

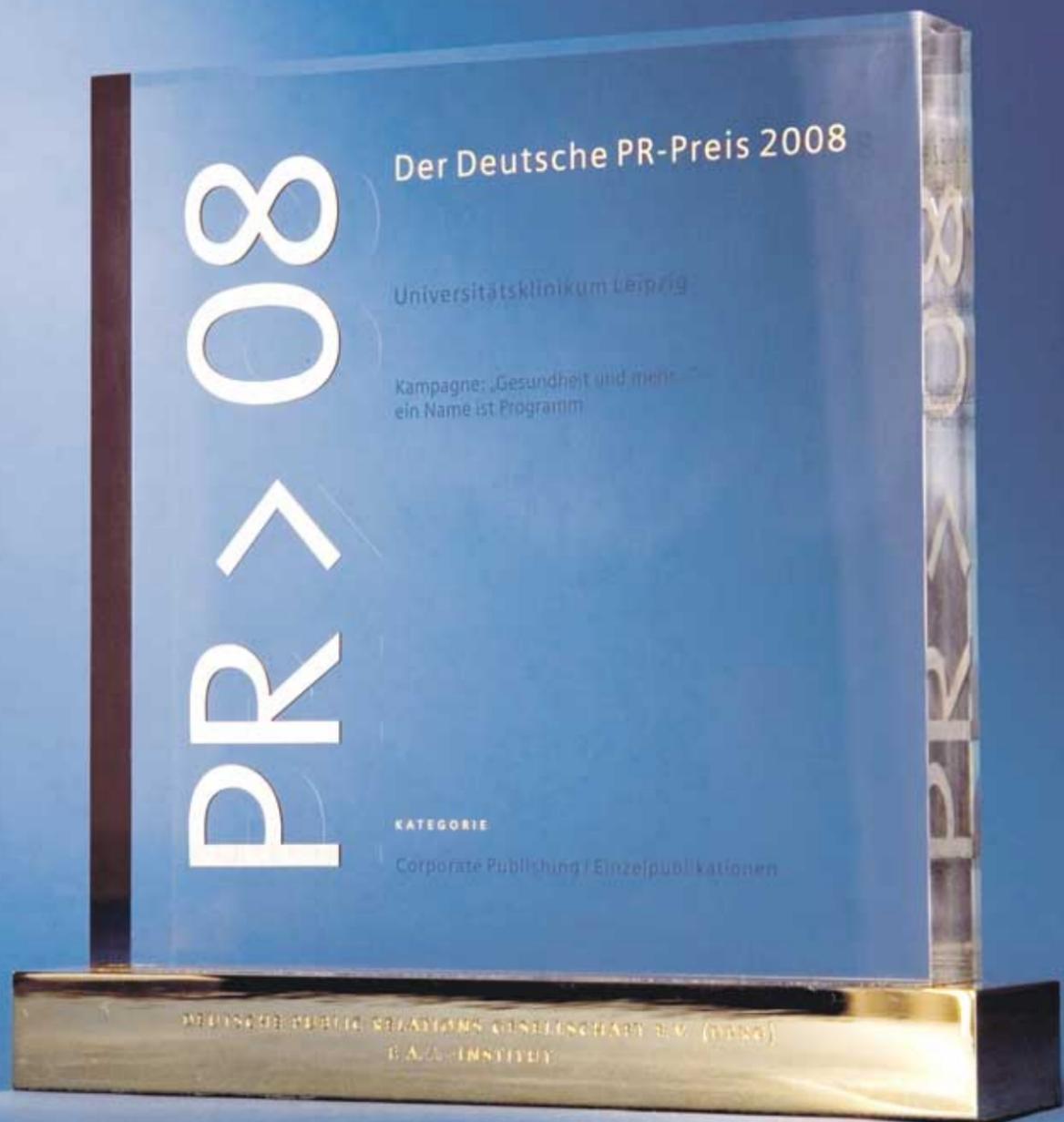
UND MEHR...

20/08 DAS PATIENTENMAGAZIN DES
UNIVERSITÄTSKLINIKUMS LEIPZIG

■ IHR PERSÖNLICHES
GRATIS-EXEMPLAR ■

„Gesundheit und mehr ...“
gewinnt Deutschen PR-Preis

Seite 3



Interview:
Lungenkrankheiten sind
Zivilisationskrankheiten ...4/5

Bluthochdruck:
Experte gibt Ratschläge
zur Selbsthilfe ...9

Ausgabe 20 / 3. Oktober 2008
Gesundheit und mehr...

INHALT

Klinikum intern

Neues aus der
Uniklinik Leipzig 3

Aktuell

Lungenkrankheiten sind
Zivilisationskrankheiten ... 4/5

Klinikum 2008

Zivis –
unverzichtbare Helfer 6

Klinikum 2008

Harter Job Pflegedienst 7

Klinikum 2008

Durchbruch
in Alzheimer-Forschung ... 8

Ratgeber

Mit Bluthochdruck
ist nicht zu spaßen 9

Politik | Wirtschaft

Europäische Staaten
retten Kredithäuser 10

Reise

Türkei 11

Kultur

Paul Newman – Abschied
von einem Giganten. 12

Unterhaltung

Viel Applaus für Roches
Feuchtgebiete 13

Prävention

Falsche Versprechen 14

Wellness & Beauty

Luxus wie bei den Maya ... 15

Kinderseite

Titus träumt von Luft
und Liebe 16

Jugend

Wenn das erste Date naht ... 17

Ihr Geld, ihr Recht

Nicht gleich auf die Bahn-Aktie
aufspringen 18

Soziales

Gesundheitsfonds bleibt
umstritten 19

Sport

Der Doktor rast
zum achten Titel 20/21

Rätselserie

..... 22

Veranstaltungshinweise |
TV-Tipps 23

Steckbrief | Impressum. 24

KOPF DER WOCHE

Horst Seehofer, Bundesverbraucherminister



Foto: dpa

Horst Seehofer weiß genau, was passieren wird. Während Erwin Huber und Günther Beckstein durch die Tiefgarage zur Krisensitzung der engsten CSU-Spitze kommen, nimmt Seehofer den Weg vorbei an den Kameras: Ein Tumult entsteht, Fotografen und Fernsehteams reißen sich um den CSU-Vize. Alle Augen auf Seehofer – das ist der Eindruck, den der ausgebuffte Medienprofi nur allzu gerne transportiert wissen will. Aber der Traum von einem schnellen Wechsel an die CSU-Spitze erfüllt sich zunächst nicht. CSU-Chef Erwin Huber kämpft. Und in München besteht kein Zweifel daran, dass Huber auch wegen der Person Seehofer diesen Kampf führen will.

Schon 2007 waren Huber und Seehofer gegeneinander angetreten. Über Monate lieferten sie sich einen parteiinternen Wahlkampf. Dass am Ende Huber zum Nachfolger Edmund Stoibers gewählt wurde, ließ Seehofers Ehrgeiz nicht erlahmen. Auf diesem Parteitag habe er keine Chance gegen das Tandem Huber und Günther Beckstein gehabt, sagte Seehofer kurz darauf. Die Betonung lag auf „auf diesem Parteitag“. Die Freunde des 59-Jährigen verbreiten schon lange, dass Seehofer bei der nächsten Gelegenheit wieder auf der Matte steht. Tatsächlich ist er vielen in der CSU zum Hoffnungsträger geworden, weil er Gelassenheit und Charme versprüht.

Dabei gleicht das politische Leben Seehofers einer Berg- und Talfahrt: Er gehörte seit 1989 allen von der Union geführten Bundesregierungen an, unter Helmut Kohl bis 1998 als Arbeits-Staatssekretär und Gesundheitsminister, unter Angela Merkel seit 2005 als Verbraucherminister. Doch Merkel hätte Seehofer in den Oppositionsjahren fast die Karriere gekostet: Damals stritten die beiden so heftig über die Gesundheitspolitik, dass Seehofer als Unions-Fraktionsvize zurücktreten musste. Nur auf Druck Edmund Stoibers, der die enorme Popularität Seehofers als unverzichtbar ansah, holte Merkel diesen in ihr Kabinett. Der Ingolstädter hat aus diesem Streit seine Lehren gezogen. Er ist Merkel als Minister kein einziges Mal in die Parade gefahren.

Doch es gibt auch ein anderes Bild Seehofers. Nach diesem ist er ein Egoist. Einer, der immer wieder Alleingänge macht. Und einer, der seine Popularität auf Populismus gründet. Huber gehört zu denen, die so denken. Huber brachte schon seine Truppen in Stellung, um seinen Sturz und außerdem auch Seehofer zu verhindern. Süffisant wurde aus diesen Kreisen berichtet, dass Seehofer sich mit keiner einzigen Silbe im Vorstand an der Wahlanalyse beteiligt habe – ein Führungsanspruch sehe anders aus. *Johanna Roehrl*

MELDUNGEN

Gripeschutz für werdende Mütter

Eine Gripeschutzimpfung ist nach Ansicht von Experten auch für werdende Mütter sinnvoll. Fallen das zweite und das dritte Schwangerschaftsdrittel in die Influenza-Saison, sei eine Impfung ratsam, erklärt Michael Wojcinski von der Arbeitsgemeinschaft Impfen des Berufsverbandes der Frauenärzte (BVF) in München. Werdende und frisch gebackene Mütter seien bei einer Grippe vermehrt von schweren Komplikationen wie Lungenentzündungen betroffen. Und die Gabe von Medikamenten sei bei Schwangeren oft bedenklich. Lässt sich eine Frau nach dem ersten Schwangerschaftsdrittel mit einem Totimpfstoff immunisieren, sind laut Wojcinski keine Gefahren für Mutter und Kind zu erwarten. Ungeschützt bestehe bei einer Influenza-Infektion dagegen zum Beispiel das Risiko, dass plötzliches hohes Fieber eine Frühgeburt auslöst. Und eine Erkrankung nach der Geburt könne so anstrengend sein, dass der Mutter das Stillen unmöglich wird. *dpa*

Apotheken-Notdienst mit neuer Nummer

Unter der Rufnummer 22833 erhalten Verbraucher ab sofort Auskunft über Nacht- und Notdienstapotheken in ihrer Nähe. Das teilt die Bundesvereinigung Deutscher Apothekerverbände (ABDA) in Berlin mit. Der neue Service hilft, bundesweit rund um die Uhr die zuständige Notdienst-Apotheke zu ermitteln. Per Anruf, SMS oder Internet kann der Service genutzt werden. Beim Anruf mit dem Handy fallen laut ABDA unabhängig vom Mobilfunknetz 69 Cent pro Minute an. Ein Anruf aus dem deutschen Festnetz kostet 50 Cent pro Minute. Dabei muss vor der Nummer zusätzlich 0137 888 gewählt werden. *ddp*

Wasem will Fonds verschieben

Der Gesundheitsökonom Jürgen Wasem plädiert für eine Verschiebung des Gesundheitsfonds. „Die Unsicherheiten für die Kassen sind zu groß“, sagte der Professor für Medizinmanagement an der Uni Duisburg-Essen. Bei weniger einschneidenden Änderungen im Gesundheitswesen habe es oft fünfjährige Übergangsfristen gegeben. „Mindestens ein Jahr wäre auch für den Gesundheitsfonds angemessen.“ Wasem rechnet mit einem Anstieg von derzeit knapp 15 auf 15,5 bis 15,7 Prozent. Der Beitragssatz des Fonds werde über Jahre hinweg stabil sein, sagte er. Allerdings müssten sich die Versicherten mittelfristig über Zusatzbeiträge an ihre Krankenkassen mit insgesamt acht bis neun Milliarden Euro an den steigenden Gesundheitsausgaben beteiligen. *epd*

REIZTHEMA

Sorgen ums Sorgentelefon

Die Stiftung Deutsche Depressionshilfe will ein bundesweites Beratungstelefon einrichten, hat aber kein Geld dafür. Ein halbes Jahr seit Bestehen der Stiftung sei die Nachfrage sehr hoch, sagte Stiftungsvorsitzender Ulrich Hegerl. „Es gibt eine irre Zahl von Menschen, die Hilfe suchen und brauchen – Betroffene wie Angehörige und Freunde.“ Das Stiftungskapital sei jedoch noch zu gering für die ständige Betreuung einer Servicenummer. „Wir stoßen momentan an unsere Grenzen.“ Jeder zweite Deutsche hat laut Hegerl schon einmal direkt oder indirekt Kontakt mit dem Thema Depression gehabt.

Seitdem Entertainer Harald Schmidt Schirmherr der Stiftung ist, habe sie zahlreiche Anfragen bekommen, sagte Hegerl. „Betroffene riefen an und hatten das Gefühl, sie kommen aus der Ecke heraus, in die sie aufgrund der Krankheit gedrängt sind“, sagte Hegerl. „Die Betroffenen schöpfen durch die öffentliche Kampagne Mut, sich Hilfe zu holen und offener mit der Erkrankung umzugehen.“ Schmidts Humor sei sehr hilfreich bei der Aufklärungsarbeit. Auf der Internetseite der Stiftung sagt er: „Vier Millionen Depressive in Deutschland – das kann nicht nur am Fernsehprogramm liegen.“ Der Fernsehmoderator und Kabarettist

sei die erste Wahl als Schirmherr gewesen, weil er „im Kern eine humane Ader“ habe, sagte Hegerl.

Die neue Stiftung habe „viele Hoffnungen geweckt“, könne aber Erwartungen wie Beratung per Telefon noch nicht erfüllen. Einen Teil der Anfragen könne die Internetseite des Kompetenznetzes Depression, Suizidalität beantworten, die täglich 3000 Nutzer öffneten. „Auf unserem Forum tauschen sie sich aus; es muss aber von einem Facharzt moderiert werden, damit die Diskussion nicht aus dem Ruder läuft, zum Beispiel wenn falsche Ratschläge propagiert werden.“

Forschung, Informationsvermittlung und Fortbildung für Ärzte will die Stiftung künftig verbessern und ausbauen. So soll die Gründung von regionalen Bündnissen gegen Depression gefördert werden. In den nächsten Jahren soll ein Kapitalstock aufgebaut werden, um solche Projekte möglich zu machen, sagte Hegerl. Bislang bekäme die Stiftung Kleinspenden, „aber eine Stelle können wir davon nicht finanzieren.“ Zudem lief die Förderung der EU für den Forschungsverbund Kompetenznetz Depression, Suizidalität aus. Dabei hätten 17 europäische Länder Informationsmaterial für die Öffentlichkeit von der Stiftung übernommen und übersetzt. *Sebastian Döring*

AUSZEICHNUNG

PR-Oscar fürs Patientenmagazin

Großer Jubel der Leipzig-Fraktion bei der Gala zur Verleihung des Deutschen PR-Preises im Wiesbadener Kurhaus: „Gesundheit und mehr ...“, die erfolgreiche Koproduktion der Uniklinik Leipzig und der Leipziger Volkszeitung, erhielt die Trophäe.

Die 31-köpfige Jury würdigte bei der Preisverleihung in der Kategorie Corporate Publishing die konsequente Umsetzung des redaktionellen Konzeptes, die journalistische Qualität der Beiträge und die Gesamtidee des Projektes, das in dieser Form deutschlandweit einmalig sei. Der Pressesprecher des Universitätsklinikums Leipzig (UKL) und Chefredakteur des Patientenmagazins, Heiko Leske, nahm den Preis aus den Händen von Ulrich Nies, Präsident der Deutschen Public Relations Gesellschaft (DPRG), entgegen. „Ich bin überglücklich, dass wir uns gegen die starken Mitbewerber wie die Bayer AG Leverkusen durchsetzen konnten“, freut sich der Leipziger PR-Prof, der bereits im April für die Kampagne zur Eröffnung des Zentrum für Frauen- und Kindermedizin den PR-Report Award erhalten hatte.

„Wir freuen uns über diesen bedeutenden Preis“, sagt Matthias Wokittel, Kaufmännischer Vorstand des Klinikums. „Diese Ehrung ist auch deshalb so hoch zu bewerten, weil wir mit einem kleinen Team, einem vergleichsweise geringen Budget und viel Engagement effektiv und erfolgreich arbeiten.“

Leske gibt die Anerkennung des Vorstandes und seinen Dank gern an die Macher der Zeitung

scheint seit Mai 2005 alle 14 Tage und enthält aktuelle Themen zum Universitätsklinikum

ziales, Kultur und Lifestyle. Die Redaktion und Produktion liegen in den Händen des Wirt-

tenlos in allen Ambulanzen und Kliniken des UKL. Darüber hinaus wird es in 2000 Arztpraxen in der Region Leipzig verteilt. Die Koproduktion der beiden großen Leipziger Unternehmen ist auch im Internet abrufbar.

