

Länger leben am Lago

In Limone am Gardasee werden die Einheimischen besonders alt – das liegt nicht nur am mediterranen Klima und an der gesunden Ernährung



In Limone nennen sie ihn *il vampiro*, den Vampir. Denn er hat sie alle zur Ader gelassen, alle 1147 Einheimischen. Immer und immer wieder floss ihr Blut, und das seit nunmehr 30 Jahren. Sobald im Ort ein Kind geboren wurde, Cesare Sirtori war zur Stelle, um auch ihm Blut abzuzapfen. Der Professor für klinische Pharmakologie in Mailand konnte nie genug kriegen vom Blut der Limoneser, denn was er da zu sehen bekam, war einzigartig.

Alles begann 1979, als der in Mailand lebende Eisenbahner Valerio Dagnoli für eine Routineuntersuchung in die Universitätsklinik kam. Dagnolis Cholesterinwerte waren alarmierend. Die Adern des Mannes schienen bereits so sehr mit Fett und Kalk verstopft zu sein, wie das normalerweise kurz vor einem Herzinfarkt oder Schlaganfall zu beobachten ist. Doch zur großen Verwunderung des Professors waren Dagnolis Arterien über alle Maßen sauber. Der vermeintlich Kranke erfreute sich, trotz dieser Werte, bester Gesundheit. Sirtori erkundigte sich, woher dessen Familie ursprünglich stammte und machte sich alsbald auf den Weg nach Limone am Gardasee.

Nachdem der Professor das Blut der Limoneser untersucht hatte, war ihm eines klar: Es handelte sich um eine seltene Mutation, die zu einem Protein führt, das in der Lage ist, mit großer Geschwindigkeit Fett und Kalk aus den Adern zu befördern, sodass diese nicht verstopfen. Eine Sensation, die den Professor davon träumen ließ, vielleicht schon bald eine Wunderwaffe gegen Herzinfarkt zu entwickeln. Zwar konnte er das Protein nur bei etwa fünf Prozent der Einwohner nachweisen, doch diese schützt es vor Herz-Kreislauf-Erkrankungen und sichert ihnen damit ein gesünderes und längeres Leben als dem Rest der Menschheit. Nach dem Ort seiner Entdeckung nannte Sirtori das Apolipoprotein A1-Milano, auch wenn die Limoneser bis heute der festen Überzeugung sind, es müsse eigentlich A1-Limone heißen.

Herzinfarkt ist weltweit die häufigste Todesursache in Industrieländern. Laut Statistischem Bundesamt starben 2008 allein mehr als 60 000 Deutsche daran. Das Interesse der Pharmakonzerne ließ deshalb nicht lange auf sich warten. In den USA gelang es zunächst sogar, das A1-Milano künstlich herzustellen. Auch bei Patienten, denen das Protein verabreicht wurde, zeigten sich erste Erfolge. Allerdings ist man bei der Reproduktion des Proteins auf erhebliche Probleme gestoßen, weshalb ein Medikament noch nicht auf dem Markt ist. Bis es so weit ist, lohnt es sich für all jene, denen kein überflüssiges Putzer-Protein regelmäßig die Adern von Kalk und Fett säubert, öfter Urlaub am Lago di Garda zu machen und dort den Ursachen des Geheimnisses näher auf den Grund zu gehen.

Cesare Sirtori forschte seinerzeit in den Geburtsregistern der Gemeinde, wie und warum sich das Protein ausgerechnet bei den Limonesern vererbt hat. Das Ergebnis seiner Recherche ist heute im örtlichen Museum ausgestellt: ein weitverzweigter Stammbaum, der bis ins Jahr 1644 zurückreicht, dem Jahr der Hochzeit von Cristoforo Pomaroli und Rosa Giovanelli. Bis zu diesem Paar lassen sich inzwischen alle genetischen Günstlinge zurückverfolgen. Entscheidend für die Entwicklung des Proteins war auch, dass Limone – anders als die meisten Orte am Gardasee – lange Zeit von der Außenwelt abgeschnitten war.

Mehr als 1000 Meter hoch steigen die schroffen Felswände direkt hinter den Häusern an. Erst 1931 wurde durch den Bau der Gardesana Occidentale, einer mit zig Tunneln in den Fels gesprengten Straße, auch Limone erschlossen. All die Jahre zuvor war der Ort nur mit dem Schiff zu erreichen, und die Limoneser hatten es vorgezogen, sich in ihre direkten Nachbarn zu verlieben, die manches Mal sogar ihre Verwandten waren. Anders als bei vielen vergleichbar iso-

Die Zitronen-Riviera: von Felsen geschützt und vom Seewasser gewärmt

liert lebenden Bergvölkern, hatte die daraus resultierende Genmutation bei den Limonesern jedoch einen positiven Effekt. Professor Sirtori und einige seiner Kollegen machen allerdings auch das ausgeglichene mediterrane Klima und die fettarme vitaminreiche Ernährung für den überdurchschnittlich guten Gesundheitszustand der Bevölkerung mitverantwortlich. Die schützenden Felsmassive und das wärmende Seewasser schaffen hier im Norden Italiens ein Klima, wie es sonst nur weiter im Süden möglich ist. Fische, Oliven und Zitronen gibt es reichlich. Und die Vorfahren der Limoneser, die arme Bauern waren, ernährten sich von dem, was die Natur hergab.

