

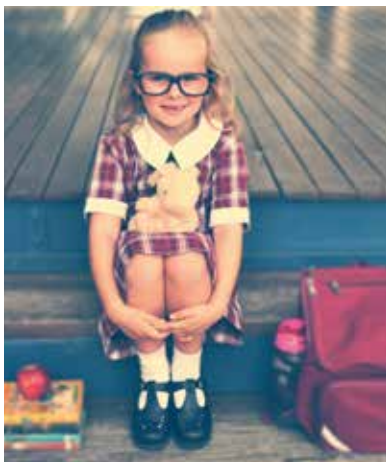
Gehirn&Geist 3/2017 erscheint am 10. Februar



ISTOCK / SKYNESHER

Fasten: Ein Jungbrunnen fürs Gehirn

Neben dem Pfarrer von der Kanzel raten auch Mediziner zum regelmäßigen Verzicht. Aber warum soll eine Nahrungsmittelreduktion gesund sein? Tatsächlich mehren sich Hinweise darauf, dass Fasten nicht nur hilft, unnötige Speckröllchen loszuwerden, sondern ebenso dem Gehirn guttut. Der Sparstoffwechsel beugt Abbauprozessen wie denen bei einer Demenz vor und wirkt noch dazu wie ein Antidepressivum.



ISTOCK / FRANKFOTOGRAFIE

Wann ist mein Kind reif für die Schule?

Derzeit können Eltern weitgehend frei entscheiden, in welchem Alter der Nachwuchs in die 1. Klasse geht – mit fünf, sechs oder sieben Jahren. Doch ob eine frühe oder späte Einschulung Nachteile mit sich bringt, darüber sind sich Bildungsforscher noch uneinig. Der Würzburger Entwicklungspsychologe Wolfgang Schneider warnt: Die Schulreife hängt nicht nur von der kognitiven Entwicklung ab.

Allein am Ende der Welt

Wie reagiert das Gehirn auf Einsamkeit? Das untersuchten Neurowissenschaftler in einem ungewöhnlichen Experiment: Sie isolierten Probanden für acht Monate in der Antarktis. Ihre Befunde sollen unter anderem Astronauten auf langen Raumfahrtmissionen zugutekommen.

Mein fremder Körper

Wer sich in einem Zustand der Depersonalisation befindet, dem erscheint der eigene Körper fremd, die Welt fern und unwirklich. Forscher haben dieses merkwürdige Phänomen ergründet und dabei erstaunliche Erkenntnisse darüber gewonnen, wie sich das Gehirn vor Gefahren schützt.

Newsletter

Lassen Sie sich jeden Monat über Themen und Autoren des neuen Hefts informieren! Wir halten Sie gern per E-Mail auf dem Laufenden – natürlich kostenlos. Registrierung unter:

www.spektrum.de/gug-newsletter