



Länger leben



FOTOLIA

Wer sich gesund ernährt, hat gute Chancen auf ein längeres Leben.

VON BJÖRN & SÖREN CHRISTENSEN

Kürzlich wurde in einem „Wissensmagazin“ im Fernsehen folgende Geschichte erzählt: Ein 25-jähriger Mann erkennt, dass sein bisheriger Lebenswandel wenig gesundheitsförderlich war und er daran etwas ändern wolle, um ein längeres Leben erwarten zu dürfen. Anhand von verschiedenen wissenschaftlichen Studien wurde sodann folgende Berechnung aufgemacht: Die Lebenserwartung eines Mannes in Deutschland beträgt im Mittel 77 Jahre. Der Mann habe bisher eher ungesund gelebt, was die Lebenserwartung um 20 Jahre verringere. Wer hingegen mit dem Rauchen aufhöre, könnte seine Lebenserwartung um sieben Jahre steigern, außerdem könnten eine gesündere Ernährung das Leben um 13 Jahre und regelmäßiger Sport nochmals um drei Jahre verlängern. Alleine regelmäßige Zahnpflege erhöhe das Leben um weitere sieben Jahre und eine glückliche Partnerschaft nochmals um elf Jahre. Regelmäßiges Küssen könnte weitere fünf Jahre beitragen, häufiger Sex zehn Jahre. Für alle Fakten gebe es wissenschaftliche Belege, so dass schlussendlich eine Lebenserwartung von 126 Jahren für den Mann errechnet wurde, „jedenfalls statistisch“, wie der Beitrag endete.

Spätestens bei der errechneten Lebenserwartung des Mannes von 126 Jahren sollte der Verdacht aufkommen, dass irgendetwas falsch ist. „Nur was?“, mag man sich fragen, denn immerhin sei laut dem Fernsehbeitrag jeder einzelne Einfluss auf die Lebenserwartung durch „wissenschaftliche Studien“ belegt. Ohne die einzelnen Studien im Detail zu kennen, ist der größte Denkfehler an der Berechnung, dass in dem Fernsehbeitrag unterstellt wird, die Faktoren seien alle untereinander unabhängig. Am offensichtlichsten ist dies an der glücklichen Partnerschaft zu erkennen. Glückliche Paare werden vermutlich häufiger küssen und auch regelmäßiger Sex haben als unglückliche Paare. Somit sind diese Faktoren mit Sicherheit nicht unabhängig und zum Beispiel die fünf Jahre „Lebensverlängerung“ durch Küssen sind wohl leider in den elf Jahren für die glückliche Partnerschaft schon enthalten. Vermutlich gilt dies auch für die Zahnpflege, denn wer will schon regelmäßig küssen, wenn es beim Partner an der Zahnhygiene hapert? Eigentlich schade, finden die Autoren dieser Kolumne, denn mit etwas Kreativität ließe sich auch die Marke für eine Lebenserwartung von 200 Jahren leicht knacken. ●