

Anti-Aging-Therapie – was ist sinnvoll, was ist unnötig?

von Martina Levartz

Stellenwert der Anti-Aging-Therapie – was ist sinnvoll, was ist nötig?“ – So lautete der Titel einer Fortbildungsveranstaltung des Instituts für Qualität im Gesundheitswesen Nordrhein kürzlich im Haus der Ärzteschaft.

Die Bevölkerung wird immer älter, gleichzeitig besteht die Anforderung der Gesellschaft, jung und dynamisch zu bleiben. Viele Menschen wenden sich an ihren behandelnden Arzt mit der Frage, ob man den Alterungsprozess nicht verzögern oder zumindest optische und körperliche Auswirkungen vermindern kann.

Der Mechanismus des Alterns

Altern ist ein sich über das ganze Leben erstreckender Wandlungsprozess mit Anhäufung molekularer und zellulärer Schäden, die eine Leistungseinbuße und Krankheitsanfälligkeit hervorrufen, sagte Professor Dr. Dietrich Klingmüller, Endokrinologe an der Universität Bonn. Grundlegend wird der Alterungsprozess durch die Gene bestimmt, Altern ist also speziespezifisch. Es gibt eine genetisch festgelegte Steuerung, besonders hervorgerufen durch die begrenzte Zellteilungskapazität.

Die Ursache für das Altern ist allerdings multifaktoriell. Im Alter kommt es zunehmend zu Störungen der Nachrichtensysteme wie des Immunsystems, des Nervensystems

und des Hormonsystems. Weiterhin geschädigt wird der Körper durch toxische Substanzen wie freie Radikale oder Glukose.

Es gibt Dutzende von Genen, die sich auf die Langlebigkeit auswirken. Sie haben eine enge Verbindung zum Hormonsystem. Insulin-like growth factor (IGF1) und Sexualsteroid spielen eine besondere Rolle. Eine Suppression dieser Hormone verlängerte im Tierversuch die Lebensdauer und verminderte altersabhängige Funktionseinbußen, aber dieser Ansatz ist wohl kaum auf den Menschen übertragbar.

Sowohl beim Mann als auch bei der Frau sinken im Laufe des Lebens die Hormonspiegel ab. Der Tierversuch zeigt eine Lebensverlängerung durch Melantoningabe bei weiblichen Mäusen, andererseits aber auch eine Lebensverkürzung durch gehäufte Tumore. Beim Menschen stehen wissenschaftliche Studien, die einen Effekt auf altersabhängige Prozesse durch Melantoningabe zeigen, aus. Die Gabe von Sexualhormonen scheint bisher nur indiziert, wenn ein krankhafter Mangel besteht. Zu berücksichtigen ist, dass das Risiko für hormonabhängige Tumore steigen kann.

Toxine und Reduktionsdiät

Toxische Substanzen, die den Alterungsprozess fördern, sind insbesondere Glucose und freie Sauerstoffradikale. Die Glucosylierung kann die Dehnbarkeit von Bindegewebe und Herzmuskel vermindern, freie Sauerstoffradikale schädigen irreversibel den Organismus durch Oxidation unter anderem von DNA-Proteinen und Lipiden.

Bei Nagern hat sich bei 30-prozentiger Kalorienreduktion eine bis zu 30-prozentige Lebensverlängerung gezeigt. Reduktionsdiät beim Menschen kann zur Abnahme von Blutdruck, Insulin, Blutglucose, Cholesterin sowie Mamma-, Colon- und Magencarcinom führen. Ein Effekt auf die Lebensdauer ist nicht bekannt.

Noch nicht geklärt ist die Steuerung des Alterungsprozesses durch Insulin. Auffällig ist, dass Alters-Diabetes und Morbus Alzheimer häufig gemeinsam auftreten. Hier besteht die Hypothese, dass die Insulinresistenz vermehrte Protein-

einlagerungen im Hirn mit Nervenzellschädigungen und Beschleunigung der Alterung des Gehirns bewirken.

Wundermittel zur Verzögerung des Alterungsprozesses gibt es gegenwärtig nicht, betonte Professor Dr. Jörg Schulz, Präsident der internationalen Gesellschaft für Präventionsmedizin e.V.. Eine positive Nachricht ist, dass jeder Mensch in gewissem Rahmen auf die Geschwindigkeit seiner Alterungsprozesse einwirken kann.

Wichtig zur Prävention eines vorzeitigen Alterungsprozesses und zur Vermeidung von Alterserkrankungen ist eine gesunde Lebensführung mit ausreichender körperlicher Bewegung, gesunder Ernährung, Vermeiden von Giften wie Nikotin und Alkohol, ausreichendem Schlaf und regelmäßigen Vorsorgeuntersuchungen. Bekannt ist, dass schon ein kurzzeitiges Ausdauertraining einen deutlichen Anstieg der Insulinsensitivität zeigt, auch beim älteren Menschen.

