



Die Autoren:
Stefan Wöhrer und
Johannes Huber.

Unsere Gene
bestimmen
(teilweise)
unser Leben.

»Supermedizin ist möglich, wirft aber auch ethische Fragen auf«

WARUM WIR SIND, WIE WIR SIND: Neues Buch über personalisierte Medizin auf Platz 2 der Charts

Sachbuch. Wie wäre das: Mit einem Blutstropfen körperliche Leiden, die Neigung zu Depressionen voraussagen können und darüber hinaus Nebenwirkungen vermeiden, weil die Dosis von Medikamenten immer passt? Was sich anhört wie der Beginn eines superspannenden Science-Fiction-Blockbusters, ist bereits jetzt in Grundzügen Realität.

Jeder Mensch ist ein Individuum und als solches auch im medizinischen Kontext zu betrachten. Im neu erschienenen Buch *Warum wir sind, wie wir sind* analysieren der erfahrene „Hormonpapst“ Johannes Huber und Internist Stefan Wöhrer, wie individuelle Medizin funktioniert,

warum in ihr die Zukunft liegt. Wöhrer lebt das Konzept bereits seit einigen Jahren in seiner modernen Praxis in Neunkirchen – dort wird u.a. der genetische Medikamentencheck unkompliziert angeboten. Einmal mittels Blutprobe ausgewertet, können zukünftig alle Wirkstoffe auf Verträglichkeit und Effizienz per App getestet werden.

Moderne Medizin und altbekannte Tipps

Experte. Wird uns nur der Fortschritt „retten“? Nein, die Mischung! Arzt und Autor Johannes Huber, der sich seit vielen Jahren mit Hormonen und Genetik befasst, erklärt im oe24-Interview,

eine Supermedizin sei „möglich, werfe aber ethische Fragen auf“. Hubers

Tipps für jeden Tag – siehe Interview unten – sind unverfänglich und für

alle machbar. Ganz ohne Science-Fiction-Szenario. Judith Leopold

Huber: »Schränke Essen ein, bewege mich in der Natur & vermeide Streit«

Johannes Huber im großen oe24-Talk über sein Buch und Tipps

ÖSTERREICH: Was sind die Errungenschaften auf dem Gebiet der personalisierten Medizin und wo wird sie sich hin entwickeln?

HUBER: Die Hardware der Biologie sind unsere Gene, die Software sind die epigenetischen und die RNA-Steuerungsmodule. Mit unglaublicher Geschwindigkeit werden alle drei Systeme analysiert, was die Medizin in unerwartet hohem Ausmaß verändern wird: Es ist jetzt bereits möglich, mit Genuntersuchungen die Verträglichkeit und auch die notwendige Dosis vieler Medikamente vorauszusagen sowie Krankheitsanfälligkeit.

ÖSTERREICH: Was sind – nach vielen Jahren Erfah-

lung auf dem Gebiet – Ihre persönlichen Tipps für ein gesundes, aktives, zufriedenes Leben? Gibt es Dinge, die jede und jeder von uns beachten sollte?

HUBER: Immer dann, wenn in der Evolution eine Gattung in Lebensgefahr kommt, werden Programme angeworfen, die das Überleben verbessern und das Leben verlängern. Die größten Gefahren: Verhungern, das vor dem Feind Davonlaufen und Erfrieren. Dies erklärt, warum Fasten, Bewegung und Sport, mitunter aber auch die kalte Dusche gesundheitsfördernd und lebensverlängernd sind. Daneben hat die medizinische Forschung auf diesem Gebiet noch vieles vor. Die

Dechiffrierung des epigenetischen Codes wird eine Supermedizin möglich machen, die allerdings auch ethische Fragen aufwirft.

ÖSTERREICH: Verraten Sie uns Ihr biologisches Alter und welche Regler Sie bedienen, um die Zeit ein wenig zurückzudrehen?

HUBER: Ich muss gestehen, mein biologisches Alter noch nicht bestimmt zu haben und keine medikamentösen Antiaging-Strategien, die ich auch beforsche, noch nicht selbst anzuwenden; derzeit halte ich mich vor allem daran, das Essen einzuschränken, viel Bewegung in der Natur zu machen und jedem Streit – so weit das geht – aus dem Weg zu gehen.



J. HUBER/S. WÖHRER: »Warum wir sind, wie...«

Die Medizin hat erkannt: Jeder Mensch braucht eine andere Ernährung, eine andere Form der Bewegung, einen anderen Lebensstil und im Krankheitsfall andere Medikamente und Dosierungen. *edition a*