

---

# Inhaltsverzeichnis

<b>1</b>	<b>Woher wir kommen .....</b>	<b>1</b>
1.1	Unser Genom .....	1
1.2	Der moderne Mensch .....	1
<b>2</b>	<b>Genom versus Kultur .....</b>	<b>5</b>
<b>3</b>	<b>Selektion ist begrenzt und schließt Kompromisse .....</b>	<b>7</b>
3.1	Wirbelsäule .....	7
3.2	Appendix .....	8
3.3	Auge .....	9
3.4	Myopsie .....	11
3.5	Kreuzung zwischen Luft- und Speiseröhre .....	13
<b>4</b>	<b>Selektion ist langsam .....</b>	<b>17</b>
4.1	Hypertonie .....	17
4.2	Adipositas .....	18
4.3	Diabetes mellitus und Herz-Kreislauf-Erkrankungen .....	19
4.4	Allergische Reaktionen .....	20
4.5	Vitamin D und Laktasepersistenz .....	21
<b>5</b>	<b>Unterschiedliche Geschwindigkeiten der Evolution und Pathogen-Wirt-Korrelation .....</b>	<b>27</b>
<b>6</b>	<b>Was Selektion formt .....</b>	<b>29</b>
6.1	Natürliche Selektion .....	29
6.2	Sexuelle Selektion .....	32
6.3	Selektion formt keine perfekten Organismen .....	32

<b>7 Veränderungen unseres Genoms durch medizinisches Handeln und Veränderungen in der menschlichen Gesellschaft .....</b>	<b>35</b>
<b>7.1 Verminderung von Genhäufigkeiten .....</b>	<b>35</b>
<b>7.2 Vermehrung von Genhäufigkeiten .....</b>	<b>36</b>
<b>8 Ernährung gestern und heute .....</b>	<b>39</b>
<b>8.1 Die Ernährungsumstellung .....</b>	<b>39</b>
<b>8.2 Die Entwicklung des Gehirns .....</b>	<b>40</b>
<b>8.3 Nahrungsbestandteile in der Steinzeit und heute .....</b>	<b>41</b>
<b>9 Altern als wenig verstandenes Phänomen .....</b>	<b>43</b>
<b>9.1 Alterungsprozesse des Genoms .....</b>	<b>44</b>
<b>9.2 Telomer-Hypothese .....</b>	<b>46</b>
<b>9.3 Zelluläre Seneszenz .....</b>	<b>47</b>
<b>10 Chemotherapieresistenz bei Krebserkrankungen .....</b>	<b>49</b>
<b>11 Zielsetzung .....</b>	<b>51</b>
<b>Was Sie aus diesem Essential mitnehmen können .....</b>	<b>53</b>
<b>Zum Weiterlesen .....</b>	<b>55</b>