

23.12.2013 09:42



### **Junkfood kann Gedächtnis innerhalb einer Woche schädigen**

Sabine Ranke-Heinemann Pressestelle

Australisch-Neuseeländischer Hochschulverbund / Institut Ranke-Heinemann

Auch ein kurzzeitiger Verzehr von Junkfood kann sich negativ auf die Gehirnleistung auswirken, wie Forschungsergebnisse der University of New South Wales in Australien zeigen. Erstmals haben Forscher nachgewiesen, dass Ratten, die mit sehr fett- und zuckerhaltigem Futter gefüttert wurden, nach nur einer Woche unter Gedächtnisstörungen litten. Interessanterweise waren die Ergebnisse bei Ratten, die zwar gesundes Futter, aber Zuckerwasser erhielten, ähnlich. Die Ergebnisse wurden in der Zeitschrift *Brain, Behavior and Immunity* veröffentlicht.

Die Gedächtnisschädigung bezog sich auf die Wiedererkennung von Orten, wobei die Tiere Probleme hatten zu merken, wenn ein Gegenstand verrückt wurde. Diese Tiere litten auch unter Entzündungen im hippocampalen Bereich des Gehirns, welcher mit der räumlichen Erinnerungsfähigkeit in Verbindung gebracht wird. "Wir wissen, dass Übergewicht Entzündungen im Körper auslöst, aber bis vor Kurzem war uns nicht bewusst, dass es auch Änderungen im Gehirn hervorruft", so Professor Margaret Morris von der medizinischen Fakultät der UNSW.

"Das Überraschende an den Forschungsergebnissen ist die Schnelligkeit, mit der sich die Wahrnehmungsfähigkeit verschlechterte", sagt Professor Morris. "Unseren vorläufigen Daten zufolge ist die Schädigung auch nicht reversibel wenn die Ratten wieder auf eine gesunde Ernährung umgestellt werden, was sehr bedenklich ist.

"Einige Teile des Gedächtnisses der Tiere blieben von Beeinträchtigungen verschont, und das unabhängig von der jeweiligen Ernährung. Alle Tiere konnten gleichermaßen gut Dinge wiedererkennen, egal ob sie zu der Gruppe mit dem "gesunden" Futter, dem "Cafeteria"-Futter (sehr fett- und zuckerhaltig, mit Kuchen, Chips und Keksen) oder zur "gesund plus Zucker" Gruppe gehörten. Die festgestellten Gedächtnisveränderungen traten auf, noch bevor Gewichtsunterschiede zwischen den Tieren festgestellt werden konnten. Die weitere Forschungsarbeit soll klären, wie Entzündungen im Gehirn der Tiere mit ungesunder Ernährung verhindert werden können.

"Wir vermuten, dass die Ergebnisse auch auf Menschen übertragbar sind", sagt Professor Morris. "Die Ernährung wirkt sich in jedem Alter auf das Gehirn aus, aber je älter wir werden, desto entscheidender ist sie und könnte auch dem Abbau kognitiver Fähigkeiten entgegenwirken."

Die Forschung baut auf früherer Arbeit auf, aus der Rückschlüsse auf Übergewicht gezogen werden können. "Wenn man bedenkt, dass kalorienreiches Essen die Funktion des Hippocampus verschlechtert, so könnte ein erhöhter Konsum noch zusätzlich zur Gewichtszunahme beitragen, indem das episodische Gedächtnis beeinträchtigt wird", so Professor Morris. "Die Menschen sind sich möglicherweise ihrer körpereigenen Signale wie Heißhungerattacken oder Sättigungsgefühl weniger bewusst".

Diese Arbeit von Jessica Beilharz, Jayanthi Maniam und Margaret Morris wurde durch den australischen nationalen Rat für Gesundheit und medizinische Forschung gefördert.

**Weitere Informationen:**

Institut Ranke-Heinemann / Australisch-Neuseeländischer Hochschulverbund – Pressestelle -  
Friedrichstr. 9 - 0117 Berlin - Email: [berlin@ranke-heinemann.de](mailto:berlin@ranke-heinemann.de) - Tel.: 030-20 96 29 593

oder

Susi Hamilton - UNSW Media Office - Tel: 0061 422 934 024 - Email: [susi.hamilton@unsw.edu.au](mailto:susi.hamilton@unsw.edu.au)

**Weitere Informationen:**

<http://www.ranke-heinemann.de> - <http://www.ranke-heinemann.at> - <http://www.ranke-heinemann.tv>

**Merkmale dieser Pressemitteilung:**

Journalisten, Studierende, Wissenschaftler - Biologie, Ernährung / Gesundheit / Pflege, Gesellschaft, Medizin – überregional – Forschungsergebnisse - Deutsch