Der Deutsche PR-Preis wird von der Deutschen Public Relations Gesellschaft und dem F.A.Z.-Institut für Management-, Markt- und Medieninformationen GmbH in 21 Kategorien ausgelobt. In dem zweistufigen Wettbewerb wählte die Jury, der Wissenschaftler, PR-Berater, Agenturchefs und PR-Chefs großer Unternehmen angehören, aus 350 eingereichten Beiträgen zunächst die 46 Nominierungen für die Shortlist aus. Unter den Wettbewerbsteilnehmern sind rund 60 Prozent der Dax-Unternehmen, sowie fast alle großen PR-Agenturen Deutschlands vertreten. Die Gala-Moderatorin Anja Kohl beschrieb die Auszeichnung vor den 600 Gästen in Wiesbaden als „den deutschen PR-Oscar“.

Bernd Hilder, Chefredakteur der Leipziger Volkszeitung, gratuliert dem Universitätsklinikum und der Wirtschaftsredaktion auf das Herzlichste. „Beide Partner haben ein innovatives Produkt auf den Markt gebracht, das Modellcharakter für andere Kliniken hat.“ Zusammen mit dem Universitätsklinikum, ist Hilder überzeugt, werde es noch viele weitere Ausgaben von „Gesundheit und mehr ...“ geben.



Ausgezeichnete Zusammenarbeit: UKL-Pressesprecher Heiko Leske (r) und LVZ-Mitarbeiter Frank Schmiedel mit dem Deutschen PR-Preis 2008. Foto: Ines Christ

weiter, allen voran Frank Schmiedel, der das Produkt redaktionell betreut.

Leipzig, zu Gesundheitsfragen, neuen Forschungsergebnissen und Trends in der Medizin, aber auch Beiträge aus den Bereichen Sport, Wirtschaft, So-

schaftsressorts der Leipziger Volkszeitung, gedruckt wird das Magazin in der Stahmelter Druckerei der LVDG. „Gesundheit und mehr ...“ gibt es kos-

AUGENHEILKUNDE

Einziges Klinik mit EVI-Zertifikat in Ostdeutschland

Als erste Augenklinik in Ostdeutschland wurde die Klinik und Poliklinik für Augenheilkunde des Universitätsklinikums Leipzig jetzt vom European Vision Institute (EVI), dem europaweiten Zusammenschluss führender Forschungseinrichtungen der Augenheilkunde, zertifiziert. „Wir sind sehr stolz, die geforderten hohen Qualitätsstandards erfüllt zu haben“, so Prof. Dr. Peter Wiedemann, Direktor der Leipziger Uni-Augenklinik. Bei der Zertifizierung wurde nicht nur die apparative Ausrüstung bewertet, sondern auch die standardisierte Bedienung der Geräte. „Ärzte, medizinisch-technische Assistenten und Fotogra-

fen haben sich mit Zusatzausbildungen qualifiziert, um eine standardisierte Bedienung der Geräte zu gewährleisten“, erläuterte Prof. Wiedemann. „Dies ist wichtig, um eine einheitliche Messmethodik bei allen EVI-Mitgliedskliniken zu erreichen. Damit werden die klinischen Studien international vergleichbar. Mit dem Zertifikat haben wir es sozusagen schriftlich: Die Leipziger Augenklinik kann im Kreis der führenden Forschungseinrichtungen der Augenheilkunde in Europa mithalten.“

Für die Patienten der Leipziger Augenklinik verbessert sich durch die nunmehr festgeschriebenen

EVI-Standards die Betreuung. „Zum einen werden unsere Patienten mehr Möglichkeiten haben, an Studien teilzunehmen, was ja immer mit einer sehr intensiven Betreuung und der Chance auf die neuesten Medikamente und Therapien verbunden ist“, sagte Prof. Wiedemann. „Zum anderen wird durch die hohen Qualitätsstandards, die wir erfüllen müssen, auch das Niveau der Standardbetreuung gehoben. Die EVI-Zertifizierung strahlt auf den Alltag der Klinik zurück, weil international standardisierte Verfahren angewendet werden, um Krankheiten zu diagnostizieren, zu behandeln und zu dokumentieren.“



Prof. Dr. Peter Wiedemann, Direktor der Leipziger Uni-Augenklinik. Foto: ukl

BAKTERIOLOGEN

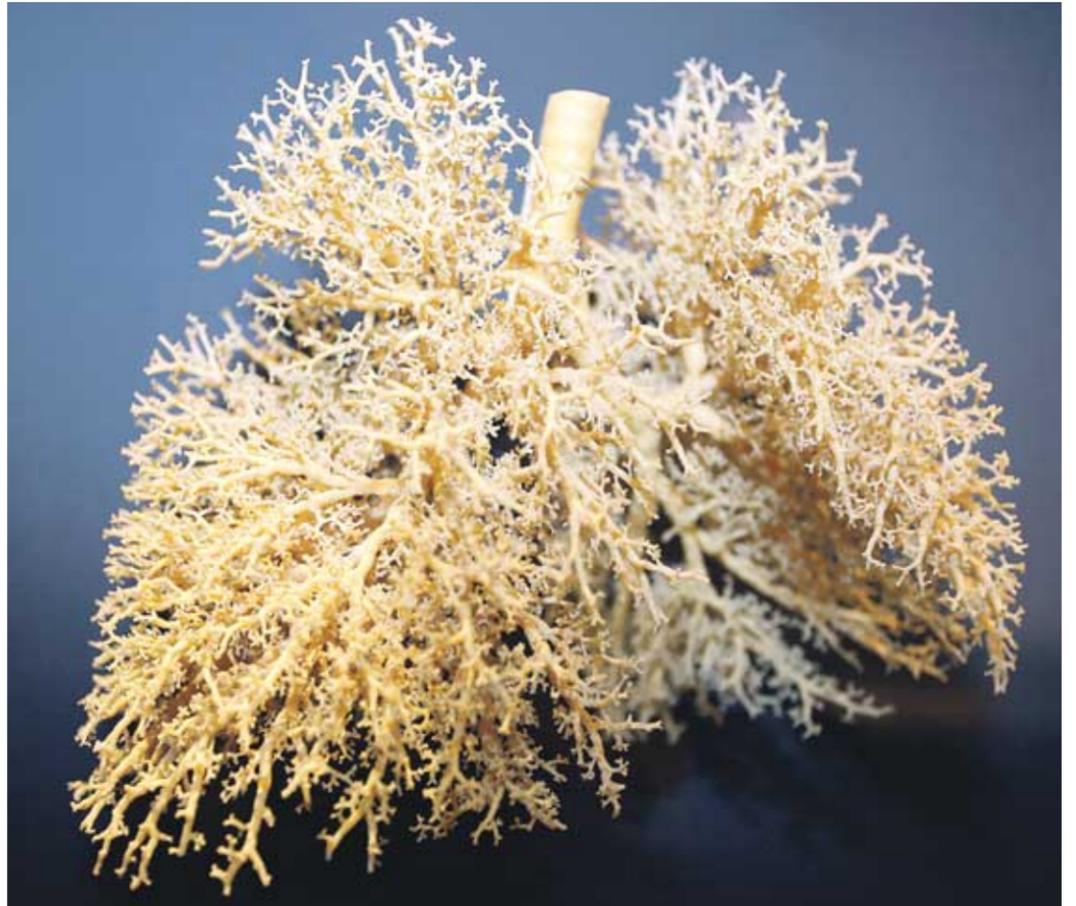
Expertentreffen in Leipzig

Das internationale Who is Who der Forschung zum Bakterium Clostridium difficile traf sich Ende September in Leipzig. „Im Mittelpunkt der Diskussionen der etwa 150 Experten aus aller Welt wird das Auftreten hochpathogener Stämme des Durchfallerregers in Europa stehen“, so Prof. Dr. Arne C. Rodloff, Direktor des Instituts für Medizinische Mikrobiologie und Infektionsepidemiologie an der Medizinischen Fakultät der Universität Leipzig und Präsident der Tagung. Die aus den USA und Kanada stammenden Bakterien bilden extrem starke Giftstoffe und sind derart aggressiv, dass bei Betroffenen unter Umständen der Dickdarm komplett entfernt werden muss. Im Einzelfall kann die Erkrankung laut Professor Rodloff einen tödlichen Verlauf nehmen. unl

Ausgabe 20 / 3. Oktober 2008
Gesundheit und mehr...



Prof. Dr. Hubert Wirtz, Leiter der pneumologischen Abteilung. Foto: ukl



Der Bronchialbaum der Lunge. Foto: dpa

Lungenkrankheiten sind Zivilisationskrankheiten ... –

Anlässlich des 11. Deutschen Lungentages am vergangenen Sonnabend sprach Bettina Hennebach mit Prof. Dr. Hubert Wirtz, Leiter der pneumologischen Abteilung am Uniklinikum, über die schwersten Lungenkrankheiten und darüber, wie betroffene Patienten aktiv ihre eingeschränkte Lebensqualität verbessern können.

Frage: Welche Lungenkrankheiten halten Sie aktuell für die gefährlichsten?

Prof. Dr. Wirtz: Eine schlimme und häufig vorkommende Lungenerkrankung ist natürlich der Lungenkrebs. Das ist sicherlich eine der Erkrankungen, gegen die man noch am wenigsten tun kann. Zumindest dann, wenn die Patienten in einem Zustand kommen, wo die Lungenkrankheit schon relativ weit fortgeschritten ist und wo man zum Beispiel nicht mehr operieren kann. Eine Bestrahlung und eine Chemotherapie sind dann die Alternativen und auch gute Behandlungsmethoden, allerdings kann in späten Stadien das Leben auf Dauer oft nicht mehr gerettet werden. Eine andere auch sehr ausgeprägte Erkrankung ist häufig bei solchen Menschen vorhanden, die sehr viel in ihrem Leben geraucht haben – man nennt sie COPD oder chronische Bronchitis. Durch das Rauchen sind die Atemwege sehr entzündet oder haben sich verengt, viel Schleim ist vorhanden – das sind die Kennzeichen der chronischen Bronchitis. Eine andere Komponente kann noch hinzutreten, das Lungenemphysem,

und zu dem Krankheitsbild der COPD beitragen. Emphysem heißt, dass Struktur von der Lunge verloren ist und statt kleiner Lungenbläschen große Lungenbläschen vorhanden sind. COPD ist eine schwere Lungenerkrankung, bei der man mit Medikamenten relativ wenig ausrichten kann. Man kann zwar Beschwerden mildern, aber den Verlauf der Erkrankung nicht wesentlich verändern und für die Patienten einen befriedigenden Zustand schaffen. Denn Dinge wie Treppen steigen und Einkaufen gehen sind meist in späten Stadien für die Patienten nicht mehr möglich.

Welche Verbesserungen bezüglich dieser Krankheiten erhoffen Sie sich von der Forschung in den nächsten Jahren?

Für den Lungenkrebs gibt es momentan einige Hoffnungen, gerade sind neue biologische Medikamente auf den Markt gekommen. Diese beginnen langsam, die Krankheit in ihrer schlechten Prognose zu ändern, sind aber leider noch sehr teuer. Ein ähnliches Früherkennungssystem wie bei anderen Krebsarten wäre noch wünschenswert und befindet sich auch in Entwicklung. Bisher vertraut man hauptsächlich auf röntgenologische Verfahren, die aber in ihrem breiten Einsatz umstritten sind – erstens wegen der Strahlenbelastung und zweitens auch, weil die Effizienz noch nicht hundertprozentig erwiesen ist.

Aber die Früherkennungstests

müssten dann auch von den Menschen, die wie zum Beispiel starke Raucher ein erhöhtes Lungenkrebsrisiko haben, genutzt werden. Viele Menschen gehen ja erst dann zum Arzt, wenn sie Beschwerden haben.

Das ist genau der Punkt. Das ist aber auch bei anderen Krebsarten wie Brustkrebs und Darmkrebs so: Es gibt einen ganzen Anteil von Menschen, die genau wissen, dass sie ein gewisses Risiko haben und trotzdem nicht gerne zu solchen Früherkennungsuntersuchungen kommen. Die wird man dann auch mit einem schnellen, einfachen Test, der keine große Hürde darstellt, kaum erreichen können. Aber es gibt auch ganz viele andere Menschen, die eine geringere Hemmschwelle haben, solch einen Test zu machen. Da sind die Menschen eben einfach unterschiedlich – man wird nicht immer alle erreichen können aber wenn man mehr erreicht als heute, dann wäre das auch schon ein Gewinn.

Haben Sie Verständnis für Raucher, die selbst nach einer Lungenkrebsdiagnose nicht mit dem Rauchen aufhören können?

So traurig es ist, wenn man das sagen muss, aber die Behandlung ist oft nicht mehr davon abhängig, ob der Patient weiter raucht oder nicht. Denn der Schaden ist schon gesetzt. Meistens spielt das also keine große Rolle mehr. Natürlich – manchmal werden die Lungen durch die Behandlung dermaßen zusätzlich belastet,

dass es schon wünschenswert wäre, dass nicht noch weitere Schäden auftreten. Aber wir wissen genau, dass ein Teil der Patienten auch während der Behandlung nicht mit dem Rauchen aufhören kann und es unter dem Stress der Erkrankung noch viel schwerer hat als vorher, mit dem Rauchen aufzuhören.

Haben Sie dann in der Klinik auch die Möglichkeit, die Patienten psychologisch zu betreuen?

Psychologische Betreuung wäre sehr wünschenswert, wird allerdings nicht häufig gemacht und auch nicht immer vom Patienten akzeptiert. Dafür sind auch leider die Kapazitäten – sowohl hier im Haus als auch überhaupt – nicht ausreichend, um alle Patienten psychologisch zu betreuen. Aber einen gewissen Teil können wir schon durch ein eigenes internes Programm in der akuten Phase psychologisch unterstützen. Die Mitarbeiter der Abteilung für onkologische Psychotherapie kommen zu Patienten von uns, bei denen wir merken, dass die Diagnose besondere Probleme auslöst, zum Beispiel weil die Kranken nicht gut in verwandtschaftliche Beziehungen eingebunden sind. Zusätzlich gibt es Unterstützung durch eine Schwester, die sich besonders um terminal Kranke kümmert, also Menschen, die innerhalb der nächsten Wochen mit dem Eintritt des Todes rechnen müssen. Wenn der Patient das möchte, kann er auch Gespräche mit Seelsorgern der evangelischen und katholischen

Kirche führen. Diese Angebote werden sogar ziemlich gut angenommen, die Mitarbeiter sind dabei sehr engagiert.

Würden Sie sagen, dass Lungenkrankheiten insgesamt hauptsächlich Zivilisationskrankheiten sind?

