

Dr. med. Jan-Dirk Fauteck, Imre Kusztrich

Quintessenz und Prävention Über den Tellerrand hinaus

Resveratrol Rotwein- Medizin

Band 26 der
Präventions-Buchreihe



**Quintessenz* und Prävention
Über den Tellerrand hinaus**

Resveratrol & Rotwein- Medizin

Von Dr. med. Jan-Dirk Fauteck, Imre
Kusztrich

Band 26 der Präventions-Buchreihe

Quintessenz (von [lateinisch](#) quinta essentia, „das fünfte Seiende“) ist im übertragenen Sinne das Wesentliche, das Hauptsächliche, das Wichtigste. Ursprünglich wurde die quinta essentia von dem griechischen Philosophen und Naturforscher Aristoteles in Form des Äthers den vier Elementen hinzugerechnet.

ISBN: 9783955777296

Inhalt

Super-Substanz Resveratrol im Wirkstoffteam

Radikale-Killer aus der Beere

Wirkeffekte der Rotwein-Medizin

Resveratrol & Co.

Vor mehr als 50 Jahren erstmals isoliert

Multi-Talent Resveratrol

Was kann es noch?

Anti-Aging im Labor

Kalorien-Restriktion

Altersbremse Resveratrol

Wissenschaft populär: Erkenntnisse aus der Forschung über
Substanzen der Rotwein-Medizin

Super-Substanz Resveratrol im Wirkstoffteam

Das Hauptthema der Sendung „60 Minutes“ des amerikanischen Fernsehsenders CBS im November 1991 klang verlockend in den Ohren der 33,7 Millionen Zuseher, denn sein zündender Titel lautete: „Trink' wie die Franzosen, stirb' wie die Franzosen (Drink Like The French, Die Like The French)“. Der Reporter Morley Safer und der französische Internist Dr. Serge Renaud von der Universität Bordeaux setzten eine These in die Welt, die als „Französisches Paradoxon“ in die Medizingeschichte einging.

Heute ist diese Episode das vielleicht verblüffendste Beispiel dafür, wie dramatisch Wissenschaftler sich irren oder verrennen oder aus niederen Gründen in eine falsche These verlieben können - und wie rasch sich Medien, Öffentlichkeit und sogar Gesundheitsbehörden mit Hilfe von Daten, die Nichts mit der Realität zu tun haben, manipulieren lassen.

Doch abgesehen von der Falschaussage verdankt die alarmierte Anti-Aging-Medizin der Diskussion um das Französische Paradoxon eine der wichtigsten und wertvollsten Entdeckungen: Resveratrol, eine Substanz, die in sehr vielen Pflanzen vorkommt, die pflanzliches Gewebe vor vielfältigen Schäden bewahrt und auch im menschlichen Körper nach Verzehr wahrhaft sensationelle Effekte wunschgemäß erzielen kann.

Der Reihe nach.

Die elektrisierende Aussage in der TV-Sendung „60 Minutes“ besagte: „Wenn Sie ein amerikanischer Mann im mittleren Alter sind, haben Sie das dreifach größere Risiko, an einer Herzattacke zu sterben, als ein männlicher Franzose im gleichen Alter. Offensichtlich machen die Etwas richtig, was Amerikaner nicht machen. Jetzt ist nicht weniger als völlig bewiesen: Alkohol, besonders roter Wein, reduziert das Herzrisiko.“

Tatsächlich war die Botschaft damals fesselnd: Im Süden Frankreichs sind fatale Herzinfarkte auffallend selten. In der Altersspanne zwischen 35 und 74 Jahren wurden 1991 je 100.000 Einwohner in den USA 118 Fälle von Herztod registriert, aber nur 83 in Frankreich. Dr. Serge Renaud hatte seit 1978 in der französischen Stadt Nancy 36.000 Männer, ihren Alkoholkonsum und ihre Herzprobleme unter die Lupe genommen. Jetzt präsentierte er seine Erklärung für offensichtlich beruhigende Erkenntnisse: Es ist der Rotwein!

Dabei verzehrte der Durchschnittsfranzose viermal mehr Butter, 60 Prozent mehr Käse als ein Amerikaner, sowie das Dreifache an Schweinefleisch.

Fernsehmoderator Morley Safer erhielt einen Ehren-Kommunikationspreis eines weltberühmten französischen Alkohol-Konzerns, und die amerikanische Wein-Lobby setzte in Washington durch, dass auf den Etiketten der Weinflaschen ein vielsagender Hinweis stehen durfte. „Lesen Sie in den Veröffentlichungen der Gesundheitsbehörden über die Gesundheitseffekte des Alkoholkonsums“ - wenngleich in den empfohlenen Quellen