lebenserwartung von ca. 80 Jahren haben – und wir kennen nicht einmal die maximale Lebensspanne, die wahrscheinlich um die 120 Jahre liegt. Herauszufinden, was sich in unserem relativ langen Leben abspielt, ist sehr schwierig, da Forscher in Laboren zumeist kurzlebige Tiere für Altersstudien benutzen. Daher gibt es viele Fragen, welche Faktoren beim menschlichen Alterungsprozess entscheidend sind. Und das können durchaus andere als bei Tieren sein – wir wissen es einfach nicht. Es gibt noch sehr, sehr viele offene Fragen. Älter werden ist eine wundervolle offene Frage. Und wenn jemand behauptet, er kenne die Antwort, dann fürchte ich, dass er entweder lügt oder sich selbst etwas vormacht.

Frau Dr. Blackburn, haben Sie herzlichen Dank für das Gespräch!

Pressekontakt der DGG

Nina Meckel
medXmedia Consulting
Westendstr. 85
80339 München
Tel: +49 (0)89 / 230 69 60 69
Fax: +49 (0)89 / 230 69 60 60
E-Mail: presse@dggeriatrie.de

Deutsche Gesellschaft für Geriatrie (DGG)

Die Deutsche Gesellschaft für Geriatrie (DGG) ist die wissenschaftliche Fachgesellschaft der Ärzte, die sich auf die Medizin der späten Lebensphase spezialisiert haben. Wichtige Schwerpunkte ihrer Arbeit sind neben vielen anderen Bewegungseinschränkungen und Stürze, Demenz, Inkontinenz, Depressionen und Ernährungsfragen im Alter. Häufig befassen Geriater sich auch mit Fragen der Arzneimitteltherapie von alten Menschen und den Wechselwirkungen, die verschiedene Medikamente haben. Bei der Versorgung geht es darum, den alten Menschen ganzheitlich zu betreuen und ihm dabei zu helfen, so lange wie möglich selbstständig und selbstbestimmt zu leben. Die DGG wurde 1985 gegründet und hat heute rund 2000 Mitglieder.