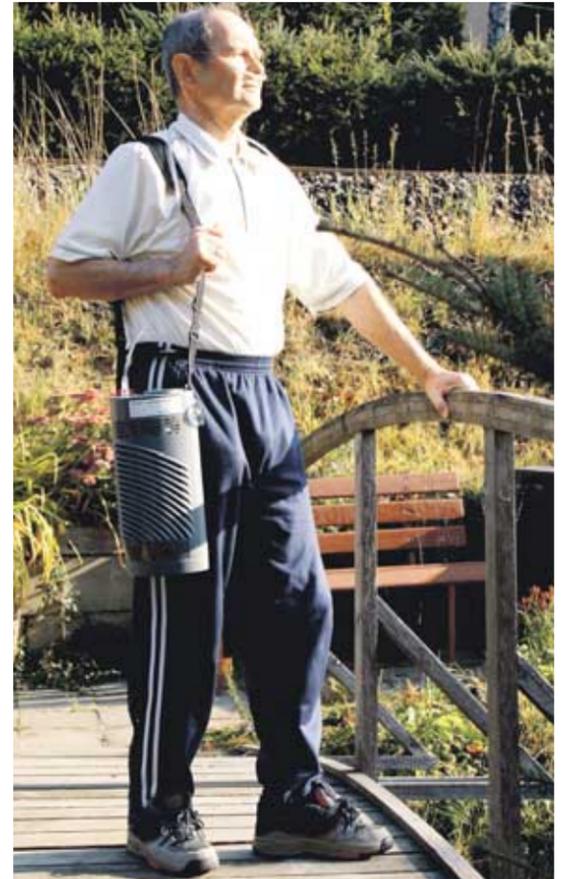
Ja, Lungenkrankheiten sind auf jeden Fall Zivilisationskrankheiten. Dass es so ist, kann man ja am Rauchen ganz klar erkennen. Abgesehen vom Rauchen ist die Luftverschmutzung noch eine weitere menschengemachte Problematik. Wenn das alles wegfallen würde, dann wären nur noch ein paar originale Lungenkrankheiten übrig, wie zum Beispiel die Lungenfibrose und das Asthma. Wobei auch für das Asthma zutrifft, dass die Zivilisation eine besondere Rolle spielt, was man daran erkennt, dass in besonders zivilisierten und hygienischen Verhältnissen das Asthma eher mehr vorhanden ist als in Verhältnissen, wo das nicht der Fall ist. Aber da sind die letzten Zusammenhänge noch nicht entdeckt, nach neueren Forschungserkenntnissen spielt anscheinend auch die Nahrung der werdenden Mutter eine entscheidende Rolle. Je mehr diese allergisierende Substanzen enthält, desto eher könnte es sein, dass sich beim Kind ein Asthma ausprägt. Man erkennt ganz klar Zusammenhänge mit dem Verhalten von sowohl den Eltern als auch dem Kind in den frühen Jahren und mit den umgebenden Verhältnissen, in denen der Mensch aufgewachsen ist.



Mit dem Lungenfunktionstest wird die Leistungsfähigkeit des Atmungsorgans getestet.
Foto: dpa



Die Atemgeräusche verraten einem Fachmann schon sehr viel über die Lunge.
Foto: dpa



Ein Patient trägt zur Versorgung seiner Atemwege ein mobiles Sauerstoffgerät.
Foto: ukl

... Experte Prof. Dr. Wirtz im Interview

Bei der Entstehung einer Lungenfibrose soll das langjährige Einatmen von bestimmten Substanzen wie zum Beispiel Taubenkot und Asbest auch eine Rolle spielen. Welche?

Es gibt eine Reihe von Lungenerkrankungen, die zu einer Lungenfibrose führen können. Die Auslösung durch inhalierte organische Moleküle gehört dazu. Diese Moleküle können von Schimmel stammen, von Pflanzen, von allen möglichen Arten von Organen oder eben von besonderen Umständen, die das Vorhandensein der Moleküle in der Luft fördern. Jemand, der zum Beispiel Klimaanlage repariert, kommt mit Sporen von Pilzen, die sich im Filter der Anlagen festsetzen, in Berührung. Oder jemand, der mit faulenden Weintrauben zu tun hat, kann Organismen einatmen, die allergisierend wirken. Es gibt viele Berufe, die damit zu kämpfen haben, dass sie einem Aerosol in der Luft ausgesetzt werden, in dem solche Moleküle enthalten sein können. Diese Menschen können dann eine Immunreaktion bekommen, die am Ende zu einer Lungenfibrose führen kann, wenn sie nicht gleich erkannt wird. Im Allgemeinen ist die Lungenfibrose aber eine eher seltene Krankheit.

Kann die Lungenfibrose auch als Nebenerkrankung von Lungenkrebs auftreten?

Die Lungenfibrose eher nicht, aber die Luftnot als Symptom, das auch bei Lungenfibrose cha-

rakteristisch ist, sowie die verminderte Belastbarkeit der Patienten. Luftnot ist in der Pneumologie eindeutig das Hauptsymptom. Ein weiteres wichtiges Symptom ist der Husten, und außerdem muss man sich anschauen, was herauskommt – das nennen wir den Auswurf, der auch gefärbt sein kann: gelblich-grünlich spricht eher für eine Entzündung, dann sind Bakterien in der Lunge, wenn er aber rötlich gefärbt ist, kann das zum Beispiel auf eine Tumorerkrankung hindeuten. Bei einer Lungenfibrose hat man nur den Husten aber typischerweise gar keinen Auswurf – anhand dieser klassischen Symptome erhält man schon die ersten Anhaltspunkte.

Wenn die Patienten eine Lungenfibrose haben, geht diese oft neben der geringeren Belastbarkeit mit Beschwerden wie vermehrter Müdigkeit einher. Manche Patienten ziehen sich dann vom gesellschaftlichen Leben zurück, sitzen zu Hause und bewegen sich wenig. Führt das nicht unweigerlich zu einem Teufelskreis?

Wenn es erst einmal so ist, dass man sich weniger bewegen kann, dann nehmen auch die damit verbundenen Probleme zu, das ist vollkommen richtig. Das kann so weit gehen, dass jemand an Gewicht zulegt, weil er nur noch wenig Energie für die Bewegung verbraucht. Wenn er sich aber auf gleiche Art und Weise weiter ernährt, dann wird er im Vergleich zu vorher einen Überschuss an Energie haben und ein

anderes Niveau von Körpergewicht erreichen. Was wir dann bei manchen Patienten feststellen: Mit dem vermehrten Gewicht wird die Beweglichkeit noch schlechter, weil mehr Energie und auch mehr Luft verbraucht werden, um dieses erhöhte Körpergewicht zum Beispiel die Treppe hochzubewegen. Diesem Kreislauf kann man vorbeugen, aber das gelingt eben nicht immer. Der Patient bekommt in der Situation der Lungenerkrankung noch Medikamente, die beispielsweise Kortison enthalten, was wieder eine Gewichtszunahme begünstigt. Das ist durchaus ein Problem.

Kann der betroffene Patient da selber wieder herausfinden?

Ja, er kann sehr diszipliniert versuchen, sein Körpergewicht konstant zu halten oder sogar noch ein bisschen nach unten zu drehen. Das gelingt dadurch, dass man versucht, dem verstärkten Appetit, der mit dem Kortison verbunden ist, entgegenzuwirken, indem man statt energiedichter Nahrung wie Käse oder Wurst energiearme Nahrung wie Gemüse zu sich nimmt. Wer das einigermaßen diszipliniert macht, der wird auch Erfolg haben.

Die eventuell im Krankenhaus begonnene Diät kann der Patient also konsequent zu Hause weiterführen. Wie ist es mit der Sauerstofftherapie bei Lungenerkrankungen?

Da gibt es heute unterschiedli-

che Systeme, die sich sehr gut für den Heimgebrauch eignen. Wenn man außer Haus geht, gibt es tragbare Geräte mit Flüssigsauerstoff, die sehr praktikabel sind. Solch ein System in mittelgroßer Form kann man dann auch ins Auto packen und 14 Tage irgendwohin fahren, das Gerät dann dort ins Hotelzimmer stellen und ein kleines tragbares Gerät für Spaziergänge durch den Wald verwenden. Außerdem sind die großen Sauerstoff-Provider heute in der Lage, in vielen europäischen Ländern und sogar an exotischen Plätzen Sauerstoffsysteme bereitzustellen, die das dann wieder auffüllen oder ersetzen können. So kann jemand, der Sauerstoff braucht, durchaus nach Mallorca fliegen oder auf die Malediven. Denn er kann sogar im Flugzeug und im Hotel Sauerstoff gestellt bekommen.

Der Patient muss sich zwar in diesem Bereich durch den technischen Fortschritt nicht mehr so gravierend einschränken aber was ist zum Beispiel mit dem Betreiben verschiedener Sportarten bei einer Lungenerkrankung?

Sport ist für die meisten Erkrankten wegen der Einschränkungen in der körperlichen Belastbarkeit ein Fremdwort. Es gibt aber auch Lungenerkrankungen, wo man Sport speziell fördert. Das ist zum Beispiel das Asthma und in letzter Zeit auch die COPD, bei der man erkannt hat, dass körperliches Training sehr wichtig ist und dass der Erhalt der Muskulatur ganz erheblich zum

Erhalt der Lebensqualität beitragen kann. Das ist sogar einer der wichtigsten Punkte überhaupt, dass man mit der Lungenerkrankung eben nicht im Sessel sitzt und seine Bewegungsfähigkeit verliert, sondern dass man trainiert, was noch trainierbar ist. Die Toleranz von Bewegung und Belastung wird dann tatsächlich besser für den Patienten, ohne dass sich an der Situation der Lunge etwas ändert. Aber menschliche Gewohnheiten sind schwer zu verändern, das spüren auch die Kollegen in anderen medizinischen Bereichen. Viele kardiologische Probleme wären wahrscheinlich gelöst, wenn die Menschen sich insgesamt mehr bewegen würden. Aber da ist nicht genug gesellschaftlicher Druck dahinter – anders als beim Rauchen oder Trinken wird ein Lebensstil mit wenig Bewegung eher akzeptiert.

Haben Sie auch Patienten mit Lungenerkrankungen in der Klinik, die mittlerweile als harmlos eingestuft werden und keine nennenswerten Einschränkungen mit sich bringen?

Ja, vor allem das Asthma ist heute bei der allgemeinen Mehrheit der Betroffenen eine gut einstellbare Krankheit, mit der man 100 Jahre alt werden kann. Diese Patienten sehen wir auch in der Klinik kaum. Wenn Menschen hier im Krankenhaus mit Erkrankungen der Lunge aufgenommen werden, sind sie schon meist in einem schwereren Zustand.

Interview: Bettina Hennebach

Ausgabe 20 / 3. Oktober 2008
Gesundheit und mehr...



Maik Studt deckt die Patientin zu ...



... setzt ihr die Haube auf den Kopf ...



... schließt die Patientin an ...



... und sichert ihre Beine vor eventuellem Verrutschen.

ZIVILDienst

Unverzichtbare Helfer

Unter den 3200 Beschäftigten in den 28 Kliniken und 5 Instituten des Universitätsklinikums Leipzig sind auch 150 Zivildienstleistende. Sie verrichten, wie anderes Pflegepersonal auch, tagtäglich ihren Dienst am Menschen.

Einer von ihnen ist Maik Studt. In grüner Stationskleidung mit Haube und Mundschutz um den Hals, öffnet er die Doppelflügeltür des Augen-OP. Da es hier strenge Hygienevorschriften gibt, muss sich auch jeder Stations- und OP-Fremde ins schicke Grün werfen, seine Straßenschuhe gegen rote Plastikclogs eintauschen und die Haare mit einer grünen Haube bedecken.

Im Augen-OP ist der 21-Jährige einer von drei Zivis, die sich auf Schichten verteilt um Patienten kümmern und auch den Büroalltag bewältigen. Er holt Patienten von Station, bereitet sie für die Operationen vor und begleitet sie ein Stück auf ihrem Weg. Wie alles funktioniert, hat Maik Studt in seiner Anfangszeit vom dienstältesten Zivi und den Schwestern gelernt.

Maik hat an diesem Tag Spätschicht – von 9 bis 16 Uhr. „Nach Schichtende habe ich noch Bereitschaft bis 17.30 Uhr. Die Frühschicht würde von 7 Uhr bis 15.30 Uhr dauern. So was wie Nachtschichten haben wir hier nicht, denn im OP gibt es ja keinen Stationsablauf, wo Patienten rund um die Uhr betreut werden.“

Maik Studt ist gelernter Maurer und arbeitete auf Baustellen. Seinen Zivildienst wollte er unbedingt in Leipzig und vor allem direkt am Menschen ableisten. Seit Juni ist er im Augen-OP in der Liebigstraße 10. Nach den ersten drei Monaten wusste Studt, dass es die richtige Entscheidung war. Das Team ist gut, die Patien-

ten sind nett, und über die Arbeitszeiten lässt sich nicht klagen. Er ist rundum zufrieden mit der doch manchmal stressigen Arbeit. „Wir haben gut zu tun, aber es ist nicht mit der Arbeit auf dem Bau zu vergleichen. Der OP-Plan ist voll, und es werden



Ohne Zivildienstleistende würde vieles länger dauern: Studt schließt ein Messgerät an. Fotos: Wenke Rößler

viele Patienten von uns betreut. Aber Hektik kommt nicht auf.“

Seinen Einsatzort im Klinikum hätte Maik sich aussuchen können, aber er wusste zu Anfang nicht, was ihn erwarten würde. Und im Augen-OP wurde gerade jemand dringend gesucht. Da fiel ihm die Wahl nicht schwer.

Auf Station öffnet sich die Tür und ein anderer Zivi schiebt ein Patientenbett vor sich her. Zivi Maik übernimmt die Patientin und bereitet sie nun für ihre Operation vor. „Es läuft so ab, dass wir erst drüben in der Station anrufen und die Patienten für die Termine bestellen. Dann werden sie zu uns gefahren und wir übernehmen sie hier im Umbettungsraum.“

Nach einem kurzen „Hallo“ erzählt Zivi Maik der Patien-

tin, was jetzt alles passiert und was sie gemeinsam vorhaben. Man hat das Gefühl, dass Maik Studt der Richtige ist für den Job in der Klinik. Er kann gut mit Menschen umgehen und schafft es, die Situation so kurz vor der Operation noch aufzulockern. Als erstes bettet er sie um. Die Patientin richtet sich im Bett auf und rutscht auf die neben ihr bereitgestellte Liege. „Ich gebe Ihnen jetzt eine Haube für Ihre Haare. Sie bekommen von mir noch Decken, damit Ihnen nicht kalt wird.“

Bevor es weiter in den Vorbereitungsraum geht, informiert sich der Zivi noch mal über die Daten. Schließlich darf der Patient nicht zum falschen Ort gefahren oder verwechselt werden. Alles hat seine Richtigkeit. Es kann es weitergehen. Die Gänge entlang, mal links, mal rechts abgelenkt und dann durch eine große Schiebetür. Das Vorbereitungsraum ist erreicht. Ein kleiner Raum voll

medizinischer Überwachungsgeräte. Wieder erklärt Maik Studt mit ruhiger Stimme, was alles passieren wird. „So, ich werde Sie jetzt an die Geräte anschließen. Da haben wir das Blutdruckmessgerät. Dafür brauche ich noch mal Ihren Arm.“ Der Zivi befestigt die Manschette am Oberarm und deckt ihn wieder zu. Es folgt noch das EKG. „Das wäre es von meiner Seite, ein Kollege wird sie hier gleich abholen.“

Alles läuft nach Plan. Auf dem Rückweg vom Vorbereitungsraum zum Arbeitsplatz der Zivis erzählt Maik Studt von seiner bisherigen Zeit. Nie hätte er gedacht, so nah bei den Operationen dabei sein zu können. Dann muss Zivi Maik auch schon wieder weiter, denn der nächste Patient muss aus dem OP geholt und aufgeweckt werden.