Von dieser ursprünglichen mediterranen Küche ist Valentino Palmisano bis heute fasziniert. Der 28-jährige Neapolitaner ist Küchenchef im ersten umwelt-zertifizierten Resort am Gardasee, dem Lefay. Schon dessen Architektur in den Bergen über Gargnano fügt sich im Stil einer Limonaia harmonisch in eine Landschaft ein, welche die Zitrusfrucht schon seit Jahrhunderten im Namen trägt: die Zitronen-Riviera. Einfach müssten seine Zutaten sein, sagt Palmisano, so einfach, wie seine Kochkunst puristisch ist. Vielen Leuten sei der Respekt vor dem Essen abhandengekommen. „Zehn Jah-

re braucht eine Seebrasse, bis sie drei Kilo auf die Waage bringt“, sagt der Küchenchef, der hauptsächlich lokale Produkte auftischt, weil diese in der Regel frischer, geschmacklich besser und auch umweltverträglicher sind.

In Umweltbelangen ist das vor einhalb Jahren eröffnete Lefay ein Pionierprojekt. Biogasanlage, Heizkraftwerk aus Holzabfällen, Mikroturbinen, Solaranlage und Regenwasserspeicher sichern den Großteil der Energieversorgung. Das 90-Zimmer-Resort soll das Flaggschiff einer Kollektion von weiteren Hotels sein, welche die Eigentümerfamilie Leali noch in Planung hat. Die Lealis verdienen ihr Geld mit Stahl, gründeten später die Fluggesellschaft Air Dolomiti, die sie vor einigen Jahren an die Lufthansa verkauft haben, um nun ins Hotelgeschäft einzusteigen. Das Lefay hat ganzjährig geöffnet, auch das ist eher die Ausnahme am See. Denn für die Wintersaison muss sich ein Hotel schon etwas einfallen lassen, um Gäste an den Gardasee zu locken. Weshalb das Lefay, und auch das ist ein Novum am See, ein Spa mit klassischer chinesischer Heilmethode anbietet.

Zuständig für den medizinischen Part im Resort ist Professor Maurizio Corradin, und der weiß um die positiven Einflüsse des besonderen Wetters am Gardasee: „Mediterranes Klima ist immer ausgeglichener, und Ausgeglichenheit herzustellen, ist auch das Ziel der chinesischen Medizin“, sagt er. Jedoch könne jeder nur selber ändern, was ihm nicht gut tut, lautet Corradins simpler Rat. Doch die Umsetzung scheint alles andere als einfach zu sein. 30 000 Patienten habe er in seinem Leben schon betreut, und nur ein paar hundert hätten von sich behauptet, dass sie wirklich glücklich sind. Ob vielleicht die Limoneser, zumindest die mit der A1-Milano-Variante, glücklichere Menschen sind?

Guglielmo Pace jedenfalls will hundert Jahre alt werden, und die Chancen, dass ihm dies auch gelingt, stehen nicht schlecht. Guglielmo ist zwar gerade erst 20, aber er hat von seiner Mutter Elide das seltene A1-Milano geerbt. Guglielmo, Elide und Onkel Ruggero Fava sind ins Rathaus von Limone gekommen. Elides Cousin Joseph Fava, der stellvertretende Bürgermeister des Ortes, hat seine Verwandten zusammengetrommelt, weil wieder einmal eine neugierige Journalistin um ein Interview mit den Methusalem-Genträgern gebeten hat. Man kennt das ja inzwischen schon. *New York Times*, *National Geographic*, *la Repubblica*, *il Giornale*, alle schon da gewesen, und erst kürzlich hat das japanische Fernsehen im Ort gedreht. Menschenscheu ist man in Limone ohnehin nicht, denn im Jahresschnitt muss der kleine Ort vor allem in der Hochsaison eine Million Übernachtungen verkraften, Tagesausflügler noch nicht einmal mitgerechnet.



In Limone hat sich eine Genmutation vererbt, welche Einheimische wie Guglielmo Pace und seine Mutter Elide vor Herz-Kreislauf-Erkrankungen schützt. Onkel Ruggero Fava (unten) ist auch ohne dieses Gen 84 Jahre alt geworden – dank der hiesigen Lebensart. Diese können auch Urlauber im ersten umwelt-zertifizierten Resort, dem Lefay (oben), genießen. Fotos: mako



Professor Sirtori ist telefonisch zugeschaltet, denn er weilt gerade auf einem wichtigen Kongress, bei dem es um die Auswirkungen der Ernährung auf die Gesundheit geht, und deshalb hat er auch nicht lange Zeit. Wann also gibt es endlich das Medikament, auf das alle warten? „Zwei oder drei Jahre wird es wohl sicher noch dauern. Der Prozess für eine serielle Herstellung des Präparates ist aufwendig und sehr teuer“, sagt er. Also müssen die Limoneser weiterhin zum Blutspenden gehen? Der Professor lacht: „Das bringt aus biochemischer Sicht überhaupt nichts. Für die Behandlung eines einzigen Patienten bräuchte man das Hundertfache der gesamten Proteinmenge Limones.“

