

# Evolution & Medizin

Heft 436 | Herausgeberin: Ute Harms

Dreieinhalb Milliarden Jahre dauerte es, bis sich die heutigen Organismengruppen entwickelten. Darunter auch der Mensch mit seinen evolutiven Anpassungen und kulturellen Entwicklungen, die ihn zu dem gemacht haben, was er heute ist.

Doch ein Blick in die Vergangenheit zeigt: Die kulturelle und die biologische Evolution stehen nicht im Einklang. Der Mensch kommt seiner kulturellen Entwicklung evolutiv nicht mehr hinterher. Was früher reproduktive Vorteile brachte und daher selektiert wurde, bringt heute Probleme mit sich.

Waren zum Beispiel die guten Nahrungswerter in Zeiten des Mangels die überlebenden Gewinner, führt dieses evolutionäre Erbe heute bei einem überreichen Nahrungsangebot zu Übergewicht, Herz-Kreislauf-Erkrankungen und Diabetes.

Ähnliches zeigt sich beim aufrechten Gang. Ermöglichte das aufrechte Gehen eine schnellere und ökonomischere Fortbewegung, eine bessere Rundumsicht oder das vielseitigere Einsetzen der Hände, brachte es auch Rückenschmerzen mit sich, heute mehr als damals. Das ist vor allem unserer veränderten Lebensweise geschuldet.

Wird der Mensch im Spiegel der evolutiven Entwicklungsgeschichte betrachtet, lassen sich die biologischen Strukturen und Funktionen, aber auch Ernährungs- und Lebensweisen ableiten, die für unsere Gesundheit förderlich sind. Daraus ergeben sich neue Erkenntnisse für die Entstehung von Krankheiten und deren Therapie. In diesem Kompakt werden einige davon in den Blick genommen.

## Ute Harms

**Evolutionäre Medizin –**  
der Mensch als Produkt der biologischen Evolution ..... **1**

**Nicht zum Sitzen gemacht –**  
das Rückgrat der Jäger und Sammler ..... **8**

**Gute Nahrungsverwertung als Nachteil** ..... **13**

**Heute zu viel Salz in der Suppe** ..... **21**

## Wolfgang Ruppert

**Pest und AIDS –**  
verbunden durch die Evolution? ..... **26**

**Stärkeverdauung und Selektion** ..... **31**

## Ute Harms

**Der Mensch –**  
ein Ökosystem ..... **34**

**Lösungen** ..... **38**

**Impressum** ..... **41**