

# INHALT

Vorwort und Fragestellung	7
1. Wissenschaftliche Studien – oder: Eine kurze Interpretationshilfe im Dschungel der Daten	19
2. Die Verantwortung der Wissenschaft – oder: Die Verführung zur Selbstherrlichkeit	38
3. Die gesellschaftlichen Aspekte – oder: Warum das Thema Lebensstil nicht nur eine wissenschaftliche Angelegenheit ist	50
4. Warum das Thema Lebensstil und Krankheitsprävention uns alle betrifft – oder: Wie wir uns mithilfe verschiedener Wissenschaften ein Urteil bilden können	59
5. Gesundheit durch Religiosität – oder: Glaube und Irrglaube	71
6. Wie kommen Medizin und Theologie zu einer gemeinsamen Bewertung der Frage des Lebensstils – oder: Warum und wo beide ins Gespräch kommen	82
7. Epidemiologie, eine statistisch basierte Wissenschaft und ihre Tücken – oder: Warum es beim Thema Übergewicht eine so große Verwirrung gibt	93
8. Sport und Verbesserung der Langlebigkeit bei Gesunden – oder: Warum man sich Gesundheit nicht erarbeiten kann	103
9. Das Übergewicht ist eine Seuche – oder: Übergewicht als Folge einer Fehlentwicklung in der Gesellschaft?	119

10. Diabetes und seine Prävention – oder: Wie der Glaube an eine messbare Größe allen den Kopf verdreht	134
11. Ist das Ziel der normnahen Glukosekontrolle des Diabetikers sinnvoll – oder: Gibt es eine „personalisierte“ Medizin?	150
12. Aspekte des Alterns – oder: Die große Flucht?	176
13. Testosteron und Vitamin D3 für älter werdende Menschen – oder: Hormonwunder gibt es immer wieder?	195
14. Diät für Gesunde – oder: Essverhalten als Konsequenz der gesellschaftlichen Einbindung?	208
15. Vitamine als Schenker der Zukunft – oder: Wie viel Angst haben wir?	236
16. Therapie mit nicht wirksamen Substanzen – oder: Wie viel Placebo brauchen wir?	263
17. Mediterrane Kost – oder: Die Wunderlösung vom Mittelmeer?	277
18. Fehlverstandene Wissenschaft – oder: Der Bezug des Gesundheitswahns zum Menschenbild	295
19. Vom Gottesbild zum Menschenbild – oder: Warum es sich lohnt, sich mit Theologie zu befassen	300
20. Die Selbstbegrenzung der Medizin – oder: Wie leicht die medizinische Wissenschaft übermütig wird	308

21. Körperbild und Selbstverständnis – oder: Wie die Medizin uns verändert	313
22. Schall und Rauch – oder: Wie man über Gesundheit und medizinische Forschung anders denken kann	318
23. Heilung und Fürsorge für Kranke im Neuen Testament – oder: Lassen sich die Heilungsberichte im Neuen Testament auch modern lesen?	335
24. Die Fremdbestimmtheit der Gesundheit – oder: Die Rolle von Gnade und gesundem Menschenverstand	362
25. Begrenzung der Wissenschaft – oder: Die Gefahren der Vereinnahmung der Medizin durch Ideologie	372
26. Lebensstil versagt – oder: Der Lösungsweg ist die Lebenskunst	384
27. Welche Folgerungen sind nun aus dem Diskurs zu ziehen – oder: Wie geht es weiter?	393
28. Weiterführende Literatur	399
Danksagung	400