

Kontakt: a.o. Univ.-Prof. Dr. Nikolaus Romani
Universitätsklinik für Dermatologie & Venerologie
Anichstraße 35, 6020 Innsbruck
Telefon: +43(0)512 504 28559
Telefax: +43(0)512 504 23017
e-mail: nikolaus.romani@i-med.ac.at



Naturwissenschaftlich-Medizinischer Verein in Innsbruck

(<http://www2.uibk.ac.at/natmedverein/>)

Einladung zum 4. Vortrag im Vereinsjahr 2010 / 2011

Survival of the fittest?

In „Principles of Biology“ (1864) meint Herbert Spencer mit dem Begriff „Survival of the Fittest“, dass die an vorherrschenden Umweltbedingungen am besten angepassten Individuen die größte Überlebenswahrscheinlichkeit besitzen. Heute wird unter Fitness vor allem die maximale aerobe Leistungsfähigkeit eines Individuums verstanden. Überzeugende epidemiologische Studien haben in den letzten 10 – 20 Jahren einen sehr engen Zusammenhang dieser Art von Fitness und der Lebenserwartung aufgezeigt. Ausdauertrainierte Senioren können noch im Alter von über 70 Jahren bessere Ausdauerleistungen erbringen als untrainierte junge Personen. Regelmäßige sportliche Aktivität reduziert die Mortalität allgemein und besonders aber jene infolge von Herz-Kreislauf-, Atemwegs- und Krebserkrankungen. Mechanismen dieser positiven präventiven aber auch therapeutischen Effekte der sportlichen Aktivität betreffen beispielsweise die Endothelfunktion, die Insulinsensitivität, das Lipidprofil, das Immunsystem, die neurohumorale Kontrolle und die Körperzusammensetzung. Vielleicht noch bedeutsamer als die höhere Lebenserwartung ist die mit der allgemeinen Fitness verbundene Lebensqualität.

Univ.-Prof. Dr.rer.nat., Dr.med. Martin Burtscher,
Vorstand des Instituts f. Sportwissenschaften, Leopold-Franzens Universität Innsbruck

Wann: Dienstag, 25. Jänner 2011, 18:00 Uhr

Wo: Hörsaal B (gleich neben dem gewohnten HS-A!), Fritz-Pregl-Straße 3, Innsbruck

Gäste sind herzlich willkommen!

a.o. Univ.-Prof. Dr. Nikolaus Romani (Vorstand) PDⁱⁿ Dr. Patrizia Stoitzner (Schriftführerin)