

Warum manche Menschen gesund bleiben: DGVS sieht neue Chancen für bessere Prävention und fordert mehr Forschung

Berlin - Weg von der Reparatur-Medizin, hin zu einer personalisierten, vorbeugenden Medizin: Neue Forschungsansätze in der Gastroenterologie konzentrieren sich immer stärker darauf, warum manche Menschen trotz Risikofaktoren gesund bleiben und wie sich solche Schutzmechanismen medizinisch nutzen lassen. Angesichts einer alternden Bevölkerung und wachsender Belastungen für Kliniken und Praxen fordert die Deutsche Gesellschaft für Gastroenterologie, Verdauungs- und Stoffwechselkrankheiten e.V. (DGVS) Prävention stärker in den Mittelpunkt zu rücken. Auf der Jahrespressekonferenz der DGVS mahnten Expertinnen und Experten der Fachgesellschaft zugleich, bewährte Präventionsangebote wie die Darmkrebsvorsorge sowie Ernährungs- und Lebensstilmaßnahmen konsequenter auszuschöpfen. Dass eine Herstellerabgabe auf Süßgetränke kommen soll, begrüßte die Fachgesellschaft und forderte zugleich, weitere regulatorische Maßnahmen gegen ungesunde Lebensmittel als Teil einer wissenschaftlich fundierten Präventionsstrategie.

Warum werden manche Menschen krank, während andere trotz ähnlicher Risikoprofile gesund bleiben? Diese Frage rückt zunehmend in den Fokus gastroenterologischer Forschung. „Wir greifen in der Medizin häufig erst dann ein, wenn Menschen bereits krank sind. Die Mechanismen vor der Krankheitsentstehung haben wir bislang in großen Teilen zu wenig beachtet. Genau dort liegen neue präventive Ansätze“, erklärt Professorin Dr. med. Britta Siegmund, Direktorin der Medizinischen Klinik für Gastroenterologie, Infektiologie und Rheumatologie an der Charité - Universitätsmedizin Berlin. „Unser Körper und unsere Zellen passen sich im Laufe des Lebens immer wieder an Umweltfaktoren, Infektionen und andere Störfaktoren an und bleiben zunächst gesund. Wir wollen besser verstehen, warum das gelingt und wie wir diese Schutzmechanismen medizinisch nutzen können“, sagt Siegmund.

Prävention beginnt vor der Krankheit

Nach solchen gesundhaltenden Anpassungsmechanismen sucht das Exzellenzcluster ImmunoPreCept in Berlin vor allem im körpereigenen Gewebe und untersucht bestimmte Marker im Blut, genetische Hinweise und frühe Veränderungen im Gewebe, die vor dem eigentlichen Krankheitsausbruch auftreten. Das Zusammenspiel dieser Faktoren und ihre genaue Wirkung besser zu verstehen, könnte neue Wege eröffnen, um Krankheiten möglichst früh zu verhindern oder ihren Verlauf günstig zu beeinflussen. Besonders aufschlussreich ist dabei die Gruppe der Menschen, die trotz erhöhter Risikomarker gesund bleibt. Sie kann Hinweise darauf geben, welche Schutzmechanismen der Körper aktiviert werden, bevor eine Krankheit entsteht, so Siegmund. Diese besser zu verstehen, sei für die Präventionsforschung besonders interessant. „Wenn wir besser erkennen, wann der Übergang von Gesundheit zu Krankheit beginnt, können wir früher, gezielt und personalisiert eingreifen“, so die DGVS-Expertin.

