

Newsletter Ausgabe 220

für Eggetsberger.NET, Eterna Management S.L. & IPN

Herzlich willkommen bei der Newsletter Ausgabe Nr. 220: März 2012!
Seminare 2012 & Eggetsberger in NEWS LEBEN

Mehrmals (ca. 1 – 3 Mal) monatlich bekommen Sie von uns kostenlos per E-Mail top-aktuelle Meldungen aus den Bereichen Medizin, länger leben, Biofeedback, Biomesstechnik, Verhaltensforschung, Physik und Psychologie. Darüber hinaus werden Sie über unsere neuesten Forschungsergebnisse, Produkte und die aktuellen Seminartermine informiert.

Seit Newsletter Ausgabe 173 (Jänner 2010) wird der Newsletter des International-PcE-Networks (IPN) von unserer Forschungsplattform Eggetsberger.NET versendet. Unsere Newsletter finden Sie auch im Internet gratis im Newsletter Archiv

[» Zum Newsletter Archiv](#)

Aktuelle Themen:

1. Seminare 2012
2. Kaffee schützt die Leber
3. Ein Anruf bei Mama beruhigt die Nerven
4. Die Gedanken sind frei?
5. Eggetsberger in NEWS LEBEN

1. Seminare 2012 im neuen Seminarzentrum

Unser Seminarkalender für 2012 ist da!

Die aktuellen Seminare finden Sie wie üblich auf unserem Bio-Vit Shop. Direkt zu den Seminaren geht es unter folgendem [DIREKTLINK!](#)

Das Seminarprospekt mit kurzen Beschreibungen (enthält bereits unsere neuen Seminare) finden Sie als PDF [HIER!](#)



Wir möchten Sie gerne darauf hinweisen, dass wir im Zuge des nächsten Newsletters unser neues Seminar- und Trainingszentrum vorstellen werden. Die kommenden Seminare in diesem Jahr werden bereits dort stattfinden. Vorab werden wir Sie natürlich wie immer auf Facebook über jeden Schritt informieren.

Unsere Facebook Seite finden Sie [HIER!](#)

2. Kaffee schützt die Leber ***Schutz gegen Leberzirrhose***

Kaffeetrinken schützt die Leber vor Alkoholschäden. Zu diesem Schluss kam der Wissenschaftler Arthur Klatsky des Kaiser Permanent Medical Care Program. Er beobachtete die Trinkgewohnheiten von 125.000 Menschen über 17 Jahre hinweg. Das Ergebnis: Wer regelmäßig Alkohol trinkt, dazu auch eine Tasse Kaffee am Tag, kann das Risiko für Leberzirrhose um 20 Prozent senken. Vier oder mehr Tassen senken es sogar um 80 Prozent. Arthur Klatsky warnt jedoch davor, seine Studie als Freibrief für unbegrenzten Kaffee- und Alkoholkonsum zu sehen.

Verschiedene empirische Studien (NHANES I-III) der staatlichen amerikanischen Gesundheitsbehörde National Institutes of Health (NIH) konnten einen positiven Effekt von Kaffee auf eine bereits geschädigte Leber zeigen. Der Umbau des Organs von chronisch Leberkranken, die regelmäßig Kaffee tranken, nahm einen vergleichsweise milderen Verlauf.

Die molekularbiologischen Ursachen hierfür konnten Olav Gressner vom Institut für Klinische Chemie und Pathobiochemie am Universitätsklinikum Aachen und sein Mitarbeiterteam zeigen. Das Koffein im Kaffee bremst den Cyclo-AMP-Anteil in der Leberzelle. Dieser Botenstoff wiederum hemmt den Bindegewebs-Wachstumsfaktor CTGF (Connective Tissue Growth Factor), der den Umbau gesunder Leberzellen in funktionsloses Bindegewebe verantwortet.

„Koffein wird fast ausschließlich in der Leber abgebaut“, berichtet Olav Gressner,

„dadurch bewirkt es eine Anreicherung des Cyclo-AMP exakt dort, wo es benötigt wird, um den Umbauprozess der Leber, die sogenannte Fibrose, zu verlangsamen.“ Heilen könne man die Erkrankung durch bloßes Kaffee trinken allerdings nicht, betont der Mediziner, aber: „Mit zwei Tassen Kaffee täglich lässt sich der Krankheitsverlauf zumindest verzögern.“ Auch sei es vorstellbar, Patienten mit höher dosierten, koffeinhaltigen Medikamenten zu behandeln.

Hinweis: Etwa 20-40 Prozent der Menschen in den Industrieländern sind von einer Fettleber betroffen.

