

## Endlich bewiesen: Süßes macht süchtig

Geschrieben von: Simone Gerwig

---

Dauerhafter Zuckerkonsum kann körperlich abhängig machen. Forscher um Bart Hoebel vom Princeton Neuroscience Institute in New Jersey bestätigten dies kürzlich – zumindest für Ratten. Nachdem sie ihre Versuchstiere über einen längeren Zeitraum hinweg mit gesüßtem Wasser gefüttert hatten, nahmen die Tiere immer mehr Zuckerwasser zu sich. Fehlte der Zucker im Wasser, reagierten die Ratten mit Entzugserscheinungen. Ihr Verlangen nach Süßem war sogar so hoch, dass sie nach dem vorübergehenden Entzug mehr denn je konsumierten. Dieses Verhalten ist auch von drogensüchtigen Menschen bekannt. Es kann durch dauerhafte Veränderungen im Gehirn erklärt werden: Steigt der Spiegel des Botenstoffs Dopamin durch stetigen Konsum des Suchtmittels, so sinkt die Anzahl der Dopaminrezeptoren. Die Folge: Um ein ähnliches Wohlgefühl zu verspüren, ist nun mehr Suchtstoff nötig.