Darm, Leber und Stoffwechsel im Zentrum der Prävention

Für die Gastroenterologie ist dieser Ansatz besonders relevant. Viele Erkrankungen von Darm, Leber und Stoffwechsel entwickeln sich über Jahre, bevor sie Beschwerden verursachen. Zugleich

stehen diese Organsysteme in engem Austausch mit Ernährung, Immunsystem, Mikrobiom und Umweltfaktoren. Der Verdauungstrakt ist damit nicht nur Ort vieler Erkrankungen, sondern auch ein zentraler Ansatzpunkt, um Risiken früher zu erkennen und Gesundheit länger zu erhalten. Das zeigt sich etwa bei chronisch entzündlichen Darmerkrankungen. Moderne Therapien können Entzündungen heute bei vielen Patientinnen und Patienten wirksam kontrollieren. Doch eine stabile Remission bedeutet nicht immer, dass Betroffene wieder so belastbar sind wie vor Beginn der Erkrankung. Künftig könnte es deshalb nicht nur darum gehen, Entzündung zu unterdrücken, sondern Gesundheit, Widerstandskraft und Lebensqualität gezielt wiederherzustellen.

Was heute schon wirkt, muss besser genutzt werden

So vielversprechend neue Forschungsansätze sind: Viele müssen zunächst in klinischen Studien geprüft werden, bevor sie in der Breite der Versorgung ankommen. Gleichzeitig gibt es bereits heute wirksame Präventionsmaßnahmen, deren Nutzen gut belegt ist. Ein zentrales Beispiel ist die Darmkrebsvorsorge. Bei der Darmspiegelung können Vorstufen von Krebs erkannt und entfernt werden, bevor eine bösartige Erkrankung entsteht. Auch Impfungen gehören zur Prävention, weil sie nicht nur vor Infektionskrankheiten schützen, sondern auch das Risiko für bestimmte Krebserkrankungen senken können. Hinzu kommen Lebensstilfaktoren wie eine mediterran geprägte, überwiegend pflanzenbasierte Mischkost, wenig Alkohol und ein reduzierter Zuckerkonsum.

Dabei ist der DGVS auch wichtig, dass Präventionsangebote allen Menschen gleichermaßen offenstehen. „Prävention darf nicht nur die Menschen erreichen, die ohnehin gut informiert sind und regelmäßig Vorsorge wahrnehmen“, sagt Professorin Dr. med. Birgit Terjung, Mediensprecherin der DGVS und Chefärztin der Inneren Medizin am St. Josef Hospital der GFO Kliniken Bonn. „Wenn wir Krankheiten verhindern, Lebensqualität erhalten und das Gesundheitssystem langfristig entlasten wollen, müssen wir alle Bevölkerungsgruppen erreichen.“

Quellen:

ImmunoPreCept Consortium. (n.d.). Transforming early disease detection. <https://immunoprecept.de/>

Lynen Jansen, P., Michl, P., Rösch, T., Seufferlein, T., Siegmund, B., Tacke, F., & Wedemeyer, H. (2026). Gesundheit beginnt im Bauch: Wie gastroenterologische Erkrankungen verhindert werden können [The gut is where health begins: How gastroenterological diseases can be prevented]. Die Innere Medizin, 67(Suppl. 1), 57-61. <https://doi.org/10.1007/s00108-026-02085-6>

AOK-Bundesverband. (n.d.). Public Health Index. AOK Presse. <https://www.aok.de/pp/public-health/index/>

Die Deutsche Gesellschaft für Gastroenterologie, Verdauungs- und Stoffwechselkrankheiten (DGVS) wurde 1913 als wissenschaftliche Fachgesellschaft zur Erforschung der Verdauungsorgane gegründet. Heute vereint sie über 7000 in Klinik und Forschung tätige Ärztinnen und Ärzte unter einem Dach. Die DGVS fördert sehr erfolgreich wissenschaftliche Projekte und Studien, veranstaltet Kongresse und Fortbildungen und unterstützt aktiv den wissenschaftlichen Nachwuchs. Ein besonderes Anliegen ist der DGVS die Entwicklung von Standards und Behandlungsleitlinien für die Diagnostik und Therapie von Erkrankungen der Verdauungsorgane - zum Wohle der Patientinnen und Patienten.

Teilen Sie diesen Beitrag: