

TauAge Studie

Die TauAge-Studie

Effekt einer täglichen Taurineinnahme für 6 Monate auf Alters- und Stoffwechselbiomarker sowie körperliche Fitness bei 55-75jährigen Frauen und Männern

Warum Taurin?

- Taurin ist eine Aminosäure in der menschlichen Ernährung und wird aus Muscheln, Fisch und Fleisch aufgenommen
- Taurin gibt es als geprüftes Nahrungsergänzungsmittel und laut EFSA (Europäische Behörde für Lebensmittelsicherheit) werden 6g Taurin täglich als sicher eingestuft
- Eine Abnahme der Taurin-Konzentration wurde bei der Alterung von Menschen, Affen und Mäusen beobachtet
- Sinkende Taurinspiegel sind beim Menschen mit erhöhtem Risiko für Adipositas, Diabetes mellitus Typ 2 und anderen Gesundheitsproblemen assoziiert

Was wird untersucht?

Hauptfrage:

Kann Taurin die Geschwindigkeit des Alterns beim Menschen verlangsamen?



Weitere Fragen:

Senkt Taurin den Blutzucker?



Senkt Taurin das Risiko für Herz und Stoffwechselkrankheiten?



Beeinflusst Taurin die Muskelkraft?



Hat Taurin einen Einfluss auf kognitive Parameter?



Ablauf der Studie

Umfangreiche Information
über die Studienteilnahme



Screeningtermin mit Blutabnahme:

Alter 55 - 75 Jahre und Einschlusskriterien erfüllt?



STUDIENBEGINN

Basisuntersuchung und
Ausgabe der Kapseln
(Taurin oder Placebo)



Nach 8 Wochen: erste
Untersuchung nach
Taurineinnahme



Nach insgesamt 24
Wochen: zweite
Untersuchung auf alle
wichtigen Parameter
nach Taurineinnahme



STUDIENENDE

Vorteile bei Studienteilnahme



Laborergebnisse mit ärztlicher Beurteilung



Erhalt von ausführlichen Gesundheitsdaten
(EKG, Ultraschall, Bioimpedanz,
Ruheenergieverbrauch, Fitness-Test,
Kraftmessung)



Teilnahme an Studie
zur Weiterentwicklung
eines besseren Verständnisses
von Stoffwechselgesundheit und
gesundem Altern



Fahrtkosten werden erstattet

KONTAKT & ANFAHRT

Für Kontakt per E-Mail
einfach den QR-Code
einscannen



089/289 249 25



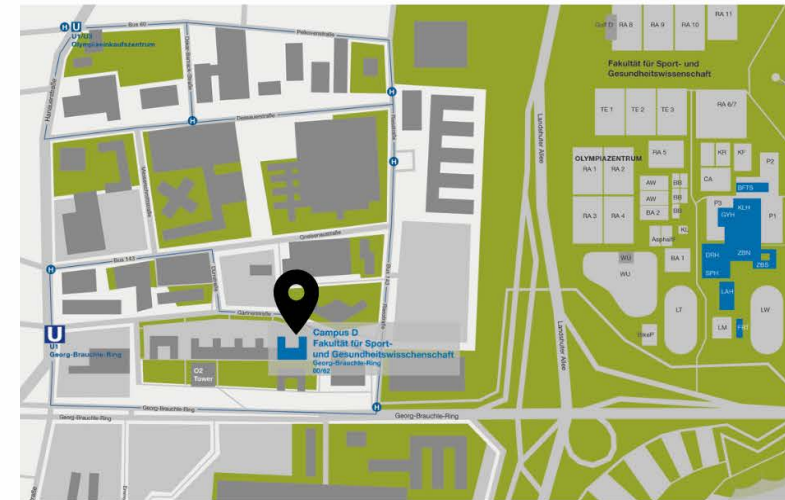
tauage.emed@mh.tum.de



aus Norden über die A9, Ausfahrt 76
M-Schwabing/München/A95/Mittlerer Ring West
B2R (Petuelring) 3km folgen → Riesstraße →
Gärtnerstraße



U-Bahn Linie U1/U7:
Haltestelle Georg-Brauchle Ring
Ausgang "Bus 175 Richtung Ludwigsfeld"
Fußweg am O2-Tower vorbei



Institut für Ernährungsmedizin
Technische Universität München
Uptown München Campus D
Georg-Brauchle Ring 62
80922 München