

Thema der Woche: Stress in den Zellkraftwerken Mitochondrien

Stress in den Zellkraftwerken Mitochondrien

Kraftwerke sollten nicht unter Stress stehen. Schon gar nicht die winzig kleinen Kraftwerke im Innern unserer Zellen: die Mitochondrien. Stress könnte nämlich, wie neue Forschung nun zeigte, die Mitochondrien ähnlich zu einer körperlichen Verletzung schädigen. Weitere Untersuchungen demonstrierten, dass unter anderem solche Störungen in den Mitochondrien zu den Kernelementen der Alzheimerkrankheit gehören könnten. Stress abzubauen und Methoden zum Umgang mit Stress zu erlernen, sind also gute Ideen, um für mehr Energie für Körper und Geist zu sorgen und so der Krankheit entgegenzuwirken.

Hier die Beiträge der letzten Woche:

- [Kraftraubender Stress als Depressionsauslöser? Akuter psychischer Stress könnte Mitochondrien schädigen](#)
- [Störung der Mitochondrienfunktion und oxidativer Stress an den Schaltstellen der Alzheimerkrankheit](#)