

Immunsystem: Mediziner warnt vor schädlicher Hygiene

Z [zeit.de/wissen/gesundheit/2013-03/hygiene-gesundheit-immunsystem](http://www.zeit.de/wissen/gesundheit/2013-03/hygiene-gesundheit-immunsystem)

Hygiene kann nach Aussage des Mediziners Detlev Ganten auch negative Auswirkungen haben. Darum sollten Kinder nicht zu sehr vor Schmutz geschützt werden. "Zum Beispiel ist unsere Immunabwehr auf eine schmutzige Welt eingerichtet", sagte der langjährige Präsident der Berliner Universitätsklinik Charité dem ZEITmagazin. Wir bräuchten "den ständigen Umgang mit Bakterien, Pilzen, Viren und Dreck, um sie zu trainieren".

"Wozu ich uneingeschränkt raten kann, ist, Kinder unbeschwert auf dem Land auch mal im Dreck spielen zu lassen, das stärkt das Immunsystem. Wir kennen keine bessere Vorsorge gegen Allergien. Sollen sie barfuß durch den Misthaufen stapfen! Mir ist das auch bekommen", sagte Ganten.

Selbst Würmer, die man früher mit verschmutzter Nahrung aufnahm, könnten der Körperabwehr Gutes tun: "Erwachsene, die als Kinder einmal welche im Darm hatten, erfreuen sich eines besonders guten Immunsystems." Allzu große Reinlichkeit könne auch Krankheiten wie Arthritis befördern. Die modernen, in Städten lebenden Menschen sollten sich als "Kinder der Evolution" begreifen und auf frühere Lebensweisen besinnen.

Ganten ist Professor der Pharmakologie und Präsident des jährlich in Berlin stattfindenden Weltgesundheitsgipfels World Health Summit. Er gehört zu den einflussreichsten deutschen Mediziner und Vorreitern der Gentherapie.