

Die 7 Säulen des Anti-Aging

Aus Sicht der Gesellschaft für Prävention und Anti-Aging Medizin e. V. (GSAAM) hat das Altern viele Facetten. So hat die GSAAM ein 7-Säulen-Konzept entwickelt, das sich mit den verschiedenen Bereichen des Alterns beschäftigt und dementsprechende Behandlungskonzepte für die Patienten bereithält.

Die Zukunft des Alterns ist auch das Schwerpunktthema der 11. GSAAM-Konferenz, die vom 12. bis 14. Mai 2011 in München stattfindet. DEMAforum sprach mit der Tagungspräsidentin Dr. Dr. med. Eva-Maria Meigel, Hamburg, und dem Präsidenten der GSAAM, Prof. Dr. med. Bernd Kleine-Gunk, Fürth.

Das Präventions- und Anti-Aging-Konzept, das Ihre Gesellschaft vertritt, beruht auf sieben Säulen. Welche sind das?

Prof. Dr. med. Bernd Kleine-Gunk: Der Vorgang des Alterns ist ein hochkomplexer Prozess. Deshalb arbeiten in der Anti-Aging- und Präventionsmedizin Ärzte und Wissenschaftler unterschiedlicher Fachrichtungen interdisziplinär zusammen. Jede erfolgreiche Anti-Aging-Therapie ist grundsätzlich individuell auf den Patienten abgestimmt, und doch liegt ihr ein Konzept zugrunde, das sich aus den sieben Säulen der Präventions- und Anti-Aging-Medizin ergibt. Diese sind Lebensstil, ausgewogene Ernährung, Bewegung, Supplementierung, Hormonersatztherapie, mentale Balance und ästhetisches Anti-Aging. Nur in einem ganzheitlichen Ansatz sind Präventions- und Anti-Aging-Maßnahmen sinnvoll.

Was wird das Schwerpunktthema der diesjährigen Konferenz sein?

Während der zweitägigen Konferenz mit Referenten aus den verschiedensten Fachbereichen wird es vor allem um die Frage gehen, wie menschlich das Alter sein wird und welche Auswirkungen das Älterwerden auf die Gesellschaft hat. Im Jahre 2050 werden 50 Prozent der Gesellschaft

Stellenwert in der allgemeinen Öffentlichkeit?

Kleine-Gunk: Auf ein langes Leben, möglichst bei guter geistiger und körperlicher Gesundheit, hoffen viele. Gleichzeitig boomt auch der Absatz von Anti-Aging-Produkten. Denn alle wollen lange leben, doch möchte keiner „alt“ sein. Altern ist ein körperliches, psychologisches und geistiges Phänomen, dem man sich aus unterschiedlichsten Perspektiven nähern kann. Obwohl das Thema Altern in der Öffentlichkeit und medial präsent ist, ist es erstaunlich, wie wenig wir an

diovaskuläre Erkrankungen – Onkologische Prävention oder Hormonale



Prof. Dr. med. Bernd Kleine-Gunk

wissen. Genau hier setzt unser Schwerpunktthema an, das wir während unseres Kongresses diskutieren und beleuchten werden.

Der Kongress teilt sich wie in den vergangenen Jahren auf in Vortragsblöcke und Workshops. Auf welche konkreten Themen darf sich das Publikum freuen?

Meigel: Der Vorkongresstag am 12. Mai wird aus einer ganzen Reihe von interessanten Workshops bestehen, wie beispielsweise Ästhetisches Anti-Aging, Tipps und Tricks in der Faltenbehandlung ohne Skalpell, Anti-Aging-Diagnostik, Labor, Der Anti-Aging-Patient – Fälle aus der Praxis; Polymorphismusdiagnostik oder die Individualität der richtigen Ernährung. Diese Themenbreite zeigt erneut auf, wie vielfältig der Ansatz in der Präventions- und Anti-Aging-Medizin ist. Ein weiteres Highlight wird der Anti-Aging-Kochkurs im „Schuhbeck's am Platzl“ sein, der sich bereits in den vergangenen Jahren großer Beliebtheit erfreute.

Der zweite Kongresstag, der aus einem wissenschaftlichen Vortragsprogramm besteht, greift, wie oben erwähnt, das Thema „Die Zukunft des Alterns“ auf. So gibt es etwa Vorträge zu: Demenz, Bildgebende Diagnostik in der Präventionsmedizin, Konzepte zum Erhalt der geistigen Leistungsfähigkeit, Mitochondrien und Hautalterung, Kar-



Dr. Dr. med. Eva-Maria Meigel

50 Jahre und älter sein. So steht auch im Vordergrund, welche Konzepte in der Politik und im Zusammenleben nötig sind, um die grundlegenden Herausforderungen der nächsten Jahre zu meistern.

Warum hat das Thema Altern seit einigen Jahren einen solchen

Kontrazeption und Prävention und Aktuelles aus der orthomolekularen Medizin.

Kleine-Gunk: Wir freuen uns ganz besonders, in diesem Jahr Dr. Aubrey de Grey als Referenten begrüßen zu dürfen, der mit uns gemeinsam seine These der „Radical Life Extension“ erörtern wird. Im Sinne unseres interdisziplinären Anspruchs, das Thema Altern auch über den medizinischen Bereich hinaus zu diskutieren, freuen

wir uns auch auf den Festvortrag von Dr. Henning Scherf, Bremer Bürgermeister a. D.

Interview: Juliane Peterhansl

2011 wird die Tagung wieder durch die Internationale Gesellschaft der Mayr-Ärzte und die Schweizer Gesellschaft für Anti Aging Medizin und Prävention unterstützt.

Weitere Informationen unter www.gsaam2011.de

Über die GSAAM

Die Deutsche Gesellschaft für Prävention und Anti-Aging Medizin e. V. (GSAAM) ist die größte europäische Anti-Aging-Gesellschaft mit über 1.000 Mitgliedern. Sie wurde 1999 in München gegründet, ist national sowie international tätig und pflegt enge Kooperationen mit europäischen wie auch weltweit agierenden Fachgesellschaften im Bereich

Prävention und Anti-Aging Medizin. Die GSAAM ist aufgrund ihrer Größe in der Lage, wissenschaftliche Stellungnahmen abzugeben, juristische Grundsatzfragen klären zu lassen, Gutachten rationell zu verfassen und diese ihren Mitgliedern zur Verfügung zu stellen. Der Präsident der GSAAM ist Prof. Dr. med. Bernd Kleine-Gunk, Fürth.