

Zeitschrift: Horizonte : Schweizer Forschungsmagazin
Herausgeber: Schweizerischer Nationalfonds zur Förderung der Wissenschaftlichen Forschung
Band: 31 [i.e. 30] (2018)
Heft: 118: Wilder Westen im Untergrund : Ansturm auf die neuen Ressourcen

Artikel: Stärkendes Pulver für alte Muskeln
Autor: Fisch, Florian
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-821414>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 23.02.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Stärkendes Pulver für alte Muskeln

Muskulösere Senioren dank des Nahrungszusatzes Leuzin – das ist die Vision eines Start-ups aus Baar. Ob dies im Alltag funktioniert, prüft eine klinische Studie.

Text: Florian Fisch

Illustration: ikonaut

1. FACHARTIKEL (2014)

Leuzin macht Muskeln

Eine Vermutung wird bestätigt: Eine kanadische Forschungsgruppe findet bei 40 jungen Männern heraus, dass der Zusatz der Aminosäure Leuzin in der Nahrung das Muskelwachstum anregt. Bei der Lektüre des Fachartikels denkt Piero Fontana, Nahrungsmittelentwickler bei einem Schweizer Hersteller für Nahrungsmittelzusätze, aber nicht an Bodybuilder, sondern an alte Menschen. Deren Muskeln reagieren nicht mehr so stark auf Wachstumssignale und bilden sich langsam zurück. Die Folge sind mehr Stürze und Knochenbrüche.

2. PATENTIERUNG (2015)

Geschmack verbessern

Reines Leuzin schmeckt aber furchtbar. Damit die notwendige Menge dieser Aminosäure trotzdem mundet, versteckt sie Piero Fontana in Nahrungsmitteln. Er mischt sie mit Molkenprotein aus der Käseproduktion. Das Resultat sind Shakes und Drinks in Geschmacksvarianten von Cappuccino bis Clementine, die er über seine Firma Omanda in Baar (ZG) an geriatrische Kliniken verkauft. Er entwickelt auch Zubereitungen für Würste und Kekse mit viel Leuzin und meldet insgesamt sieben Patente an.

3. KLINISCHE STUDIE (2018)

Funktioniert's wirklich?

Die neuen Proteinshakes wurden von der Leitung einer klinischen Studie gegen den altersbedingten Muskelschwund am Universitätsspital Zürich entdeckt. Die Hälfte von 800 über 74-jährigen erhält nach einem Sturz oder einer Verletzung eine Kur mit dem Cocktail aus Leuzin und Molkenprotein. Die andere Hälfte erhält ein Placebo: ein für die Studie entwickeltes Getränk ohne Proteine, aber mit gleich vielen Kalorien. Parallel dazu wird der Effekt eines Krafttrainings getestet. Nach 12 Monaten wird sich zeigen, ob der Shake im Alltag tatsächlich nützt.