Wer genau zur glücklichen Gruppe der Proteinträger gehört – nur in dem kleinen Ort selbst weiß das jeder. Schließlich ist es niemandem rein äußerlich anzusehen, ob er ein fleißiges Putzteufelchen in sich trägt. „Die Tatsache, dass ein Elternteil begünstigt ist, sichert aber noch nicht jedem Nachkommen automatisch den gleichen genetischen Vorteil“, gibt der Professor zum Abschluss noch zu bedenken. Obwohl Joseph Favas Mutter das Protein hat, konnte sie es an ihre beiden Kinder nicht vererben. „Ich hab's nicht“, sagt Josephs Vater Ruggero, „aber ich hab's auch so auf 84 Jahre gebracht.“

In Relation zur Einwohnerzahl leben am Gardasee überproportional viele Menschen, die mehr als 80 Jahre alt werden. In Limone feiert die älteste Proteinträgerin heuer ihren 92sten, und die älteste Limoneserin wird im August 100 Jahre. Auch sie hat das ohne das besondere Protein geschafft. Da möchte man meinen, der Ort der Methusalems habe inzwischen auch seine Infrastruktur auf Senioren ausgerichtet. „Wir haben ein Altersheim für 30 Personen gebaut. Eingezogen sind bislang nur zwei“, sagt der stellvertretende Bürgermeister. Ein Altersheim werde von den Leuten hier nicht angenommen. Es passe nicht zu ihren Lebensgewohnheiten. Die meisten wollten bei ihren Familien leben, so wie Joseph Favas Vater auch. Der arbeitet seit seinem zehnten Lebensjahr in den Limonengärten des Ortes. Doch die alten Limonaie sind längst nicht mehr konkurrenzfähig und taugen inzwischen nur mehr zum Liebhaberobjekt. Limones Ortsname leitet sich aber dennoch nicht vom einstigen Zitronenanbau her, sondern vom lateinischen Wort *limes* – Grenze. Und diese verlief noch bis 1918 direkt hinter Limone und trennte Italien von Österreich.

Wenn man in Limone schon mit Zitronen nichts mehr verdienen kann, dann vielleicht doch mit den A1-Milano-Trägern? „Geld für mein Blut? Nein, das noch nicht. Wenn es helfen würde, wäre ich Millionärin“, sagt Elide und lacht. Ob vielleicht Guglielmo, der zurzeit noch Biotechnologie in Mailand studiert, be-

reits ein interessanter Kandidat auf dem Heiratsmarkt sei? Der Sohn schüttelt den Kopf und schweigt beharrlich. Elide lacht. Wenn sie für sich die Wahl hätte, ihr würde da schon jemand einfallen. Die gelernte Friseurin pupst sich ihren rötlich getönten Haarschopf zurecht. Ein hübscher Mann wie der aktuelle James Bond wäre sicher nicht zu verachten. Guglielmo dreht genervt die Augen, das ganze Heiratsgeplänkel ist ihm sichtlich peinlich. Bond hin, Bond her. Was will die Mama nur von dem Schönling, wenn der für Gardaseeverhältnisse doch zu blöd zum Autofahren ist? Der letzte James-Bond-Film „Ein Quantum Trost“ wurde vor zwei Jahren am Gardasee gedreht. Bei der rasanten Verfolgungsjagd über die enge, kurvenreiche Uferstraße schaffte der Aston Martin eine Kehre nicht und ging außerplanmäßig direkt ins See baden. Und so was bringt dann auch Guglielmo zum Lachen.

Zum Thema Kuppelei fällt Elide eigentlich nur der Professor ein, denn der träume schon lange von einem Supergen-träger. Aber noch nie waren beide Elternteile Träger des A1-Milano-Proteins. Man sieht den Vampir schon regelrecht nach der schier unvorstellbar interessanten Blutzusammensetzung lechzen. Nach einer neuen Sensation, vielleicht gar dem Durchbruch eines lebensverlängernden Medikamentes? Doch die Zeichen für einen Supergen-träger stünden, wie schon seit mehr als 360 Jahren, auch aktuell nicht besonders günstig, sagt Elide. Da werden sich der Professor und der Rest der Welt wohl noch ein wenig gedulden müssen. MARGIT KOHL

Informationen



Anreise: Mit dem Auto ab München in vier Stunden über die Brennerautobahn bis Limone oder Gargnano. Oder mit der Bahn in fünf Stunden bis Rovereto, Rückfahrticket ab 160 Euro, weiter mit dem Bus.
Unterkunft: Lefay Resort & Spa Lago di Garda – Gargnano, Via Angelo Feltrinelli 118, drei Übernachtungen mit Vollpension inkl. zwei Spa-Behandlungen ab 416 Euro pro Person, Tel.: 00 39/03 65 24 18 00, www.lefayresort.com
Weitere Auskünfte: www.rivieraedellimoni.it