



Fasten: Positiver Einfluss

Beitrag mit Assoz.-Prof. PD Dr. Andreas Prokesch zum positiven Einfluss von Fasten bei chronischen Krankheiten.

Einfluss bei chronischen Krankheiten

Fasten hat einen positiven Einfluss auf chronische Erkrankungen wie Rheuma oder Multiple Sklerose. In seiner wissenschaftlichen Arbeit konnte Assoz.-Prof. PD Dr. Andreas Prokesch, Lehrstuhl für Zellbiologie, Histologie und Embryologie am Gottfried Schatz Forschungszentrum, Med Uni Graz, feststellen, dass durch Fasten ein Protein in der Leber aktiviert wird, das selbst die Krebsentstehung unterdrücken kann. Auch für den Anti-Aging-Effekt ist Fasten ein probates Mittel, denn es fördert die Autophagie, die Beseitigung von Zellabfall. WissenschaftlerInnen arbeiten mit Hochdruck daran, die dahinterstehenden Prozesse in den Zellen zu analysieren, und gehen der Frage nach, ob man Fasten auch medikamentös oder mit besonderen Nahrungsmitteln imitieren kann bzw. ob jeder Mensch für einen positiven Effekt ein individuell abgestimmtes Fasten-Protokoll benötigt.

Den Beitrag „Gesund durch Fasten“ auf 3Sat zur Thematik finden Sie [hier](#).

Friday, 18. January 2019