Wenke Rößler

UNI-AUGENKLINIK

Harter Job Pflegedienst

S o, Frau Schneider, nun wollen wir mal sehen, wie es um Ihren Blutzucker steht.“ Mühsam beugt sich die Patientin zu ihrem Nachttisch, in dem sie ihr Blutzuckermessgerät aufbewahrt. „Lassen Sie mich das machen, Frau Schneider, ich helfe Ihnen gern.“ Die Praktikantin Sophie Scheringer zieht die Gummihandschuhe an, öffnet das Etui mit dem elektronischen Blutzuckermessgerät und reicht es der Frau, die wie gewohnt ihre Messung am Finger vornimmt. Das Gerät ermittelt sofort den Blutzuckerwert. „15,4 – das ist eindeutig zu viel. Da müssen Sie Insulin spritzen.“ – „Ja, das ist schon in Ordnung“, sagt die Patientin der Neurochirurgie im Universitätsklinikum Leipzig. „Ich bin ja so froh, dass Sie mich daran erinnern und mir helfen. Und immer so nett dabei sind.“

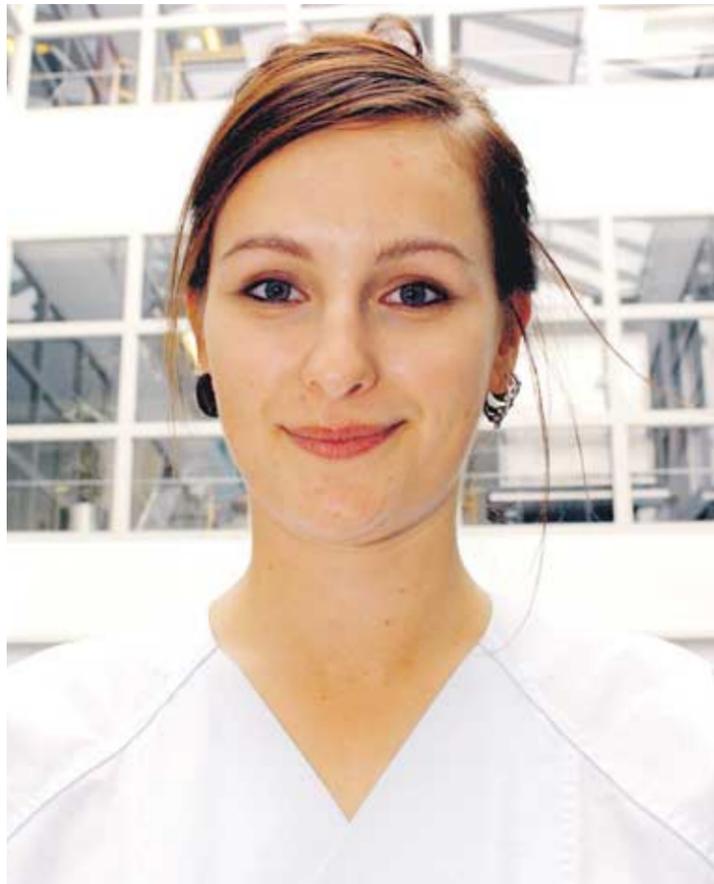
Die freundliche Praktikantin wird gern gesehen auf der Station A 2.1 im Operativen Zentrum. Aber auch sie selbst fühlt sich hier sehr wohl: „Das Pflegepraktikum, das ich im Rahmen meines Medizinstudiums hier im Universitätsklinikum Leipzig absolviere, bringt mir sehr viel“, erzählt die 21-Jährige. „Im Gegensatz zu manchen meiner Kommilitoninnen, die in kleinen Krankenhäusern arbeiten und dort mit Fußbodenschrubben beschäftigt sind, kann ich hier wirklich etwas lernen. Man merkt, dass die Mitarbeiter des Klinikums gewöhnt sind, einen Lehrauftrag zu haben. Natürlich muss man auch das Essen ausgeben. Aber ich wurde schon herangeführt an das fachgerechte Erneuern von

Verbänden. Täglich darf ich zum Beispiel hautnah dabei sein, wenn Ärzte und Schwestern Spritzen geben und Infusionen legen.“

Die Medizin hatte sie schon immer fasziniert, erzählt Sophie. Umso mehr freute es sie, als die Zusage zum Studium kam, das die Leipzigerin allerdings nach Jena führte. „Leipzig wäre vielleicht bequemer gewesen. Aber so weit von zu Hause ist Jena nun auch nicht. Und wenn man mal Abstand zum Elternhaus gewinnt – das ist ja auch nicht verkehrt“, lacht die junge Frau. Immerhin hat sie mit ihrem dreimonatigen Pflegepraktikum in Leipzig, das sie in den Winterferien für einen Monat in die Innere Medizin und in den Sommerferien nochmals in die Innere und dann in die Neurochirurgie führte, durchaus wieder Heimatkontakt.

Während die Patienten der Inneren meist ansprechbar waren, sind die Patienten in der Neurochirurgie oftmals nicht in der Lage zu sprechen. „Es macht eben doch einen Unterschied, ob ein Gallenstein oder ein Hirntumor entfernt werden muss“, erzählt Sophie. „Manche Patienten hier haben Wortfindungsstörungen, so dass sie ihre Wünsche nicht artikulieren können. Da darf man nicht erschrecken, sondern muss freundlich und unkompliziert eine Lösung finden. Also beispielsweise einige Vorschläge machen, so dass der Patient mit einem Nicken seine Wahl treffen kann.“

Ihre spätere Fachrichtung steht indes auch nach dem Praktikum



Pflegepraktikantin Sophie Scheringer. Foto: Uwe Niemann

nicht fest. „Da habe ich noch keinen festen Plan“, sagt Sophie Scheringer. „Ich weiß nur, dass Dermatologie, Urologie und Gynäkologie vielleicht nicht das Richtige sind. Aber die innere Medizin, auch die Kinderheilkunde – das kann ich mir schon gut vorstellen.“

Leid, Schmerz, Tod – auch damit musste die Medizinstudentin in

ihrem Praktikum lernen umzugehen. „Eine Lehre für mich war, dass man durch die tägliche Arbeit eine dicke Haut aufbaut. Denn es ist wichtig, Abstand zu halten ohne den Kontakt zu verlieren“, erklärt sie. „Ich meine damit, dass man natürlich Verständnis für den Patienten haben muss. Aber man sollte nicht mit ihm mitleiden. Vielmehr geht es darum, ihn aufzurichten, ihm

Mut zu machen. Und sei es auch nur durch einen freundlichen und mitfühlenden Umgang. Auf alle Fälle will ich mich als Ärztin zurückerinnern, welchen harten Job die Schwestern haben. Insofern kann man schon jetzt sagen: Es ist gut, wenn Medizinstudenten auch mal Basisarbeit verrichten müssen.“

Das sieht Schwester Uta genauso. „Ich finde es sehr richtig, dass ein künftiger Arzt diese Erfahrungen sammelt“, sagt die langjährige Stationschwester. „Wir haben viele Praktikanten – vom Schüler in der Berufsfindung über die Schwesternschülerin bis zur Medizinstudentin. Da gibt es nicht nur große Unterschiede in den Kenntnissen und Voraussetzungen, sondern auch in den Vorstellungen. Der Stationsalltag ist eben anders als in der TV-Serie. Da hat mancher Praktikant seine Einstellungen revidieren müssen.“

An Sophie schätzt Schwester Uta, dass die Praktikantin großes Interesse zeigt und hautnah kennenlernen will, was Pflege bedeutet. „Die Studenten können sich ja selbst herausuchen, wo sie ihr Pflegepraktikum absolvieren. Dass Sophie erst ein konservatives Fach und dann ein chirurgisches gewählt hat, zeigt mir, dass sie viel sehen will. Vor allem ist gut, dass sie dadurch erfährt, dass nur ein harmonisches Miteinander von Arzt und Schwester dazu führt, dass der Patient gut betreut wird und sich dadurch auch wohl fühlt“, so Uta Wilke. „Ich hoffe, dass die Medizinstudenten das nicht vergessen.“ Uwe Niemann

ANÄSTHESIE

Ärztlicher Sachverstand ist entscheidend

R und 100 Anästhesisten und künftige Ärzte wurden jüngst zur Leipziger Fortbildungsreihe Anästhesie im Hörsaal des Operativen Zentrums des Universitätsklinikums Leipzig begrüßt. Die Fortbildungsreihe wird von Prof. Dr. Udo X. Kaisers, Direktor der Klinik für Anästhesiologie und Intensivtherapie am Universitätsklinikum Leipzig, geleitet und gemeinsam mit Leipziger und sächsischen Krankenhäusern durchgeführt.

Auch für das aktuelle Thema „Perioperativer Flüssigkeits- und Volumenersatz“ wurden wieder anerkannte Fachleute als Referenten gewonnen. So sprach Prof. Dr. Rolf Zander, früherer Leiter der Arbeitsgruppe „klinische Physiologie“ am Institut für Physiologie und Pathophysiologie des Fachbereiches Medizin der Johannes-Gu-

tenberg-Universität Mainz, über die Physiologie des perioperativen Flüssigkeitserersatzes.

Wie der Professor ausführte, sollten sowohl Volumenersatzlösungen zum Ersatz intravasaler Flüssigkeit (Blut beziehungsweise Plasma) als auch Infusionslösungen zur Flüssigkeitssubstitution im Idealfall „physiologisch“ zusammengesetzt sein. Damit könnten Veränderungen des Elektrolyt- und des Säure-Basen-Status des Patienten vermieden und Störungen automatisch korrigiert werden. Für den Arzt habe dies den entscheidenden Vorteil, dass – abgesehen vom zugeführten Volumen – eine Überdosierung mit Sicherheit ausgeschlossen sei. Im Idealfall wäre jede Infusionslösung wie das menschliche Plasma oder die Extrazellulärflüssigkeit zusammengesetzt. Dieser Forderung stehen allerdings Probleme durch die

pharmazeutischen Erfordernisse der Zubereitung entgegen.

Bei allen Vor- und Nachteilen der zurzeit zur Verfügung stehenden Flüssigkeiten betonte Zander, dass physiologische Kochsalzlösungen heute obsolet sind. Die so genannten balancierten Lösungen haben deutliche Vorteile. Zum einen könne die gleiche Lösung für den Flüssigkeits- und den Volumenersatz eingesetzt werden. Zum anderen entstünden keine Störungen des Elektrolythaushaltes.

Beim nachfolgenden Live-TED wurden die Teilnehmer der Fortbildungsreihe gefragt, wer bei ihnen die Art der Infusionslösung bestimmt: Die Einkaufsabteilung des Krankenhauses, der Chefarzt oder sie selbst? Jeder Teilnehmer hatte zu Beginn der Veranstaltung ein Abstimmungsgerät erhalten, das

nun betätigt wurde. Ergebnis: In der Mehrzahl (63,8 Prozent) bestimmt der Einkauf, welche Lösung zum Einsatz kommt. 29,3 Prozent der Teilnehmer gaben an, dass ihr Chefarzt die Infusionslösung bestimmt. Nur 6,9 Prozent der Anästhesisten können selbst bestimmen, welche Lösung verwendet wird. Zander nahm dieses Resultat mit Erschrecken zur Kenntnis: „Ich halte es für ein riesiges Problem, wenn der Einkauf über den Einsatz des Mittels bestimmt. Der Sachverstand des Arztes ist wichtig, aber nicht die mögliche Einsparung von ein paar Cent. Zumal die Infusionslösungen nicht mehr kosten als eine gute Flasche Tafelwasser.“

Der anonyme Live-TED der Leipziger Fortbildungsreihe kam auch zum Einsatz, als Chefarzt Dr. med. Stefan Geiger, Direktor des Zentrums für Anästhesiologie und In-

tensivmedizin der Elblandkliniken Riesa-Großenhain, in seinem Vortrag über das Abschätzen des intravasculären Volumenstatus der Teilnehmern Fallbeispiele präsentierte und um ihre Bewertung bat. Dr. Geiger führte in seinem Referat auch einige Lehrmeinungen ad absurdum. So die Lehrbuch-Aussage: „Der durchschnittliche 70-Kilo-Patient hat, nach acht Stunden Nüchternheit, ein Volumendefizit von 880 Milliliter, die präoperativ ausgeglichen werden sollten.“ Nach seinen praktischen Erfahrungen gleicht der Körper dieses Defizit aus. „Das sollte beachtet werden, um Überinfusionen zu vermeiden“, so Geiger. Er informierte zudem über Möglichkeiten, den Volumenbedarf zu erkennen. Dabei seien verschiedene Messparameter verwendbar, wobei die dynamischen Parameter Informationen bieten. Uwe Niemann

Ausgabe 20 / 3. Oktober 2008
Gesundheit und mehr...

ALZHEIMER-FORSCHUNG

Forscher beweisen Wirksamkeit von Enzym-Hemmern

Einer Gruppe von Wissenschaftlern des Paul-Flechsig-Instituts für Hirnforschung an der Universität Leipzig ist gemeinsam mit Forschern von Partnereinrichtungen ein entscheidender Schritt für die Entwicklung eines Medikaments gegen die Alzheimersche Krankheit gelungen. „Wir konnten anhand von Versuchen mit Mäusen erstmals nachweisen, dass die Hemmung eines bestimmten Enzyms die Bildung Alzheimer-typischer Ablagerungen, so genannte Plaques, im Gehirn reduziert und dadurch die Auswirkungen der Krankheit deutlich gemildert werden“, erläutert Privatdozent Dr. Steffen Roßner von der Abteilung Zelluläre und Molekulare Mechanismen der Neurodegeneration des Instituts. Die Erkenntnisse der Wissenschaftler wurden jetzt in der renommierten Fachzeitschrift *Nature Medicine* veröffentlicht.

Die für die Erkrankung typischen Amyloid-Plaques im Hirngewebe von Patienten wurden bereits Anfang des vergangenen Jahrhunderts vom Entdecker der Krankheit, Alois Alzheimer, beschrieben. „Aber erst seit reichlich zehn Jahren ist bekannt, dass sich eine bestimmte Form von kurzkettigen Eiweißen im Hirn von Alzheimer-Patienten bevorzugt ablagert“, so der Hirnforscher. Bei diesen Amyloid-Eiweißen ist die randständige Aminosäure Glutamat zu einem ringförmigen pyro-Glutamat umgewandelt. „Damit sind die Eiweiße praktisch versiegelt und schwerer abbaubar“, erklärt Roßner weiter. Dies führe dazu, dass sie sich im Gehirn Betroffener anreichern, verklumpen und so genannte Fibrillen oder Oligomere bilden. Diese wiederum schädigen Nervenzellen und können im fortgeschrittenen Stadium der Erkrankung zum Verlust ganzer Neuronengruppen führen.

„Darüber hinaus haben die pyro-Glutamat-modifizierten Amyloid-Eiweiße die unangenehme Eigenschaft, die eigentlich leicht abbaubaren, unveränderten Amyloid-Eiweiße gleich mit zu verklumpen

und diese damit dem in der gesunden Nervenzelle fortwährend stattfindenden Abbau zu entziehen.“ Vergleichbar sei dies mit einem stark verdichteten Schneeball, der einen verschneiten Hang hinabrollt und dabei größer und größer wird. Während der auf dem Hang liegende Schnee bei Sonneneinstrahlung schnell abtaut, widersetzt sich die große Schneekugel sehr lange der Schmelze. Die pyro-Glutamat-modifizierten Amyloid-Eiweiße im Gehirn von Alzheimer-Patienten sind in diesem Sinne durchaus mit dem verdichteten Schneeball vergleichbar.

Bisher war allerdings unbekannt, wie es zu dieser Veränderung der Amyloid-Eiweiße kommt. In der jetzt publizierten Studie konnte nachgewiesen werden, dass das Enzym Glutaminyl-Zyklase (QC) für die krankheitsfördernde Umwandlung der Amyloid-Eiweiße verantwortlich ist.

Nach dieser Entdeckung lag nun die experimentelle Strategie auf der Hand, die QC zu hemmen, um so die Plaque-Bildung im Gehirn zu reduzieren und im Idealfall zu verhindern. „Dies konnten wir im Tierversuch eindeutig nachweisen“, so Roßner. Transgene Mäuse, die eine menschliche Erbanlage tragen, welche eine vererbte Form der Alzheimerschen Krankheit auslöst, bekamen mit dem Futter QC-Hemmer verabreicht. Dabei wurden drei Versuchsgruppen gebildet: Eine bekam normales Futter, die zweite Gruppe eine geringe und die dritte Versuchsgruppe schließlich eine höhere Dosis des QC-Hemmers.

Bei den Mäusen, die keine Hemmer bekommen hatten, ließen sich die Eiweiß-Verklumpungen in großer Zahl feststellen. Die Tiere, die den QC-Hemmer mit dem Futter aufgenommen hatten, zeigten wesentlich weniger Eiweißablagerungen, wobei bei den Mäusen, die mit der höheren Dosis behandelt worden waren, auch tatsächlich eine stärkere Wirkung zu verzeichnen war.

