

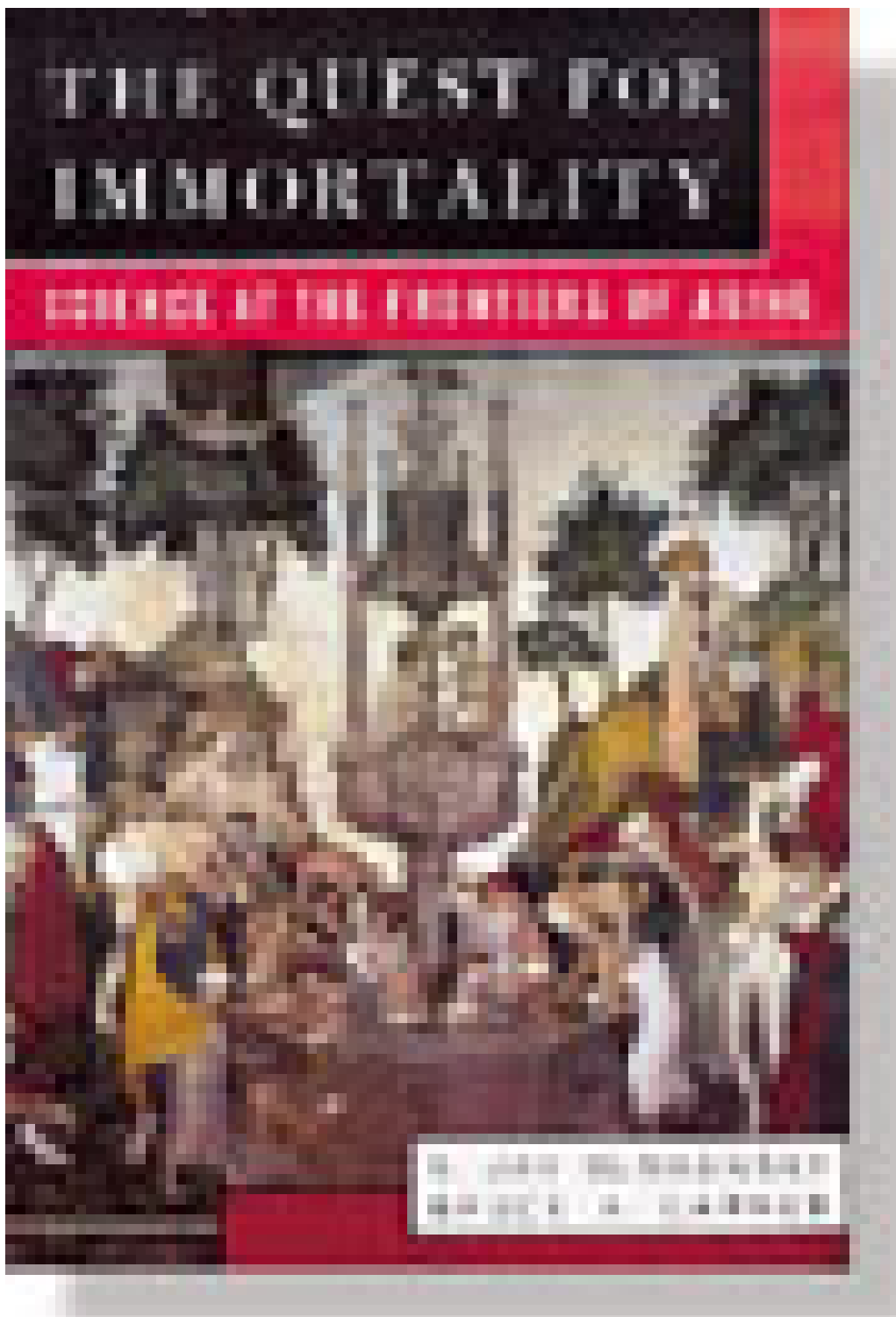
---

# Drømmen om evig ungdom

---

BOKOVERSIKT

---



Gjennom uminnelige tider har mennesker drømt om en evig ungdom, et langt liv, det evigvarende. Vidundermidler som markedsføres som foryngelseskurer, "elixir vitae", er blitt storindustri.

Biologisk sett kan livets mening være å sikre forplantning. Når saken er ordnet, kan livet i og for seg opphøre. Sex og død er biologisk forbundet.

Etter kanskje 130 000 år med mennesket i sin nåværende biologiske utforming, tok "first longevity revolution" knapt hundre år, som følge av dramatisk bedring i de ytre livsbetingelsene. Levetiden ble forlenget fra ca. 45 til ca. 78 år i løpet av hundre år. Den andre revolusjonen, som vi nå er inne i, beskrives som "manufactured time", ekstra leveår fordi vi lever sunnere og bekjemper de

sykdommene som oppstår som en følge av at vi lever lenge. "Entropy of the life table" innebærer at tilleggsgevinsten i økt levetid er marginal ved å bedre overlevelsen for de som er blitt gamle. Kanskje menneskets levetid kan ende på 85 år, og hva bestemmer en biologisk grense?

Når mennesker dør før de rekker å forplante seg, innebærer det en genetisk seleksjonsmekanisme fra naturens side. "Genetic engineering" kan på kunstig måte selektere de sterkeste av menneskets ca. 100 000 gener, men hva med de etiske sidene?

I boken gjennomgås mange av grepene menneskeheten har brukt for å stanse aldringsprosessen: urter, megavitamintilskudd, veksthormon, antioksidanter og mer til. Forfatterne har en kritisk gjennomgang av de påståtte foryngelseskurene. Visst kan alderdommen bedres fysiologisk, men frie radikaler og andre bidragsyteres ubønhørlige økning av DNA-mutasjonene bevirker akkumulert genskade. Verken superoksiddismutase eller telomeraseoppdagelsen innvarsler vitenskapens svar på alderdommens gåte.

Er "compression"- eller "expansion"-teorien om morbiditet og mortalitet den rette? I det spørsmålet konkluderer ikke forfatterne.

Boken er lettlest også for den som ikke kjenner feltet på forhånd. Den inneholder indeks og en oppdatert livstidstabell. Forfatterne avslører sin skepsis til foryngelsesprofetene, og ender opp med personlige anbefalinger for økt livskvalitet, ikke bare økt livslengde.

Til tross for en del gjentakelser: En leseverdige bok skrevet fra et biodemografisk perspektiv!

---

Otto ChristianRø

Statens helsetilsyn

---

Publisert: 20. mars 2002. Tidsskr Nor Legeforen.

© Tidsskrift for Den norske legeforening 2026. Lastet ned fra tidsskriftet.no 24. juni 2026.