



## Warum bekommen viele Menschen Krebs, Parodontitis und andere Erkrankungen?

Die Ursache kann in Veränderungen der Gen-Funktionen liegen.



**Sehr geehrte Patientin,  
Sehr geehrter Patient,**

die wissenschaftlichen Erkenntnisse, dass die Ernährung unsere Gesundheit beeinflusst, verdichten sich immer stärker. In diesem Newsletter habe ich Informationen zusammengetragen, dass auch die Gen-Funktionen durch unsere Nahrungsmittel beeinflusst werden können.

Wenn Sie dazu Rückfragen haben sollten, stehe ich Ihnen selbstverständlich jederzeit gern zur Verfügung. Sprechen Sie mich bei Ihrem nächsten Termin in unserer Praxis an.

Mit freundlichen Grüßen aus Herne,

**Ihr Zahnarzt**  
**Wolfgang H. Koch**  
**Dr. med. dent.**  
Praxis-Schwerpunkt  
Umwelt-ZahnMedizin

Besuchen Sie uns:  
[www.praxis-dr-koch.de](http://www.praxis-dr-koch.de)

### Was tun gegen genverändernde Substanzen?

Nachdem schon beinahe alles in Plastik verpackt ist, fragt man sich, was man denn nun gegen mögliche gesundheitsschädliche Verpackungen und Beschichtungen tun kann. Wer nicht den Bio-Laden ums Eck hat oder selbst Obst und Gemüse anpflanzt, kann sich zumindest an gewissen Lebensmitteln orientieren: Gegen die Veränderung von Gen-Abschnitten können bestimmte Lebensmittel, wie z. B. Brokkoli, Granatapfel, Bohnen, Kurkuma und insbesondere grüner Tee helfen. Dass die Krebsrate in Japan, wo aufgrund des stressigen Lebensstils ein höheres Auftreten von Krebs vermutet werden könnte, signifikant niedriger ist als in anderen Industrienationen, ist wahrscheinlich auf den hohen Konsum des grünen Tees zurückzuführen. Dies wird auch als „Japanisches Paradox“ bezeichnet. Der Inhaltsstoff Epigallocatechin-3-Gallat des grünen Tees kann die Gen-Veränderung hemmen und somit dem Entstehen von Krebszellen entgegenwirken.

### **Bin ich nur für mich verantwortlich ...?**

Welche Gene an- oder abgeschaltet werden, hängt nicht nur von einem selbst ab. Diese Änderungen können auch direkt vererbt werden. Eindrucksvoll ließ sich dies anhand vermehrten Auftretens chronischer Erkrankungen dokumentieren, die bei Nachkommen von Personen auftraten, deren Eltern oder Großeltern während der Schwangerschaft Hunger erleiden mussten. In Untersuchungen über Diabetes konnte gezeigt werden, dass bei großen Hungersnöten der letzten 100 Jahre die Mangelernährung während der Schwangerschaft zu einem erhöhten Diabetesrisiko in den Folgegenerationen führte.

### **Was hat das nun mit Parodontitis zu tun ...?**

Wenn man durch Aufnahme von Plastikbestandteilen Krebs begünstigen kann, wie sieht es dann bei anderen Erkrankungen aus, deren Ursache noch nicht vollständig geklärt ist? Die Forschung arbeitet schon seit einiger Zeit an genetischen

---

**Gegen die Modifizierung einzelner DNA-Abschnitte können bestimmte Lebensmittel, wie z.B. Brokkoli, Granatapfel, Bohnen, Curcuma und insbesondere grüner Tee helfen.**

---

Aspekten der Parodontitis. Warum reagieren wir unterschiedlich auf entzündliche Reize? Dies wurde bislang teilweise auf unterschiedliche genetische Voraussetzungen zurückgeführt. Bei Parodontitis wurde im Konkreten festgestellt, dass manche Gen-Abschnitte eine Veränderung aufweisen und dadurch die Produktion von Entzündungsbotenstoffen gesteigert wird. Diese durch Bakterien verursachte Veränderung der Gene wird für die Heraufregulierung der Entzündung verantwortlich gemacht.

### **Fazit:**

Das ganzheitliche Konzept rückt für die Parodontitisvorsorge und -therapie vermehrt in den Vordergrund. Kann man durch Ernährung nachweislich Gen-Veränderungen steuern, die auch das Parodontium positiv beeinflussen?

Die Forschung darüber hat gerade erst begonnen

