



Wie bleiben wir gesund?

Foto: Holger Albrich für Akademie Aktuell

Unser Lebenswandel macht uns krank: Zu viel Zucker, Luftverschmutzung, zu wenig Bewegung, Alkohol, chronischer Stress, Nikotin – eine Vielzahl eigentlich vermeidbarer Faktoren trägt zur Entstehung von Krankheiten wie Typ 2-Diabetes, Asthma, Burnout oder Adipositas bei. Betroffen sind längst nicht mehr nur viele Industrienationen, sondern auch Schwellen- und Entwicklungsländer. Wie aber bleiben wir gesund? Und welche Rolle spielen Gene und das menschliche Gehirn bei der Entstehung dieser Krankheiten? Medizinerinnen und Mediziner berichten aus ihrer Forschung für unsere Gesundheit.