

Schon gewusst?

Gesünder dank Stress

Quellen: unibas.ch | doi: 10.1038/s41467-025-63987-x

Obwohl die Lebenserwartung in den letzten Jahrzehnten stetig gestiegen ist, hat sich die Gesundheitsspanne nicht erhöht. Sowohl die Lebensdauer als auch die Gesundheit werden von den Genen sowie von Umwelt- und Ernährungsfaktoren beeinflusst. Ein Team um Prof. Dr. Anne Spang am Biozentrum Basel konnte zeigen, dass bestimmte RNA-Moleküle sich im Fadenwurm *Caenorhabditis elegans* positiv auf die Fitness auswirken. Die Nahrungs-RNAs aktivieren Schutzmechanismen gegen zellulären Stress und verlangsamen bestimmte Alterungsprozesse. Es ist denkbar, dass beim Menschen ebenfalls einzelne Nährstoffe Schutzmechanismen auslösen.



Status und Gesundheit

Quellen: aerzteblatt.de | eurohealthnet.eu | who.in

Ein Vergleich europaweiter Gesundheitsdaten von 2014 und 2024, durchgeführt von Euro Health Net, zeigt: Je höher die gesellschaftliche Stellung einer Person ist, desto wahrscheinlicher führt sie ein gesundes und langes Leben. Laut der Weltgesundheitsorganisation (WHO) beeinflusst die Qualität des Gesundheitssystems die Gesundheit nur zu etwa zehn Prozent. Weitaus gewichtigere Faktoren seien Wohn- und Arbeitsbedingungen, finanzielle Absicherung, Umwelteinflüsse und soziale Beziehungen.



Groove ist im Gehirn

Quellen: medicalxpress.com | doi: 10.1002/hbm.70267

Musik hat eine so starke Wirkung auf uns, dass sie die Kontrolle über unsere Hirnwellen übernehmen und unseren Körper in Bewegung versetzen kann. Ein Team vom Stanford's Wu Tsai Neurosciences Institute gelang es mit Musik Gehirnwellen zu synchronisieren und so die Wirksamkeit der transkraniellen Magnetstimulation (TMS) zu steigern. Die TMS ist ein vielversprechendes Instrument sowohl für die Grundlagenforschung des Gehirns als auch für die Behandlung neuropsychiatrischer Störungen. Die Erstautorin der Studie, Jessica Ross, hofft, dass die Resultate der Studie den Weg dafür ebnen, die Wirkung von TMS auf Depressionen, chronische Schmerzen und andere neurologische Erkrankungen zu verstärken.

Mottenweibchen meiden lärmende Pflanzen



Quellen: scinexx.de | doi: 10.7554/eLife.104700.1

Manche Pflanzen können Geräusche im Ultraschallbereich von sich geben, insbesondere unter Trockenstress. Ein Team um Rya Seltzer von der Universität Tel Aviv konnte zeigen, dass eine nacht-aktive Motte – der Ägyptische Baumwollblattwurm (*Spodoptera littoralis*) – auf diese Geräusche reagiert ... und für die Eiablage bevorzugt stille, gesunde Pflanzen aufsucht. Laut dem Forscherteam sind die Ergebnisse der Beweis für die erste akustische Interaktion zwischen Motten und Pflanzen.