Die stärksten „Alterungsfaktoren“ sind nach den Worten von Schulz Bewegungsmangel und Stress. Der Mensch muss sich regelmäßige Erholungszeiten schaffen. Soweit möglich soll man Stress in Beruf und Familie reduzieren.

Viele ältere Patienten fühlen sich in ihrer körperlichen und geistigen Funktion und dem allgemeinen Befinden gestört und vitalitätsgemindert, obwohl sie organisch nicht krank sind. Oft liegt die Ursache in einer chronischen Fehlbeanspruchung, so Schulz.

Weitere Maßnahmen mit deutlichem Wirkungsnachweis in der Anti-Aging-Therapie sind: Ausreichende Zuführung von Ascorbinsäure in Form von Gemüse und Obst, aerobes Ausdauertraining sowie Balance- und Krafttraining (siehe Kasten).

Ohne Wirkungsnachweis zur Verzögerung des Alterungsprozesses sind die Gabe von Antioxidanzien oder DHEA. Auch die Gabe von Melatonin verzögert den Alterungsprozess nicht. Maßvoller Weingenuß scheint kardioprotektiv zu wirken, Beta-Karotin und Vitamin E haben keine nachgewiesene kardioprotektive Wirkung.

Wann ist chirurgischer Eingriff sinnvoll?

Die Häufigkeit ästhetisch-chirurgischer Eingriffe in Deutschland hat deutlich zugenommen. Gab es 2001 noch ca. 400.000 Eingriffe pro Jahr, waren es be-

Maßnahmen der Anti-Aging Medizin (mit Wirkungsnachweis)

- Anstieg der Plasma-Ascorbinsäurespiegel um 20 µmol/l (ca. 1 Portion Obst/ Gemüse pro Tag reduziert die Gesamtmortalität um 20 Prozent)
- HRT reduziert das Osteoporoserisiko bei Frauen
- ausreichende Bewegung, aerobes Ausdauertraining reduziert die Erkrankungshäufigkeit an Diabetes, Colon-Ca, Herzkrankheit- und Schlaganfallrisiko
- Krafttraining reduziert das Osteoporoserisiko
- Balance- und Krafttraining reduziert das Sturzrisiko
- Vermeidung von Stress

reits 2003 über 100.000, 20 Prozent davon bei Männern. Was von chirurgischer Seite möglich ist, um die optische Erscheinung des Alterns zu mildern, zeigte Professor Dr. Jutta Liebau auf, Leiterin der Klinik für Plastische Chirurgie der Kaiserswerther Diakonie Düsseldorf. Sie warnte aber vor einer übertriebenen Erwartungshaltung der Patienten.

Der aufklärende Arzt muss klar die Möglichkeiten und Grenzen des Verfahrens darstellen und auf die möglichen Risiken der Behandlung aufmerksam machen. Der psychosoziale Aspekt, der die Patienten zum Arzt führt, ist zu beachten. So muss frühzeitig abgewogen werden, ob eine chirurgische Korrektur dem Patienten wirklich hilft oder ob eine psychische Störung zugrunde liegen könnte.

Nicht alles, was möglich ist, ist auch sinnvoll. Bei der Wahl des Operateurs sei neben einer fundierten Ausbildung und beruflichen Erfahrung auch auf eine ganzheitliche individuelle Betrachtungsweise, Patientenzentriertheit und Seriosität zu achten, so Liebau. Die chirurgisch korrektiven Verfahren müssen wissenschaftlich gestützt sein.

Professor Liebau betonte, dass „Anti-Aging mit dem Messer“ auf einer Vielzahl unterschiedlicher Techniken beruht, die individuell kombiniert werden können, aber nur in der Hand des Fachmannes durchgeführt werden sollten. Die Indikationsstellung muss in sorgfältiger Absprache mit dem Patienten erfolgen. So können Alterserscheinungen deutlich vermindert werden. Realistisch betrachtet macht jedoch die Schönheitschirurgie „keinen Menschen auch nur einen Tag jünger“.

Anti-Aging beim Mann

Dr. Reinhold M. Schaefer, Facharzt für Urologie aus Bonn, beschäftigte sich insbesondere mit dem Stellenwert der Anti-Aging-Therapie beim Mann. Typische Symptome beim älteren Mann seien eine Beeinträchtigung des Allgemeinbefindens, die Leistungsfähigkeit sei herabgesetzt, es bestehe Konzentrationsschwäche und Reizbarkeit, Schweißausbrüche, Hitze wallungen, Sexual- und Schlafstörungen sowie depressive Verstimmungen.