„Und außerdem konnten

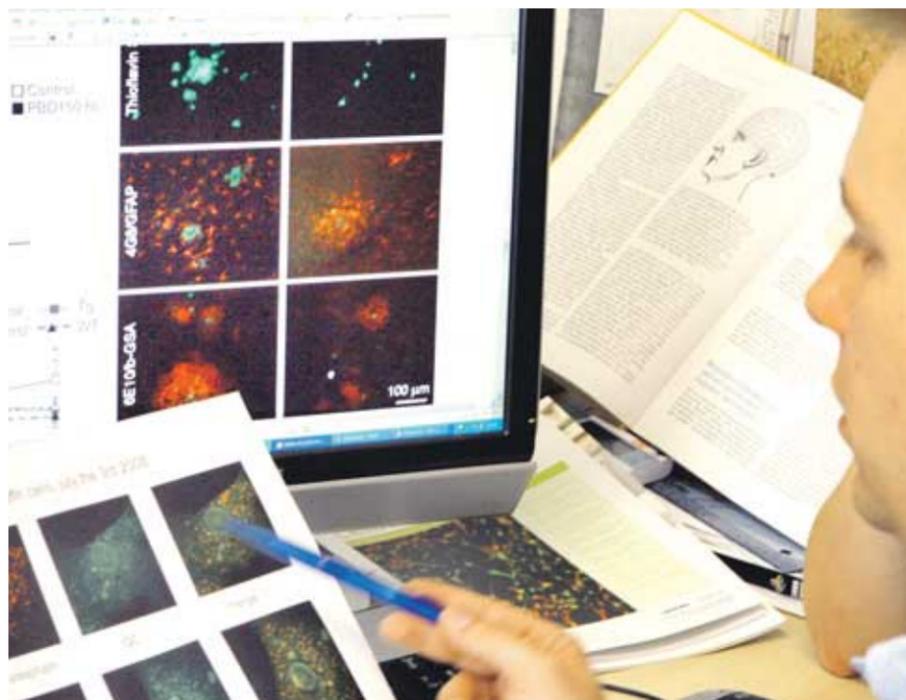


Prof. Dr. Thomas Ahrendt (m.), Leiter des Paul-Flechsig-Institutes Leipzig. Foto: ukl

wir einen weiteren interessanten Effekt beobachten“, sagt Roßner. Die Forscher stellten nämlich fest, dass bei den behandelten Mäusen mit dem Umfang

der Ablagerungen auch die Zahl der aktivierten Immunzellen im Hirn abnahm. „Dies ist eine höchst erwünschte Begleiterscheinung, denn es

ist bekannt, dass die Aktivierung von Immunzellen im Hirn Entzündungsreaktionen auslöst, die wiederum zum weiteren Absterben von Nervenzellen



Mit einem neuartigen experimentellen Wirkstoff haben Leipziger und Hallenser Forscher erfolgreich Alzheimer-Symptome bei Versuchstieren in Schach gehalten. Foto: dpa

beitragen können“, umreißt der Wissenschaftler die Bedeutung dieser Beobachtung.

Die Forscher des Paul-Flechsig-Instituts arbeiten bei ihren Untersuchungen eng mit verschiedenen weiteren Institutionen zusammen. So hatten Wissenschaftler der Probiobio AG aus Halle (Saale) den Mechanismus der pyro-Glutamat Amyloid-Bildung als erste entschlüsselt und das Enzym QC als ausschlaggebend für die Bildung von Eiweiß-Ablagerungen im Gehirn von Alzheimer-Patienten identifiziert. Probiobio hält 27 Patente für therapeutische Anwendungen und hat das Forschungsfeld auf diesem Gebiet in den vergangenen fünf Jahren revolutioniert. Unter Federführung von Probiobio wurde schließlich ein Konsortium von akademischen Partnern rekrutiert, das alle erforderlichen Expertisen zur systematischen Untersuchung der zugrunde liegenden Mechanismen bündelte. Außer der Leipziger Arbeitsgruppe testeten auch Forscher aus dem österreichischen Graz im Mäuseversuch die Wirkungen des QC-Hemmers und konnten feststellen, dass die mit den Hemmern behandelten transgenen Tiere deutlich bessere Lern- und Gedächtnisleistungen zeigten als ihre unbehandelten Artgenossen. Andere Wissenschaftler aus Halle (Saale) untersuchten menschliches Hirngewebe beziehungsweise bestätigten die Ergebnisse in einem weiteren experimentellen Modellsystem, der Fruchtfliege *Drosophila melanogaster*.

Wie Roßner berichtet, beginnt nun eine weitere Phase der Erforschung der QC-Hemmer, bei der seine Arbeitsgruppe am Paul-Flechsig-Institut für Hirnforschung vom Bundesministerium für Bildung und Forschung über einen Zeitraum von drei Jahren mit 300 000 Euro gefördert wird. Unter anderem sollen neue, von der Probiobio AG entwickelte QC-Hemmer im Tiermodell getestet werden, um Wirkstoffkandidaten für anschließende Studien zu finden.

Dr. Jörg Aberger

LEBENSWEISE

Uni-Experte warnt vor Folgen von Bluthochdruck

Rund 25 Millionen Deutsche leiden unter Bluthochdruck. Das sind immerhin fast 30 Prozent der Bevölkerung. Wobei „leiden“ wahrscheinlich der verkehrte Ausdruck ist, denn oft wissen die Betroffenen gar nicht, dass ihr Blutdruck zu hoch ist. Erst wenn die sich über Jahrzehnte entwickelnden Spätfolgen plötzlich zur Einweisung in das Krankenhaus führen, fängt der Leidensdruck an. „Wenn jemand nach jahrelangem unerkannten Bluthochdruck mit Folgeschäden ins Krankenhaus muss, können Mediziner oft nur noch begrenzte Hilfe leisten“, fasst Prof. Dr. Tom Lindner, Leiter der Sektion Nephrologie am Universitätsklinikum Leipzig, seine Erfahrungen zusammen. „Das ist das Tückische an dieser Krankheit: Wegen des schleichenden Verlaufs merkt man oft über lange Zeit so gut wie nichts. Dennoch ist er eine der häufigsten Ursachen für Nierenversagen mit Dialysenotwendigkeit, Schlaganfälle, Herzinfarkte, Gefäßerkrankungen mit folgenden Gliedmaßenamputationen und Erblindungen. Kurzum: Der gesamte Körper wird in Mitleidenschaft gezogen. Allein etwa 24 Prozent aller Dialysepatienten müssen an einem Dialysezentrum wie dem unsrigen wegen Bluthochdruckfolgeschäden dreimal pro Woche für jeweils fünf Stunden eine maschinelle Blutwäsche über sich ergehen lassen.“ So sei der Bluthochdruck hinter den diabetischen Nierenschäden die zweithäufigste Dialyseursache. Erschreckend dabei ist der schnelle Anstieg der Nierenschäden infolge des Bluthochdrucks. Von 1996 bis heute hat sich der Anteil dieser Patientengruppe verdoppelt, Tendenz weiter stark steigend. Aber auch bei den verbleibenden 76 Prozent der Dialysepatienten spielt der Bluthochdruck eine entscheidende Rolle in der Entwicklung des dialysepflichtigen Nierenschadens.

Am häufigsten schlagen die durch Bluthochdruck bedingten Spätschäden dann zu, wenn man seine wohlverdiente Rente genießen will, weil die Krankheit dann schon über Jahre und Jahrzehnte ihre schädliche Wirkung entfalten konnte. In den meisten Fällen könnte diese Entwicklung allerdings abgewendet werden, wenn der Bluthochdruck rechtzeitig erkannt und behandelt werden würde. „Im Grunde ist hier jeder seines eigenen Glückes Schmied“, erklärt Lindner. „Nur leider sieht die Realität anders aus: Bluthochdruck tut nicht weh. Und so kommen nur wenige Menschen zum Arzt und noch weni-



Bluthochdruck kann schwere Erkrankungen wie Schädigung der Blutgefäße und des Gehirns oder sogar Herzinfarkt nach sich ziehen. In Deutschland leiden zirka 12 bis 16 Millionen Menschen daran. Foto: dpa

ger sind bereit, ihren Lebensstil dauerhaft zu ändern.“ Dabei wäre genau das die richtige Reaktion, denn von selbst geht zu hoher Blutdruck nicht zurück.

Doch wie kann man aktiv werden? Lindner empfiehlt, dass Menschen, die in ihren eigenen Familien Bluthochdruckpatienten kennen, sich möglichst frühzeitig und regelmäßig vom Hausarzt den Blutdruck messen lassen. Auch Familien, in denen Angehörige relativ früh an Herzinfarkt oder Schlaganfällen gestorben sind, können ein massiv erhöhtes Blutdruckrisiko für den Einzelnen aufweisen. Auch hier hilft der Gang zum Hausarzt. Dieser hat geeignete Geräte und kann die Werte auch richtig interpretieren. Zur Not kämen auch regelmäßige eigene Messungen mit einem handelsüblichen Blutdruckmessgerät infrage. Der Experte rät aber zur Vorsicht, da es auch eine Menge untauglicher Geräte gäbe. Ein Oberarmmessgerät sei einem Handgelenkmessgerät in jedem Fall vorzuziehen, da die Fehlerquote und Anwendungsfehler bei ersterem geringer seien.

„Ist der Bluthochdruck einmal diagnostiziert, so sind in leichteren Fällen zuerst nichtmedikamentöse Maßnahmen zu empfehlen“, ist sich Lindner sicher. „Ganz an der Spitze steht hier die Normalisierung des eigenen Körpergewichts. Auch wenn es abgedroschen klingt: Abwechslungsreiche Ernährung und sportliche Betätigung sind die besten Methoden.“ Bei der gesunden Ernährung, so

der Nephrologe, müsse man nicht nur eine zu hohe Kalorienzufuhr vermeiden, sondern auch Nahrungsmittel, die zu einer zu hohen Insulinausschüttung führen. Diese führe nämlich zwangsläufig zu Heißhungerattacken, bei denen wieder viel zu viele Kalorien aufgenommen werden. Ein Teufelskreis. „Insulin ist auch das entscheidende Hormon für die Verarbeitung von zugeführten Fetten und Eiweißen“, erklärt Tom Lindner. „Alle schnell verfügbaren Zucker provozieren die Insulinausschüttung.“ So seien die heißgeliebte Schokolade und Eisbein mit Kartoffeln die reinsten Stoffwechselgifte.



Prof. Dr. Tom Lindner Foto: ukl

Kontakt:
Universitätsklinikum Leipzig
Sektion Nephrologie am
Department für Innere Medizin
Liebigstraße 22
04103 Leipzig
Telefon: 0341 9713380
E-Mail: tom.lindner@uniklinik-leipzig.de

Die hohe Insulinausschüttung sorgt dann dafür, dass die Fette in den sowieso schon viel zu ausgeprägten Hüftspeck geleitet werden. „Die Regel ist: Wenn schon Zucker, also Kohlenhydrate, dann besser in komplexer, schwer verdaulicher Form.“ So sei Naturreis zu empfehlen, auch Pasta in Form von Hartweizen könne zum Speiseplan gehören, wenn sie nur al dente zubereitet wird und nicht zu viel davon gegessen wird. Sehr günstig wirken Olivenöl, Gemüse, Salat, wenig tierisches Fett und fischreiche Ernährung.

Noch schwerer als zur gesunden Ernährung finden die Menschen zu sportlicher Betätigung. Der Professor erklärt sich das Phänomen so: „Vielen fällt es schwer zu begreifen, dass Sport, der eigentlich den Blutdruck zunächst einmal anhebt, in dieser Hinsicht nützlich sein kann.“ Tatsache ist jedoch, dass man während der sportlichen Betätigung den Blutdruck, aber weitaus mehr die Anzahl der Herzschläge pro Minute, steigert. Man kommt ins Schwitzen, verliert Wasser und körpereigene Salze. Dieser Verlust kann zu einer wirksamen und längerfristigen Senkung des Blutdrucks führen, sofern durch Extrembelastungen dieser Verlust nicht in einen Salz-mangel und massive Austrocknung umschlägt. Auch das Salz hat für den Blutdruck eine enorm wichtige Funktion. Der Volksmund weiß, dass Salz Wasser bindet. Salz in den Gefäßen, wohin es im Verlauf des Verdauungsprozesses nun ein-

mal gelangt, zieht das Wasser aus dem Gewebe in die Gefäße. Die Folge ist zu viel Volumen im Kreislauf. Salz in Maßen ist unproblematisch, aber ein massives Zuviel an Salz, wie es heutzutage oft üblich ist, kann dazu führen, dass die Nieren dieses überschüssige Salz nicht schnell genug wieder eliminieren können, so dass über längere Zeit zu viel Wasser im Kreislauf ist. Das begünstigt den Bluthochdruck. Der Rat des Experten: Salzen sollte man eher sparsam.

Übrigens: Ein Zuviel an Salz hebt auch die Wirkung Blutdruck senkender Medikamente teilweise oder sogar ganz auf.

Zu guter Letzt sollte man auch Nikotinkonsum vermeiden, denn auch dieser erhöht das Risiko für Bluthochdruck deutlich. Reichen die nichtmedikamentösen Maßnahmen zur Blutdrucksenkung nicht aus, stehen heute eine Reihe von sehr wirksamen Blutdruck senkenden Medikamenten zur Verfügung.

Mit all diesen Faktoren vor Augen wagt Lindner eine – zugegebenermaßen – mutige Prognose: „Man stelle sich vor, alle Menschen würden nach neuestem Wissen und Erkenntnissen vernünftig leben. Von den 25 Millionen deutschen Bluthochdruckpatienten würden sehr viel weniger Patienten übrigbleiben, der Diabetes als Volkskrankheit würde verschwinden und mit ihm ein Großteil der Schlaganfälle und Herzinfarkte. Amputationen wären nur noch als exotische Maßnahme bekannt. Kardiologen und Nierenspezialisten hätten nur noch sehr wenig zu tun. Die wenigen noch anfallenden transplantierten Nieren würden statt 10 jetzt 20 Jahre halten, da ja auch gesunde Organe und nicht schon vorgeschädigte, nikotingeschwängerte ‚Spaßgesellschaftsorgane‘ verpflanzt werden könnten.“ Allerdings könnten Pharmakonzerne an Wohlstandsgesellschaftsmedikamenten nicht mehr Milliarden verdienen, Lebensmittelkonzerne hätten Umsatzeinbrüche und Fluggesellschaften könnten mehr Passagiere transportieren, da eine Verbreiterung der Sitzfläche, wie bereits in Amerika von einigen Airlines praktiziert, nicht mehr erforderlich wird.

Doch Lindner ist auch Realist. Deshalb weiß er, dass die Menschen auch in Zukunft nicht vernünftig handeln werden. Aber, so seine Hoffnung, vielleicht wenigstens ein größerer Anteil als heute. ukl

Ausgabe 20 / 3. Oktober 2008
Gesundheit und mehr...

AM RANDE

Linke verhandelt mit Peter Sodann

Die Linke setzt bei der Bundespräsidentenwahl im Mai 2009 offenbar auf den ehemaligen „Tatort“-Kommissar Peter Sodann (72). Die Parlamentarische Geschäftsführerin der Linksfraktion im Bundestag, Dagmar Enkelmann, bestätigte dem Berliner Tagesspiegel, dass es mit dem Schauspieler Gespräche über eine Kandidatur gebe. Sie fügte hinzu: Sodann sei „ganz sicher jemand, den man sich vorstellen kann“. Endgültig auf ihren Kandidaten verständigen will sich die Fraktion am 14. Oktober. 1999 hatte die damalige PDS bereits mit Uta Ranke-Heinemann eine eigene Kandidatin zur Bundespräsidentenwahl aufgestellt. Die Theologin und Tochter des früheren Bundespräsidenten von Gustav Heinemann scheiterte aber. *dpa*

EU berät sich zu Fischbeständen

Die Europäische Union will angesichts der dramatischen Überfischung ihre Fischbestände besser schützen. Auf einem Treffen in Brüssel verständigten sich die zuständigen Minister auf eine Reform der EU-Fischereipolitik. Die Lage sei signifikant, sagte EU-Fischereikommissar Joe Borg. „80 Prozent der europäischen Fischbestände sind überfischt.“ Das liege weit über dem weltweiten Schnitt von einem Viertel. „Wir haben einen Teufelskreis aus Überkapazitäten bei der Fischereiflotte und schwindenden Beständen, der mit der Reform ein für allemal durchbrochen werden muss.“ Der Zeitplan sehe vor, dass die 27 EU-Staaten und das Europaparlament das Reformpaket 2011 verabschiedeten. Es könne dann 2012 in Kraft treten. *dpa*

Ecuador billigt linke Verfassung

Ecuador rückt weiter nach links. Bei einem Referendum stimmte eine eindrucksvolle Mehrheit der Wähler für eine vom linksgerichteten Präsidenten Rafael Correa betriebene neue Verfassung. Etwa 64 Prozent der Wähler hätten mit Ja gestimmt, teilte die Wahlbehörde TSE nach Auszählung von gut 80 Prozent der Stimmen mit. 28 Prozent der knapp zehn Millionen Wähler hätten den Entwurf abgelehnt. Der Rest seien ungültige Stimmen gewesen. Präsident Correa erzielte damit den größten Erfolg seit seinem Wahlsieg 2006. Das Land rückt damit noch näher an die Positionen von Venezuela und Bolivien. *dpa*

FINANZKRISE

Europäische Staaten retten Kredithäuser

Die Finanzmarktkrise hat erstmals einen großen deutschen Finanzkonzern an den Rand des Abgrunds gebracht: Bundesregierung und Branche müssen den Immobilienfinanzierer Hypo Real Estate (HRE) in München mit bis zu 35 Milliarden Euro retten. Auch die Regierungen Großbritanniens und der Benelux-Staaten sprangen mit Milliardenbeträgen ein, um zwei weitere Geldhäuser vor dem Ruin zu bewahren: den britischen Baufinanzierer Bradford & Bingley und den belgisch-niederländischen Bankkonzern Fortis.