Quelle: National Institutes of Health | <http://www.nih.gov/>

3. Ein Anruf bei Mama beruhigt die Nerven ... da Oxytocin aktiv wird

Wer gerade eine stressige Prüfung hinter sich hat, greift danach oft erst einmal zum Telefon und ruft eine vertraute Person an. Eine instinktiv richtige Handlung, um die strapazierten Nerven zu beruhigen, wie US-Forscher nun herausgefunden haben. Auf 7 bis 12 Jahre alte Mädchen, die sich in einer Prüfungssituation befanden, wirkte nämlich schon Mamas Stimme am Telefon nahezu genauso entspannend wie eine tröstende Umarmung der Mutter. Das stellten die Wissenschaftler fest, indem sie die Anteile des Stresshormons Cortisol und die des als Kuschelhormon bekannten Oxytocins im Speichel und Urin der Freiwilligen bestimmten. Die beruhigende Wirkung hielt selbst eine Stunde nach Ende der Prüfung noch an, berichten Leslie Seltzer von der University of Wisconsin-Madison und ihre Kollegen.

Bislang waren Forscher davon ausgegangen, dass Körperkontakt zwingend notwendig ist, um die Ausschüttung des beruhigend und bindungsstärkend wirkenden Kuschelhormons Oxytocin anzuregen. Studien an Nagetieren hatten diese Vermutung noch gefestigt. Seltzer und ihr Team überprüften sie jetzt jedoch erstmals auch in der Praxis. Dabei entschieden sie sich für die Untersuchung von Mutter-Tochter-Duos, da die Wirkung von Oxytocin bei Frauen prinzipiell besser untersucht ist und Jungen im selben Alter Umarmungen ihrer Mütter möglicherweise gar nicht zugelassen hätten. Für ihre Studie teilten die Wissenschaftler 61 Mädchen in drei Gruppen auf und ließen sie vor Publikum, in dem ausschließlich Fremde saßen, Sprachtests absolvieren und mathematische Aufgaben lösen. Anschließend durfte sich die eine Gruppe von ihren Müttern 15 Minuten lang durch Kuseln und aufmunternde Worte Trost spenden lassen, während die Mädchen der zweiten Gruppe in dieser Zeit lediglich mit ihren Müttern telefonieren durften. Die dritte Gruppe schließlich bekam lediglich einen 75-minütigen gefühlsneutralen Film gezeigt, den auch die beiden anderen Gruppen im Anschluss an die 15 Minuten sahen.

Unmittelbar vor und nach der Prüfungssituation sowie vor und mehrere Male nach der Trostspendeaktion nahmen die Wissenschaftler Urin- und Speichelproben der Mädchen und untersuchten sie auf das Stresshormon Cortisol und das Kuschelhormon Oxytocin.

Das Ergebnis: Zwar beschleunigte der körperliche Kontakt den Abbau des Stresshormons innerhalb der ersten 15 Minuten etwas im Vergleich zum rein verbalen Kontakt. Beide Gruppen zeigten im Gegensatz zu der Filmgruppe jedoch

vergleichbar hohe Oxytocinlevel und der Effekt hielt gleich lange an. Die Forscher vermuten, dass dieser Mechanismus bei Frauen aufgrund der menschlichen Entwicklungsgeschichte besonders stark ausgeprägt ist: Im schwangeren Zustand oder mit Kindern im Anhang können sie im Gegensatz zu Männern oft nicht kämpfen oder die Flucht ergreifen, wenn sich ein möglicherweise feindlich gesinnter Artgenosse nähert.

Um zu überleben, sind sie dann darauf angewiesen, den eigenen Stresslevel zu senken, um schnell eine vertraute Beziehung zu dem Fremden aufbauen zu können.

Quelle: Leslie Seltzer (University of Wisconsin-Madison) et al.: Proceedings of the Royal Society: Biological Sciences Bd. 277, Nr. 1690, doi:10.1098/rspb.2010.0567; LINK: <http://royalsociety.org/Mums-the-word/>

4. Die Gedanken sind frei?

Gehirnströme hörbar gemacht

Forschern gelingt eine erste Teilrekonstruktion von Wörtern, die Probanden gehört haben

Im Forschungszentrum Berkeley - wurde es erstmals möglich, Wörter hörbar zu machen, an die man nur denkt!

Belauschte Gedanken?

Für Menschen, die beispielsweise nach einem Schlaganfall nicht mehr sprechen können, wäre dies ein Segen. (Für anders gesinnte in politisch unfreien Ländern eher eine Horrorvision!)

Ein Team aus Hirnchirurgen und Neurowissenschaftlern um Brian Pasley von der Universität von Kalifornien in Berkeley berichtet nun im Journal "PLoS Biology" über Tests mit 15 Patienten, bei denen derartige ansatzweise gelungen ist.