Die häufigsten Beschwerden der Männer seien auf Hormonmangel zurückzuführen. Hier sei in Ausnahmefällen und bei strenger Indikationsstellung (nachgewiesenem niedrigem Testosteronspiegel) und

GOÄ-Rechnung

Der Arzt muss eine GOÄ-Rechnung über die Anti-Aging-Leistung ausstellen. Diese muss enthalten:

- Leistungsziffer
- Verständliche Beschreibung des Leistungsinhaltes (bei Abrechnung von Analogziffern: Verständliche Beschreibung der tatsächlich erbrachten Leistung und Darstellung der Gleichwertigkeit)
- Kennzeichnung als Wunschleistung
- Gebühren
- Steigerungssatz

Therapiekontrolle sowie bei endokrinologischer Erfahrung des Behandlers eine Testosteronsubstitution möglich. Nicht aus den Augen zu lassen seien die möglichen Nebenwirkungen der Testosteronsubstitution, sagte Schaefer.

Anti-Aging und Körperbild

Dr. Maike Monhof, Fachärztin für Psychosomatische Medizin aus Remscheid, stellte die Frage, ob dem gesteigerten Verlangen nach Anti-Aging-Medizin möglicherweise ein gestörtes Körperbild zugrunde liegt. Im Zeitalter der allorts propagierten Lifestyle-Präparate und eines Strebens nach „ewiger Jugend“ sowie der Verdrängung der Endlichkeit des Lebens fühlen sich manche Menschen durch die altersbedingten Veränderungen ihres Körpers bedroht und beschäftigen sich übermäßig mit ihrem äußeren Erscheinungsbild. Die Übergänge zum Krankheitswert können hier fließend sein.

„Schonungslose Aufklärung“

Rechtlich ist jeder Heileingriff eine Körperverletzung, der erst durch die Einwilligung des Patienten gerechtfertigt wird. Grundlage der Einwilligung des Patienten ist eine umfassende Aufklärung. Nur wenn die Aufklärung tatsächlich durchgeführt wurde und in ausreichendem Maße erfolgte, ist die Einwilligung wirksam, so Dr. iur. Dirk Schulenburg, Justitiar der Ärztekammer Nordrhein.

Beim Anti-Aging bestehen gesteigerte Anforderungen an die Aufklärung, da hier ein aus ärztlicher Sicht nicht notwendiger Eingriff erfolgt. Man spricht bei kosmetischen Operationen von der Notwendigkeit einer „schonungslosen“ Aufklärung. Eine diesen Anforderungen nicht genügende Aufklärung, die zu einer unzureichenden Informationsgrundlage für die Einwilligung führt, macht diese insgesamt unwirksam.

Die Werbung für ärztliche Leistungen muss sachlich und unaufdringlich sein. Der Arzt darf über die Handlungsmethoden und Behandlungsalternative informieren, muss sich jedoch der reißerischen Aufmachung enthalten. Werbung darf keine Anpreisung oder falsche Versprechen enthalten und den freien Willen des Patienten nicht beeinflussen. „Berufswidrig ist insbesondere eine anpreisende, irreführende oder vergleichende Werbung“ so § 27 (3) der Berufsordnung für die nordrheinischen Ärztinnen und Ärzte.

Abrechnung als IGeL

Anti-Aging-Leistungen sind Individuelle Gesundheitsleistungen (IGeL). Es besteht keine Leistungspflicht der Gesetzlichen Krankenversicherung. Der Kassenpatient wird bezogen auf die spezifische Anti-Aging-Leistung zum Privatpatienten. Der Arzt muss dem Patienten mitteilen, dass die Anti-Aging-Behandlung nicht von seiner Krankenkasse erstattet wird. Dies sollte in einem schriftlichen Behandlungsvertrag festgehalten werden. Der Behandlungsvertrag muss sowohl den vertragsarzt- als auch den zivilrechtlichen Vorschriften entsprechen, d.h. es darf nicht eine Pauschale erhoben werden und die Behandlung darf nur soweit durchgeführt werden, wie der Patient dem im konkreten Behandlungsvertrag zugestimmt hat. Es gilt die privatärztliche Abrechnungsgrundlage, die amtliche Gebührenordnung für Ärzte (GOÄ). Die Abrechnung von Analogziffern ist möglich, muss aber (verständlich) beschrieben werden.

Zusätzlich zur „Vereinbarung über die Erbringung einer Anti-Aging-Leistung“ sollte der Arzt einen Honorarvertrag mit dem Patienten schließen. Zwingend erforderlich ist dies, wenn (in Ausnahmefällen) der 3,5fache GOÄ Satz überschritten wird. Auch „krumme“ Steigerungssätze sind möglich. Hierdurch kann man auf einen glatten Eurobetrag kommen.

Bei der Privatliquidation von Anti-Aging-Leistungen sind sowohl rechtliche Vorgaben der Berufsordnung zur Privatliquidation als auch die gebührenrechtlichen Vorschriften der GOÄ zu beachten. Eine Zahlungspflicht des Patienten entsteht nur dann, wenn eine spezifizierte Rechnung erstellt wird.

Dr. med. Martina Levartz ist Geschäftsführerin des Instituts für Qualität im Gesundheitswesen Nordrhein.