In den USA war die viertgrößte US-Bank Wachovia das nächste Opfer der Spekulationen mit faulen Hauskrediten. Wachovia verkaufte einen großen Teil ihres Geschäfts an die Citigroup. Der Kompromiss um das 700 Milliarden Dollar schwere Hilfspaket für die US-Finanzbranche stand vor der ersten Bewährungsprobe mit der Abstimmung im Abgeordnetenhaus.

Bei der Rettung von Hypo Real Estate gehen die Branche und Bundesregierung gemeinsam vor. Der Bund sichert mit einer Bürgschaft von 35 Milliarden Euro die Kredite der Banken für HRE ab. Sollte die Bürgschaft aufgrund von Verlusten in Anspruch genommen werden, entfielen in einem ersten Schritt von den dann 14 Milliarden Euro 60 Prozent auf die Banken. Einen zweiten Teil müsste der Bund allein tragen. Damit muss der Steuerzahler im schlimmsten Fall mit 26,6 Milliarden Euro einspringen.

Regierungssprecher Ulrich Wilhelm betonte, alle Alternativen seien sorgfältig geprüft worden. Ein anderer Weg hätte Risiken für das deutsche Finanzsystem mit einem nicht abschätzbaren Schaden bedeutet.

Die Börsen notierten am Montag weltweit allesamt im Minus. Vor allem die Banken-Aktien waren schwach. Die HRE-Aktie brach zeitweise mehr als 70 Prozent ein.

Die Hypo Real Estate spezialisiert sich auf die Finanzierung gewerblicher Immobilien wie Bürogebäude und Hotels sowie auf Infrastrukturprojekte wie Straßen und Eisen-

soll eine Entschädigung gezahlt werden, wie das Finanzministerium mitteilte. Unklar ist das Schicksal der 3200 Beschäftigten. Mit der Verstaatlichung muss die öffentliche Hand schon zum zweiten Mal in diesem Jahr eine britische Bank vor dem Zusammenbruch retten. Im Februar übernahm der Staat die Hypothekbank Northern Rock.

ländischen Bank ABN Amro sollen veräußert werden.

In den USA war laut Medienberichten weiter offen, ob im Abgeordnetenhaus genügend Stimmen für eine Verabschiedung des 700-Milliarden-Dollar-Programms zusammenkommen. Ungefähr die Hälfte der 199 republikanischen Mitglieder, die im Grundsatz staatliche Eingriffe in den Privatsektor ablehnen, hätten weiterhin Bedenken, hieß es. US-Präsident George W. Bush appellierte erneut an den Kongress, den Rettungsplan zu verabschieden.

Führende Vertreter des Abgeordnetenhauses und Senats hatten sich nach einem dramatischen Tauziehen am Wochenende auf den Hilfsplan geeinigt. Kernstück ist der 700-Milliarden-Dollar-Fonds, mit dessen Hilfe angeschlagenen Finanzhäusern faule Hypotheken-Kredite und darauf basierende Wertpapiere abgekauft werden sollen.

Das nächste Opfer der Krise, die bisher viertgrößte US-Bank Wachovia, musste den Großteil ihrer Filialen und Kundengelder an dem Wettbewerber Citigroup abtreten. Wachovia sei aber nicht – wie zuletzt andere Banken – vor dem Verkauf zusammengebrochen, betonten die Behörden. Die Citigroup und die Einlagensicherung FDIC (Federal Deposit Insurance Corporation) teilen sich die Verluste bei Wachovia. So werde die Citigroup bis zu 42 Milliarden Dollar an möglichen Verlusten aus einem riskanten Wachovia-Kreditbestand von 312 Milliarden Dollar schultern. Darüber hinausgehende Ausfälle garantiert die FDIC. Dafür erhalte die FDIC Citigroup-Vorzugsaktien im Volumen von zwölf Milliarden Dollar. *dpa*



Um die Hypo Real Estate zu stützen, sprangen mehrere Banken mit günstigen Krediten ein. *Foto: dpa*

bahnen. Die aktuelle Schieflage wurde durch die irische Tochter Depfa ausgelöst, die kurzfristig genügend Mittel am Geldmarkt für das Tagesgeschäft leihen konnte.

Bei Bradford & Bingley, der achtgrößten Bank Großbritanniens, springt der Steuerzahler für Hypotheken und Kredite in Höhe von 63 Milliarden Euro ein. Die Spareinlagen und das Filialnetz werden für rund 770 Millionen Euro vom spanischen Bankriesen Santander übernommen. Es geht um 2,7 Millionen Kunden mit Einlagen von 25 Milliarden Euro. Anteilseignern

Fortis wurde in einer gemeinsamen Aktion gleich mehrerer Länder vor dem Zusammenbruch bewahrt. Die Regierungen Belgiens, der Niederlande und Luxemburgs legten am Sonntagabend 11,2 Milliarden Euro auf den Tisch. Belgien übernimmt für 4,7 Milliarden Euro 49 Prozent der Anteile des belgischen Zweigs von Fortis. Die Niederlande investieren vier Milliarden Euro für ebenfalls 49 Prozent an der Fortis Bank Niederlande. Luxemburg zahlt für 49 Prozent der Aktien an der Fortis Banque Luxembourg 2,5 Milliarden Euro. Die erst im vergangenen Jahr übernommenen Teile der nieder-

POLEN

Lech Walesa – Gescheiterte Symbolfigur

Der frühere polnische Arbeiterführer und Ex-Präsident Lech Walesa ist an seinem 65. Geburtstag am 29. September als Symbol der demokratischen Revolution in Mitteleuropa gewürdigt worden. Bei einer Feierstunde im Warschauer Königsschloss wurde auch an die Verleihung des Friedensnobelpreises an den Gründer der Gewerkschaft Solidarnosc vor 25 Jahren erinnert.

Die Entscheidung des Osloer Komitees habe den Polen „Hoffnung und Kraft“ gegeben, sagte die Warschauer Bürgermeisterin Hanna Gronkiewicz-Waltz. An diesem Tage habe der „Frei-

heitswille über die totalitäre Diktatur“ gesiegt.

Walesa betonte, seiner Generation sei „Unglaubliches“ gelungen: die Überwindung – ohne jede Gewaltanwendung – des „blutrünstigen“ kommunistischen Systems. „Niemand im Westen hat das für möglich gehalten“, so Walesa. Bundespräsident Norbert Lammert gratulierte dem Arbeiterhelden. Walesa habe wesentlich zur friedlichen Wende in Polen und Osteuropa beigetragen. Ohne die wären weder die deutsche Einheit noch der europäische Integrationsprozess in seiner heutigen Form denkbar gewesen, schrieb Lammert.

Der aus einem kleinen Dorf im Norden Polens stammende Walesa hatte 1967 die Arbeit an der Danziger Lenin-Werft aufgenommen. Entlassen wegen



Lech Walesa feierte seinen 65. Geburtstag. *Foto: AFP*

seines Einsatzes für Arbeiterrechte, gründete der Elektriker die freie polnische Gewerkschaft (WZZ) mit, die seit Ende der 70er Jahren in Danzig (Gdansk) konspirativ agierte.

Nach der Streikwelle an der Danziger Lenin-Werft im August 1980 übernahm Walesa die Führung der Gewerkschaft Solidarnosc und wurde zum unumstrittenen Anführer der antikommunistischen Opposition. 1983 erhielt der Regimekritiker den Friedensnobelpreis. Nach der demokratischen Wende wurde Walesa 1990 zum Staatspräsidenten gewählt. Fünf Jahre später verlor er den Kampf um die Wiederwahl. *dpa*

■ TÜRKEI

Am Strand der Rekorde



Riesige neue Pools inmitten satten Grüns – moderne Luxusausstattung soll die Touristen in Zukunft an die türkische Riviera locken.

Fotos: dpa

Nelken und Erdbeeren – damit waren die weiten Ebenen entlang der türkischen Mittelmeerküste Jahre und Jahrzehnte lang bewachsen. Die süßen Früchte und die bunten Blumen brachten den Familien um das Städtchen Belek ihr Auskommen. Inzwischen sucht man in dem kleinen Ort unweit von Antalya vergeblich danach. Zahlreiche Hotels wurden mittlerweile aus dem Boden gestampft – Vier- und Fünf-Sterne-Häuser mit meist etwa 1000 Betten, vielfach mit All-Inclusive-Angebot. Grün ist es zwar noch immer – allerdings bestimmen jetzt Golf- und Fußballplätze das Bild.

Die türkische Riviera, der rund 170 Kilometer lange Küstenstreifen zwischen Kemer und Alanya, hat in den vergangenen Jahren immense Zuwächse an Hotelbetten und Übernachtungszahlen verzeichnet. „1987 wurden hier die ersten Hotels mit staatlicher Unterstützung gebaut“, sagt Ibrahim Yazar aus dem türkischen Tourismusministerium. 300 000 Urlauber kamen damals insgesamt in die Türkei. Im Jahr 2005 waren es rund 4,2 Millionen. Auch heute ist die Bauphase noch nicht abgeschlossen. Aber es ist ein Ende in Sicht.

So hat die türkische Regierung einen Baustopp für das Gebiet erlassen, um „die Fehler anderer touristischer Regionen rund um das Mittelmeer zu vermeiden“, wie Antalyas stellvertretender

Bürgermeister, Ismail Avsar, sagt. Jetzt wird nur noch fertig gestellt, was im Rohbau schon steht. Zu den rund 325 000 Hotelbetten in den Gebieten bei Antalya werden – zumindest rund um Belek – in absehbarer Zeit also nicht mehr allzu viele hinzukommen.

Stattdessen stehen Investitionen in die Infrastruktur an. So soll Belek per Eisenbahntrasse direkt mit Antalya verbunden werden. Eine Schnellstraße gibt es schon, Brücken und Unterführungen sollen für einen besseren Verkehrsfluss sorgen – vom und zum Flugplatz, aber auch von den Touristenquartieren zu Land und Leuten und den vielen antiken Städten in der Region.

Dabei bleiben die Touristen ganz gern in ihren Hotels, wie die Reiseveranstalter berichten. Denn die Resorts in Belek sind zwar nicht ganz so schräg wie in Lara, das einem kleinen Las Vegas am türkischen Mittelmeer gleicht. Dort sind beispielsweise schon die Titanic und die Concorde in Hotelkonzepten umgesetzt worden. Die Auswahl in Belek ist dennoch groß – und überwiegend kastenförmig.

Da macht auch eines der neuesten Hotelprojekte östlich von Antalya keine Ausnahme: das

Adam & Eve. Das hypermoderne „Paradies“ des türkischen Stararchitekten Eren Talu wartet mit drei Weltrekorden auf: Es hat mit 104 Metern den längsten Hotelpool, mit 88 Metern die längste Bar, und dazu



Idyllische Buchten und neue Ideen in türkischen Tourismuszentren.

werden die Touristen in der größten Hotellobby empfangen. An dem 105 Millionen Euro teuren Designhotel scheiden sich die Geister: „Man findet es toll oder kommt nie wieder“,

sagt Generaldirektor Cem Uzan.

Alles ist weiß in dem Puristen-Paradies: die Wände, die Möbel, die Jalousien, die Badewanne, sogar der Fernseher und die in den Pool eingelassenen Liegen. Befremdlich wirken die 43 Spiegel in jedem der je 64 Quadratmeter großen Zimmer. Auch in allen anderen Räumen, Gängen und Hallen dominieren Glas und Spiegel. „Nach zwei Tagen hat man sich daran gewöhnt“, sagt eine Mitarbeiterin, die – entgegen der dominierenden Wand- und Einrichtungsfarbe – ganz in Schwarz gekleidet ist.

Gewöhnungsbedürftig ist so manches an den Hotels in Belek. Eine der Anlagen sieht mit seinen runden Gebäuden aus wie eine Ansammlung von Ufos, ein anderes erinnert an ein überdimensioniertes Schiff. Die zahlreichen Anlagen wuchsen schnell – mehr oder weniger der Landschaft angepasst, mehr oder weniger schön. Immer aber ist das Angebot derart riesig, dass niemand das Hotelareal in seinem Urlaub verlassen muss. Mehrere Pools, Wasser-rutschen und Wellnessbereiche mit mehreren tausend Quadratmetern Fläche – das scheint hier mittlerweile zur Grundausstattung zu gehören.

Dazu kommt die Umgebung: Grund für das üppige Grün entlang des Küstenstreifens sind die fruchtbaren Böden. Die Region galt mit ihren ertragreichen Flächen als Gemüsegarten der Türkei, aber die Gebiete am Strand waren sumpfig – bei der Erschließung für den Tourismus war das ein großes Problem. „Also wurden Unmengen von Eukalyptusbäumen gepflanzt“, erinnert sich Dorfbewohner Faruk, der schon seit Jahren in der Nähe von Belek lebt. Zwischen 15 und 18 Tonnen Wasser kann ein einziger Baum aufsaugen – damit wurde nicht nur der Sumpf auf natürliche Weise trockengelegt. Inzwischen spenden die Eukalyptusbäume den im Sommer dringend benötigten Schatten.

Die Bäume sind aber nicht das einzige Grün in und um Belek. Auch Sträucher und satte Rasenflächen fallen ins Auge. Die riesigen Parklandschaften, die die Hotels umgeben, wirken keinesfalls verdorrt. Einige Häuser liegen sogar idyllisch eingerahmt in duftenden Pinienwäldern. Acht 18-Loch-Golfplätze gibt es bereits, drei sollen bis zum kommenden Jahr hinzukommen. Zudem finden sich in der Region zahllose gut gepflegte Fußballplätze, die nach Faruks Beobachtung vor allem im Winter belegt sind: „Dann kommen Profis und Amateurmanschaften aus ganz Europa zum Wintertraining zu uns.“ Verena Wolff

Ausgabe 20 / 3. Oktober 2008
Gesundheit und mehr...

AM RANDE

Otfried Preußler will schweigen

Der Kinder- und Jugendbuchautor Otfried Preußler will seine Erlebnisse in sowjetischer Kriegsgefangenschaft erst posthum preisgeben. Der 84-Jährige sagte: „Erst in den letzten Jahren, seit ich mich weitgehend zur Ruhe gesetzt habe, habe ich meine Erlebnisse aufgeschrieben. Aber das bekommt vorläufig niemand zu sehen – erst wenn ich tot bin.“ Am 9. Oktober kommt die Verfilmung von Preußlers Kultroman Krabat in die Kinos. Der Autor, der am 20. Oktober Geburtstag hat, sagte weiter: „Ich halte es nicht für Zufall, dass dieser Film ausgerechnet zu meinem 85. Geburtstag ins Kino kommt.“ Die Geschichte vom Müllerburschen Krabat, der im Sorbischen zunächst der Faszination seines Meisters erliegt und sich dann mit Hilfe seiner Mitgesellen aus dem Bann des Magiers befreit, ist laut Preußler das Thema seiner Generation und auch sein persönliches: „Diese jungen Burschen, das waren wir im Lager.“ dpa

Viele Deutsche sind Lesemuffel

Ein Fünftel aller Deutschen ab 14 Jahren, also 20 Prozent, hat einer Umfrage zufolge in diesem Jahr noch kein Buch gelesen. 2007 seien es sogar noch etwas mehr gewesen, teilte die Zeitung Bild am Sonntag zu einer repräsentativen Emnid-Umfrage mit. Im Herbst 2007 hätten 22 Prozent der Bundesbürger erklärt, sie hätten in den ersten neun Monaten des Jahres noch kein Buch gelesen. Frauen und Westdeutsche lesen der Umfrage zufolge häufiger Bücher als Männer und Ostdeutsche. Zu 2008 erklärten 86 Prozent der deutschen Frauen, sie hätten in diesem Jahr schon mindestens ein Buch gelesen, bei den Männern waren es 74 Prozent. Von den Westdeutschen gaben dies 81 Prozent an, von den Ostdeutschen 77 Prozent. Die größten Leseratten sind nach eigenen Angaben Schüler. epd

Nebenrolle für Netrebko

Bei der geplanten Verfilmung der Oper Carmen wird Starsopranistin Anna Netrebko nicht die Titelrolle übernehmen. Sie werde als Micaela vor die Kamera treten, die Hauptpartie übernehme die Sopranistin Elina Garanca, sagte Regisseur Robert Dornhelm. „Die beiden sind genau entgegen ihrer Persönlichkeit, ihres Images besetzt.“ Dornhelm hatte bereits Regie bei der Verfilmung von Puccinis La Bohème geführt. dpa

FILM

Paul Newman – Abschied von einem Giganten

Der legendäre Hollywood-Schauspieler Paul Newman ist im Alter von 83 Jahren gestorben. Wie die von ihm gegründete Stiftung mitteilte, starb der an Lungenkrebs erkrankte Weltstar am 26. September in seinem Haus in Westport im US-Bundesstaat Connecticut. Der Hollywood-Beau mit den leuchtend blauen Augen zählte zu den populärsten und erfolgreichsten Filmschauspielern überhaupt. Weltberühmt wurde er unter anderem durch seine Rollen in den Klassikern Die Katze auf dem heißen Blechdach (1958) und Butch Cassidy und Sundance Kid (1969). Schauspielerkollegen und Persönlichkeiten aus aller Welt bekundeten ihre Trauer über den Tod Newmans.

