



## Studie: Jungbrunnen Fasten

Uni Graz und Med Uni Graz suchen TeilnehmerInnen für eine Studie zum regelmäßigen Fasten.

Zwischen spiritueller Selbstfindung und kalkulierte Kalorienverlust liegt Fasten heute voll im Trend. Zahlreiche Ratgeber propagieren die entschlackende Wirkung der kontrollierten Nahrungsreduktion, die weltweit in fast allen Kulturen ihren Fixplatz im Jahreszyklus hat. Doch macht regelmäßiges Fasten wirklich gesünder, jünger, attraktiver und selbstzufriedener?

Die erste umfassende Studie über die gesundheitlichen Effekte regelmäßigen Fastens am Menschen soll stichhaltige Ergebnisse dazu bringen: Mit Unterstützung des Bundesministeriums für Wissenschaft, Forschung und Wirtschaft (BMWFW) starten die Karl-Franzens-Universität Graz und Medizinische Universität Graz im Mai 2015 „InterFAST“. Die WissenschaftlerInnen rund um Univ.-Prof. Dr. Frank Madeo (Uni Graz) und Univ.-Prof. Dr. med. Thomas Pieber (Med Uni Graz) suchen dafür Personen, die nicht oder gelegentlich fasten sowie solche, die die Nahrungsreduktion periodisch betreiben, also abwechselnd je einen Tag Kalorien reduzieren und einen Tag ohne Einschränkung essen. Die Teilnahme an „InterFAST“ ist kostenlos.

Die ForscherInnen werden besonderes Augenmerk auf die Untersuchung des Stoffwechsels, der Gefäße und des Herzens legen, um molekulare Mechanismen und Langzeitauswirkungen des Fastens zu beleuchten. Gesucht werden Personen zwischen 35 und 65 Jahren, die nicht an extremem Über- oder Untergewicht leiden, keine Medikamente einnehmen und seit mindestens fünf Jahren NichtraucherInnen sind. „Für diese Untersuchungen sollten sich die TeilnehmerInnen rund zwei Tage Zeit nehmen. Dafür erhalten sie einen umfassenden Laborbefund, der das Ausmaß einer routinemäßigen Gesundenuntersuchung deutlich überschreitet. Natürlich können etwaige Auffälligkeiten mit dem Studienarzt besprochen werden“, unterstreichen Madeo und Pieber.

Weiter Infos zur Studie und zur Anmeldung unter: <http://www.naturalrhythmeating.org>

Rückfragen:

Univ.-Prof. Dr. Frank Madeo

Institut für Molekulare Biowissenschaften

Karl-Franzens-Universität Graz

Tel.: +43 316 380 8878

[frank.madeo\(at\)uni-graz.at](mailto:frank.madeo(at)uni-graz.at)

Univ.-Prof. Dr. Thomas Pieber  
Klinische Abteilung für Endokrinologie und Stoffwechsel  
Medizinische Universität Graz  
Tel.: +43 316 385 78030  
interfast(at)medunigraz.at

*Tuesday, 10. March 2015*