Für die Studie wurden Patienten untersucht, die sich wegen schwerer Epilepsie oder eines Hirntumors operieren lassen mussten. Vor solchen Operationen wird den Patienten ein Netz von Elektroden direkt auf das Gehirn gesetzt, um herauszufinden, von wo die Krampfanfälle ausgehen, und wo operiert werden muss. Die Krämpfe zeigen sich durch elektrische Aktivitäten. Die Elektroden seien den Patienten einige Tage bis etwa eine Woche vor der Operation eingesetzt worden, sagte der Studienautor Pasley.

Trefferquote war schon bei den ersten Versuchen höher als es durch reinen Zufall möglich ist.

Die Forscher analysierten die Aktivität des Gehirns in einer bestimmten Region, die beim Hören eine wichtige Rolle spielt, während die Studienteilnehmer Stimmen lauschten. Teils wurden die Wörter - etwa "Jazz" oder "Deep" sowie auch frei erfundene Ausdrücke - von einer Frau auf Band gesprochen und den Patienten vorgespielt; zehn Patienten hörten isolierte Wörter, fünf Patienten ganze Sätze von Männern oder Frauen. Die Messergebnisse wurden anschließend in ein Programm eingespeist, das diese in Lautäußerungen einer Computerstimme umwandelte.

Mit einer Treffsicherheit von durchschnittlich 20 bis 30 Prozent konnten Pasley und Kollegen die gehörten Worte auf diese Art rekonstruieren, so zum Beispiel auch die Anzahl der Silben. Es konnten "Sounds" erzeugt werden, die dem Original so

ähnelten, dass die Forscher das Wort häufiger richtig erkennen konnten, als es der Zufall erlaubt hätte. Je mehr Elektroden auf dem Gehirn auflagen, desto besser war natürlich das Ergebnis. Allerdings gelang auch diese Teilrekonstruktion nur anhand von Hirnströmen, die beim Hören eines Wortes entstehen. Noch ist nicht geklärt, ob es dieselben Ströme sind, wenn ein Mensch einen Begriff nur von sich aus denkt, anstatt ihn akustisch wahrzunehmen. Die Forschungen gehen weiter...

Quelle: Journal - PLoS Biology, Brian Pasley - Hirnchirurg und Neurowissenschaftlern von der Universität, Kalifornien in Berkeley, USA.
Link - PLoS Biology: "Reconstructing Speech from Human Auditory Cortex":
<http://www.plosbiology.org/article/info%3Adoi%2F10.1371%2Fjournal.pbio.1001251>
PDF (13 Seiten): <http://www.pce.at/PDF/GEDACHTE-WORTE-HOEREN.pdf>

5. Eggetsberger in NEWS LEBEN **Ausgabe März 2012**

In der aktuellen Ausgabe der österreichischen Zeitschrift [NEWS LEBEN](#) (März 2012) finden Sie auf Seite 61 einen Beitrag von Gerhard H. Eggetsberger zum Thema Lebensenergie und wie man diese einfach steigern kann.

[» Folgen Sie uns auf Facebook \(Eggetsberger.NET\)!](#)

[» Bio-Vit Shop](#)

[» Eggetsberger- Info Wissenschaftsblog](#)

[» Eggetsberger.NET](#)

Wenn Sie keine Mitteilungen von -eggetsberger.net- Eterna Management S.L. bekommen möchten klicken Sie bitte auf diesen Link [Link](#)

Eggetsberger Net
Forschungs- und Arbeitsgemeinschaft für

System- und Biofeedbackentwicklung

Eterna Management S.L.
Mitglied des International-PcE-Network

* Eterna Management:(Firmenbuch) Company Registration No.: Registro Mercantil de Mallorca, tomo 2067, folio 203, hoja PM-47533

* International-PcE-Network (ZVR-Zahl 182402090)

Tel.: ++43 (01) 402 57 19

Tel.: ++34 65 000 22 61

Die Newsletterredaktion erreichen Sie unter

eFax-Nummer ++43-1-253-67229090

E-Mail: http://eggetsberger.net/email_newsletter.html

Forschungsplattform Web: www.eggetsberger.net

Bio-Vit-Internetshop Web: www.ilm1.com

Für den Inhalt verantwortlich: Gerhard und Markus Eggetsberger sowie das Newsletterteam
Newsletter - Gerichtsstand: Palma de Mallorca - Spanien

--

Wenn Sie keine Mitteilungen von "eggetsberger.net" bekommen möchten klicken Sie bitte
auf diesen [Link](#)