In seiner mehr als ein halbes Jahrhundert währenden Karriere spielte Newman in mehr als 50 Kinofilmen mit, darunter große Erfolge wie Haie der Großstadt (1961) und Der Clou zusammen mit seinem Freund Robert Redford (1973). Für seine Rolle in Martin Scorseses Film Die Farbe des Geldes (1986) erhielt er 1987 den Oscar als bester Hauptdarsteller. Ein Jahr zuvor hatte er die begehrte Trophäe bereits für sein Lebenswerk bekommen. Die späte Auszeichnung kommentierte der Schauspieler mit dem ihm eigenen Humor: „Es ist so, als ob Du einer wunderschönen Frau 80 Jahre lang hinterher jagst. Am Ende ergibt sie sich und Du sagst: Tut mir furchtbar leid, aber ich bin müde.“

Bestürzung über Newmans Tod äußerten außer Schauspielern wie Redford, Julia Roberts, George Clooney und Gina Lollobrigida auch Politiker wie Bill und Hillary Clinton und der

französische Präsident Nicolas Sarkozy. Der frühere Action-Star und jetzige kalifornische Gouverneur Arnold Schwarzenegger nannte Newman den

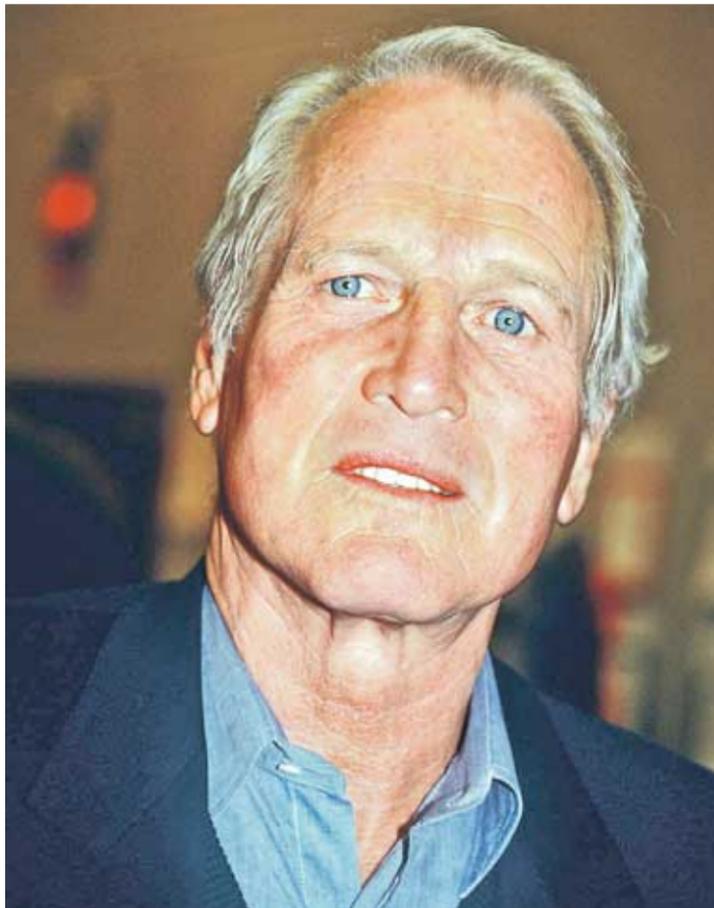
betörendsten Menschen der Welt; das britische Empire Magazine nahm ihn 1995 in die Liste der erotischsten Stars der Filmgeschichte auf.

suchte er eine Schauspielschule in New York.

Newmans Schauspielkarriere wäre nach seinem ersten Film beinahe zu Ende gewesen. Seinen Auftritt als griechischer Sklave in dem Film Der silberne Kelch (1954) fand er selbst so miserabel, dass er eine große Anzeige mit einer Entschuldigung schaltete. Der große Erfolg kam vier Jahre später an der Seite von Elizabeth Taylor mit Die Katze auf dem heißen Blechdach. Mit dem alternativen Western Butch Cassidy und Sundance Kid, in dem er erstmals zusammen mit Redford vor der Kamera stand, schaffte es Newman dann endgültig in die Riege der Weltstars.

Zum Hollywood-Glamour ging Newman beizeiten auf Distanz. Bezeichnenderweise lebte er mit seiner Ehefrau, der Schauspielerin und Oscar-Preisträgerin Joanne Woodward, nicht im kalifornischen Beverly Hills, sondern in Westport an der Ostküste. Mit Woodward war er 50 Jahre lang bis an sein Lebensende verheiratet. Newman war auch ein Familienmensch. Drei Kinder hatte er aus erster, drei weitere aus zweiter Ehe. Sein einziger Sohn, der Erstgeborene Scott, starb 1978 an einer Überdosis Drogen.

Eine weitere Facette im Leben des großen Schauspielers war seine Leidenschaft für den Rennsport. 1979 errang er beim 24-Stunden-Rennen von Le Mans den zweiten Platz. Daneben engagierte er sich gesellschaftlich und politisch. Zwei Jahre vor seinem Tod sagte Newman einmal, die größte Auszeichnung sei für ihn gewesen, auf der Liste der Feinde des republikanischen Präsidenten Richard Nixon gestanden zu haben. Richard Weisz



US-Schauspieler Paul Newman starb mit 83 Jahren an Lungenkrebs. Fotos: dpa, AFP, rtr

„ultimativen coolen Typen“, dem Männer nacheiferten und den Frauen „anbeteten“.

Vielen Fans galt der Darsteller, der jugendliche Rebellen ebenso überzeugend spielte wie großherzige Trunkenbolde und zynische Opportunisten, als der schönste Schauspieler überhaupt: 1990 kürte ihn das Magazin People zu einem der 50

Newmans Vater war deutsch-jüdischer Herkunft, seine Mutter eine katholische Ungarin. Im Zweiten Weltkrieg scheiterte Newmans Wunsch, Kampfpilot der Marine zu werden, an seiner Farbenblindheit. Stattdessen war er als Funker auf Kriegsschiffen im Pazifik im Einsatz. Nach dem Studium der dramatischen Künste an der Elite-Universität Yale be-



Die Katze auf dem heißen Blechdach mit Liz Taylor (1958).



Butch Cassidy and Sundance Kid mit Robert Redford (1969).



Der Clou (1973). Für diesen Film gab es den Oscar.



Sein Hobby: Newman war Besitzer eines Motorsportteams.

FLIEGER

Flügelmann schafft Kanalquerung

Waghalsiger Rekordflug über den Ärmelkanal: Der Schweizer Risikosportler Yves Rossy hat als erster Mensch mit einem Jetflügel auf dem Rücken den Kanal zwischen Frankreich und England überquert. Nach seinem Start in der französischen Hafenstadt Calais landete der 49-jährige „Flügelmann“ eine knappe Viertelstunde später bei den weißen Klippen von Dover. Der Berufspilot war aus rund 2500 Metern Höhe über Calais aus einem Flugzeug gesprungen und hatte dann selbstständig die 35 Kilometer lange Strecke über eine der meist befahrenen Schiffsrouten überflogen. In der Luft hielt er sich mit einer selbst entwickelten 2,5 Meter breiten Flügelkonstruktion, die von vier Düsen angetrieben und mit Kopf und Rücken gesteuert wird. Rossy erfüllte sich seinen Traum 99 Jahre nachdem der französische Luftfahrtpionier Louis Blériot als erster Mensch den Kanal mit einem Flugzeug überquert hatte.

Er wollte schon immer wie ein Vogel fliegen, doch die ersten Sekunden raste Rossy wie ein Stein zur Erde, nachdem er sich furchtlos aus dem Flugzeug in die Tiefe ge-

stürzt hatte. Aber schon nach wenigen Augenblicken konnte er seinen Körper in die Waagerechte bringen – der „Flügel-

nach lag Rossy wieder ganz ruhig in der Luft, wie ein Adler, der mit ausgebreiteten Schwingen mühelos durch die

ten sanft zu Boden gleiten, wo die Champagnerdusche schon auf ihn wartete. „Es war perfekt, ich bin in einem Traum“,

und dann über den Grand Canyon fliegen. „Ich habe ja jetzt gezeigt, dass es möglich ist, wie ein Vogel zu fliegen.“ Außerdem

wegen schlechten Wetters musste er den Versuch zweimal verschieben. Im vergangenen Monat hatte er bereits erfolgreich die Alpen überquert. Dass er drei Tage nach dem Flug wieder zur Arbeit als herkömmlicher Pilot zurückkehren muss, sei für ihn gar kein Problem. „Das ist ja nicht langweilig. Das Cockpit eines Flugzeugs ist das beste Büro der Welt.“

Der Ärmelkanal war schon öfter Schauplatz waghalsiger Rekordversuche: Im Jahr 2003 war der Österreicher Felix Baumgartner als erster Mensch an einem Fallschirm und mit selbst entwickelten Flügeln am Rücken über den Kanal geschwebt. Er sprang in 9000 Metern Höhe aus einem Flugzeug über Dover ab und landete etwa zehn Minuten später an der französischen Küste bei Calais. Baumgartner legte die Strecke mit Hilfe aerodynamischer Flügel aus Ultraleichtmaterial zurück. Für den Sprung aus 9000 Metern benötigte er ein Atemgerät und einen Spezialanzug für die dort herrschende Temperatur von minus 50 Grad Celsius. Zwei französische Marine-Offiziere hatten 1999 den Ärmelkanal erstmals als Fallschirm-Tandem überquert. *Thomas Pfaffe*



Nein, das ist nicht Batman, auch kein Militärjet: Der Schweizer Risikosportler Yves Rossy hat als erster Mensch mit einem Jetflügel auf dem Rücken den Ärmelkanal überquert. Foto: dpa

mann“ war bei Tempo 200 auf Kurs. Schon nach zwei Minuten schimmerten am Horizont die weißen Klippen von Dover.

Nur ein kleiner Wackler und ein kurzes Abdriften nach links bescherten nach knapp vier Minuten Flugzeit seinen Helfern eine Schrecksekunde. Da-

Lüfte schwebt und scheinbar ewig seinen Flug fortsetzen könnte.

Doch nach 9 Minuten und 32 Sekunden war der Flug vorbei, das Ziel erreicht, der Traum erfüllt und der Rekord sichergestellt. Der Fallschirm öffnete sich und ließ den Flügelmann in vier Minu-

sagte der sichtlich bewegte Rekord-Flieger. Angst habe er nicht gehabt, sondern nur die wunderbare Aussicht auf die weißen Klippen genossen.

Kaum am Boden angelangt, verspürte er schon wieder Tatendrang. Zunächst wolle er sein Fluggerät weiter entwickeln

möchte er einmal direkt vom Boden statt aus einem Flugzeug starten.

Ursprünglich wollte der Berufspilot – normalerweise sitzt er im Cockpit eines Airbus der Lufthansa-Tochter Swiss International Air Lines – zwei Tage früher zu seinem Rekordflug starten. Doch

THEATER

Viel Applaus für Roches Feuchtgebiete

Die Uraufführung von Charlotte Roches Bestseller Feuchtgebiete als Theaterstück ist vom Publikum in Halle mit großer Begeisterung aufgenommen worden. Bei der seit Wochen ausverkauften Premiere am Neuen Theater gab es zwar viel Haut, aber keine komplette Nacktheit und keine anstößigen Szenen zu sehen.

Die Berliner Regisseurin Christina Friedrich hat das Stück mit sieben jungen Schauspielern inszeniert. „Dass wir sofort Pornografie, Schock und Skandal schreiben, wenn wir uns mit dem Körper befassen, ist ein Irrtum“, hatte sie vor der Uraufführung gesagt. Das Buch sei ein „wunderbar zärtlicher und radikaler Stoff und ein fröhliches Lehrbuch über den Umgang mit unserem Körper“.

In der Romanvorlage erkundet die 18-jährige Helen ihre eigenen Körperöffnungen und Körperflüssigkeiten, knabbert an Schorf und leckt Eiter. Auf der Bühne wird die Protagonistin von der 25-jährigen österreichischen SchauspielerInes Schiller gespielt, die vom Publikum besonders gefeiert wurde. Sie und die sechs anderen jungen Schauspieler erkunden gemeinsam ihre Körper, aber nie unter der Gürtellinie. Nur ein einziger nackter Po ist kurz zu sehen. Zehn der folgenden Vorstellungen sind bereits ausverkauft.

Charlotte Roche hatte am Abend vor der Premiere in Halle vor ebenfalls ausverkauftem Saal im Steintor-Variété aus ihrem Werk gelesen, war aber bei der Uraufführung nicht dabei. Sie hatte sich zuletzt „scho-

ckiert“ über den Erfolg ihres Buchs gezeigt, das vor zwei Wochen die Millionenaufgabe

durchbrochen hatte. In einem Interview mit der Magdeburger Volksstimme verriet sie, dass

sie bereits an einem neuen Buch schreibt. Es werde aber nicht Feuchtgebiete 2.



Das Theaterstück Feuchtgebiete – nach dem Skandalroman von Charlotte Roche –, feierte eine gelungene Premiere in Halle. Foto: ddp

In Kürze ist die Ex-MTV-Moderatorin wieder im Fernsehen zu sehen. Auf 3 Sat startet ihre Dokureihe „Charlotte Roche unter ...“, in der sie als Praktikantin bei einem Bestatter, einem Jäger, Müllmännern, Altenpflegern und Lasterfahrern jobbt. Das sei sehr befriedigend gewesen, sagte Roche. Am Ende des Tages mit den Müllmännern etwa sei sie sehr müde, aber auch sehr glücklich gewesen. „Ich dachte mir: Toll, jetzt hab ich ganz Duisburg den Müll weggebracht.“ An Star-Interviews hingegen habe sie keinen Spaß mehr. „Es geht dann immer nur um die neue CD und man sitzt ewig in Hotels rum und wartet. Das ist auf Dauer wahnsinnig langweilig.“ *dpa*

Ausgabe 20 / 3. Oktober 2008
Gesundheit und mehr...

AM RANDE

Zink kann Lungen helfen

Die regelmäßige Einnahme von Zinkpräparaten kann ältere Menschen vor einer Lungenentzündung schützen. Darauf weist der Bundesverband der Pneumologen (BdP) hin. Er empfiehlt gerade älteren und gebrechlichen Menschen, die womöglich Beschwerden beim Essen haben, ihre Ernährung mit Zink zu ergänzen. Einer aktuellen Untersuchung aus den USA zufolge steckten sich Altenheimbewohner mit niedrigem Zinkspiegel deutlich öfter mit Lungenentzündung an und erholten sich auch langsamer von der Krankheit als Bewohner mit normalem Zinkspiegel. Insgesamt lässt sich laut BdP durch die tägliche Einnahme von Zink das Risiko, an einer Lungenentzündung zu erkranken, um etwa die Hälfte senken. Auch das allgemeine Sterberisiko sei bei Altenheimbewohnern um 39 Prozent geringer, wenn sie normale Zinkspiegel aufweisen. Zink unterstützt laut BdP die Immunabwehr und schützt vor Infektionen. *dpa*

Nasenspray nur eine Woche

Nasentropfen und -sprays müssen immer zurückhaltend verwendet werden. „Nasentropfen mit abschwellender Wirkung sollten nicht länger als eine Woche angewendet werden“, empfiehlt Michael Deeg, Sprecher des Deutschen Berufsverbandes der Hals-Nasen-Ohrenärzte. „Die Nasenschleimhaut trocknet sonst aus.“ Dadurch werde sie anfälliger für Infektionen, und es könne zu Blutungen und Veränderungen am Gewebe kommen. *dpa*

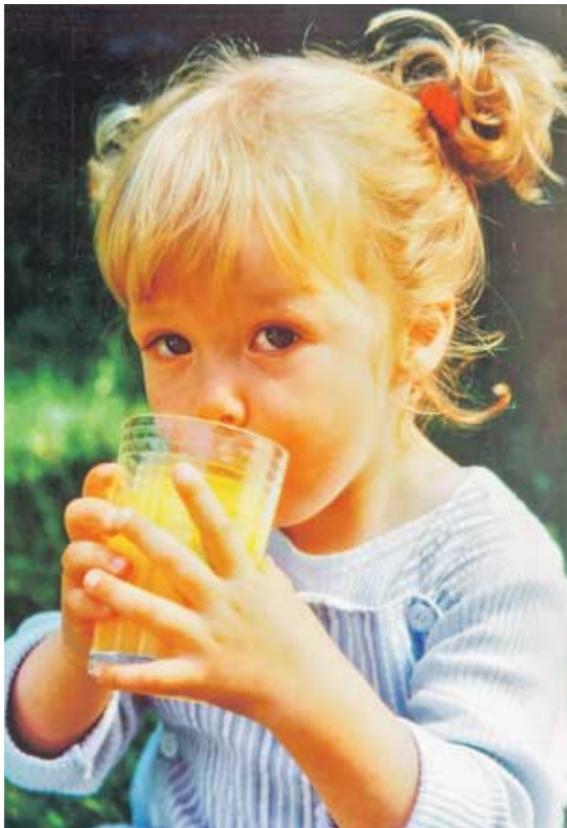
ERNÄHRUNG

Falsche Versprechen im Saftkarton

In der kalten Jahreszeit haben Vitaminsäfte Hochsaison. Jeder will sich bestmöglich gegen drohende Erkältungen schützen. Doch aktuelle Tests zeigen, dass die meisten Getränke eher schaden als Krankheiten vorzubeugen. Ökotest hat 18 ACE-Säfte unter die Lupe genommen. Nur zwei erhielten ein „sehr gut“, acht fielen mit „mangelhaft“ oder „ungenügend“ durch. Das Ökotest-Urteil fällt daher harsch aus: Die ACE-Getränke halten nicht, was sie versprechen. Das geht aus dem Ökotest-Jahrbuch 2008 hervor.

Nicht erst seit gestern ist die Extradosis künstlicher Vitamine umstritten. „Wer sich ausgewogen mit fünf Portionen Obst und Gemüse am Tag ernährt, braucht keine zusätzlichen Vitamine“, betont Bettina Wegener, Geschäftsstellenleiterin der Sektion Sachsen der Deutschen Gesellschaft für Ernährung. Es könne zu einer Überdosierung kommen. „Überschüssiges Vitamin C scheidet der Körper einfach aus. Die fettlöslichen Vitamine A und E bleiben im Körper, zu viel von ihnen kann aber auch zu Problemen führen.“

Vor allem vor zugesetztem Betacarotin, der Vorstufe



Säfte sind Vitaminlieferanten. Ein Test zeigt aber, dass nicht alle ACE-Produkte gesund sind. Foto: dpa

Ein „sehr gut“ erhielten bei Ökotest der Saft Vital ACE von Voelkel für 4,27 Euro je Liter und Solevita von Lidl für 1,09 Euro je Liter.

Ein „gut“ bekamen sechs Säfte, darunter das ACE-Getränk von Aldi für 49 Cent beziehungsweise 60 Cent je Liter.

Mit „mangelhaft“ bewertet wurden die ACE-Drinks von Plus, Rauch, Förstina-Sprudel, Krings und Pfanner.

„Ungenügend“ gab es für die Getränke von Albi, Beckers und Rapp's Kelterei. Sie enthielten zusätzlich chlorierte Kunststoffe in der Verpackung und Süßstoffe.

von Vitamin A, raten Experten ab. „Lange Zeit galt Betacarotin als positiv für die Krebsvorsorge, mittlerweile gibt es auch Studien, die das Gegenteil zeigen“, warnt Wegener. Der Forschungsbedarf sei auf diesem Gebiet noch sehr hoch. Das Bundesinstitut für Risikobewertung rät daher, täglich nicht mehr als zwei Milligramm synthetisches Betacarotin aufzunehmen. Alle Getränke, deren Betacarotin-Anteil höher als zwei Milligramm pro Viertelliter ist, fielen daher im Ökotest durch. Die Vitaminsäfte von Albi, Beckers und Rapp's Kelterei erhielten nur ein „mangelhaft“ als Wertung. Ihnen waren neben mehr als zwei Milligramm Betacarotin auch noch Süßstoffe zugesetzt. Im Testurteil wird zudem darauf hingewiesen, dass einige Hersteller mittlerweile sogar Betacarotin-Zusätze versteckt als Vitamin A oder Provitamin A deklarieren.

Nur vier der getesteten Getränke enthielten keine synthetischen Vitamine. Auch im Winter, wenn zusätzlicher Schutz vor Krankheiten gewünscht ist, genüge es, auf frisches Obst und Gemüse sowie ab und zu ein Glas Saft zurückzugreifen, so Wegener. Vom täglichen Verzehr einer ganzen Flasche Vitaminsaft rät die Expertin

ab. „Saft ist nicht wie Wasser oder ungesüßter Tee nur ein Getränk, er ersetzt eine Obst- oder Gemüse-mahlzeit, da er auch Ballaststofflieferant ist.“ Besser sei es hingegen, aus der regionalen und saisonalen Vielfalt im Obst- und Gemüseangebot abwechslungsreich auszuwählen. „Wer darüber hinaus tatsächlich eine Mangelerscheinung hat, sollte zum Arzt gehen. Vitaminsaft ist keine Therapie“, so die Expertin weiter.

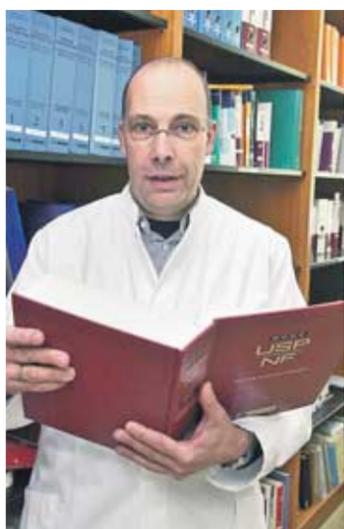
Wer sich ab und zu ein Glas gönnt, sollte darauf achten, dass auch wirklich Saft auf der Flasche steht. „Von so genannten Fruchtnektaren und Fruchtsaftgetränken sollten Verbraucher die Finger lassen, weil sie nicht den reinen Saft enthalten“, sagt Wegener. Der weit geringere Fruchtanteil ist mit Wasser, Zucker und oft auch Süßstoffen aufgefüllt.

Besondere Vorsicht sollte bei Kleinkindern gelten. Denn vor allem für die Milchzähne ist der verwendete Fruchtzucker eine Gefahr für frühe Karieserkrankungen. „Die Kleinen sollten Saft nur im Verhältnis Eins zu Eins gemischt mit Wasser trinken“, erklärt Bettina Wegener. Zum Dauernuckeln sei er ungeeignet. *Skadi Hofmann*

APOTHEKERTIPP *

Grippezeit – Impfzeit

Die Grippe (Influenza) ist eine sehr ansteckende Infektionskrankheit der Atem-



wege. Der Urheber, das Influenza-Virus, wird in der Regel über Tröpfcheninfektion, zum Beispiel über Niesen und Husten, von einem Menschen auf den anderen übertragen. Das Virus schädigt die Schleimhaut der Atemwege und mindert ihre Abwehrkraft. Dadurch wird der Körper für weitere schwere Infektionen anfälliger, und das kann besonders bei Senioren zu ernsthaften Erkrankungen bis hin zum Tode führen. Grippe-Epidemien können mit vielen Todesfällen verbunden sein. Man rechnet, dass in Deutschland pro Jahr zwischen 7000 und 15 000 Menschen an Influenza und deren Folgen versterben.

Ende des Ersten Weltkrieges (1918/19) forderte die „Spanische Grippe“ weltweit 20 bis 50 Millio-

nen Menschenleben – mehr als alle Kampfhandlungen der vorangegangenen vier Jahre. In den Jahren 1957/58 starben an der „Asiatischen Grippe“ in den Vereinigten Staaten 70 000 Menschen. Zehn Jahre später kostete die „Hongkong Grippe“ weltweit ungefähr 700 000 Personen das Leben. Anhand dieser Zahlen wundert es nicht, dass die Ständige Impfkommission des Robert Koch Institutes (Stiko) auch in der letzten Mitteilung eine Impfung aller Personen ab 60 Jahren empfiehlt. Auch anfällige Patienten, die Lungenkrankheiten oder Diabetes haben, sollten sich eine Impfung überlegen.

Die Grippe-Viren verändern sich immerfort. Das hat die unangenehme Konsequenz, dass die Impfstoffe jedes Jahr auf die

jüngsten Viren angepasst werden müssen. Eine Schutzimpfung aus dem Jahr 2005 ist also nur sehr schwach im Jahr 2006 wirksam, und man muss sich erneut spritzen lassen. Das Risiko einer Impfreaktion, die über eine kleine Rötung an der Injektionsstelle und Abgeschlagenheit hinausgeht, ist minimal und nicht vergleichbar mit dem Risiko, ernsthafte gesundheitliche Konsequenzen durch die Grippe zu bekommen.

Eine einmalige Injektion ist ausreichend. Der Impfschutz beginnt ungefähr 14 Tage nach der Impfung. Lassen Sie sich deshalb rechtzeitig vor Beginn der Erkältungssaison impfen, also im Herbst in den Monaten von September bis November. Ein letzter Wermutstropfen: Vor Erkältun-

gen schützt die Impfung leider nicht, denn sie werden von einer Vielzahl anderer Viren ausgelöst. Eine Erkältung ruft zwar ähnliche Beschwerden hervor, verläuft jedoch viel harmloser. Sie wird deshalb auch grippaler Infekt genannt und sollte nicht dazu führen, dass Sie die Impfung als nutzlos einstufen. Vergessen Sie allerdings nicht, dass der beste Weg, sich auf natürliche Weise vor Erkältungen zu schützen, das Abhärten ist. Gehen Sie also ruhig auch bei schlechtem Wetter spazieren: Ihr Körper wird Ihnen dafür danken!

* Roberto Frontini ist Direktor der Apotheke des Universitätsklinikums Leipzig in der Liebigstraße 21 und Doktor der Pharmazie.

SCHOKOLADENBAD

Luxus wie bei den Maya

Die warme Schokolade fließt langsam über den Körper und verbreitet einen angenehm süßlichen Geruch. Was klingt wie ein Traum eines Kindes, ist in Wirklichkeit ein aktueller Trend in der Wellnessbranche: Schokolade wird nicht gegessen, sondern gleich löffelweise für Massagen, Kosmetikprodukte, Peelings und Ganzkörperpackungen genutzt. Bundesweit bieten viele Hotels, Wellnesszentren, Beautyfarmen und Kosmetiksalons diesen Luxus an.

„Schokolade ist in der Wellness-Branche seit einiger Zeit in Mode gekommen“, bestätigt der Dermatologe Hans Mefert aus Berlin. Immer mehr seiner Patienten erzählen ihm von ihren Erfahrungen mit der braunen Masse. „Eine junge Frau hat mir beispielsweise berichtet, wie schön sie es fand, mit warmer Schokolade massiert zu werden.“

Die Angebote dafür sind vielfältig. In einem Hotel in Bad Nenndorf beispielsweise bietet Andrea Gröne eigenen Angaben zufolge Peelings, Massagen und Packungen mit heißer Schokolade an. Auch Kosmetikfirmen haben laut dem Verband der Vertriebsfirmen Kosmetischer Erzeugnisse (VKE) in Ber-

lin Kakaobutter in einige Körperpflegeprodukte integriert sowie Schokomasken entwickelt.

Die Idee hinter den Behandlungen mit der braunen Süße ist einfach: Die Kakaobohne enthält ähnlich wie andere Naturprodukte verschiedene Inhaltsstoffe, denen gesundheitsfördernde Wirkungen zugeschrieben werden. „Ein Teil der Nuss besteht beispielsweise aus Kakaobutter, die wie andere Butter sehr fettig ist und gerne für bestimmte Cremes verwendet wird“, erklärt Hans-Ulrich Jabs vom Deutschen Wellness Verband. „Außerdem enthält Schokolade noch den Glücksboten Serotonin, den Wach- und Muntermacher Phenylethylamin sowie Antioxidantien wie Polyphenole, die krebserregende Radikale fangen“, ergänzt der Biochemiker und Facharzt für innere Medizin aus Nottuln bei Münster.

Die Anbieter der Schokoladen-Wellness weisen darüber hinaus auf das im Kakao enthaltene Theobromin, das das Herz stimulieren soll, sowie auf die Erfahrungen der Mayas und Azteken. So sollen schon die Mayas Kakaobutter als Basis für Wundsalben und zur Behandlung von Fieber, Herz- und

Atembeschwerden benutzt haben.

Doch ob die Inhaltsstoffe der Kakaobohne ihre

Wirkung auch tatsächlich durch die Haut entfalten können, ist frag-

lich. „Kakaobutter kann wie andere Fette die Haut pflegen und geschmeidig machen“, sagt Dermatologe Mef-

ert. „Doch es gibt keine wissenschaftlich abgesicherten Studien, die be-

legen, dass Schokoladenbehandlungen auch tiefer gehende Wirkungen haben.“ Der Biochemiker Jabs ergänzt: „Schokoladenbehandlungen sprechen in erster Linie das kindliche Bedürfnis des Menschen an, sich zu bekleckern und einmal richtig in Schokolade zu wälzen.“ Einen weiterführenden, gesundheitsfördernden Wert spricht der Experte den Kakaoanwendungen jedoch ab. „Das Problem ist, dass die Schokolade gar nicht durch die Haut eindringt, da sie die natürliche Schutzbarriere nicht überwinden kann“, erklärt der Mediziner.

Dennoch sind Behandlungen mit der kalorienreichen Süße weiterhin beliebt. „Der Genuss von Schokolade führt über die Ausschüttung von Serotonin zu Glücks- und Zufriedenheitsgefühlen, steht aber gleichzeitig auch in dem Ruf, dick zu machen“, sagt Experte Jabs. Mit der Schokoladenmassage beispielsweise werde in der Werbung jedoch suggeriert, dass Glücksgefühle ohne Gewichtszunahme zu haben seien. Das würde laut Jabs auch erklären, warum die Schokoladenmassagen fast ausschließlich von Frauen nachgefragt werden. *Aliki Nassoufis*



Süße Behandlung: Schokolade wird für Massagen, Kosmetik, Peelings und Ganzkörperpackungen genutzt. Foto: dpa

ERNÄHRUNG



Bioprodukte sind am gesündesten, wenn sie frisch genossen werden. Foto: Volkmar Heinz

Bio – am besten erntefrisch

Wer bei Biolebensmitteln besonders frische Ware kaufen will, sollte sich an einen regionalen Händler wenden. „Am frischesten sind Bioprodukte immer noch, wenn man sie gleich beim Bauern vor Ort kauft“, sagte Andrea Schauff von der Verbraucherzentrale Hessen. „Es macht natürlich nicht ganz so viel Sinn, einen Bio-Apfel aus Neuseeland zu kaufen.“ Dieser sei einerseits länger zum Kunden unterwegs, und der Transport schade auch der Umwelt. Hilfreich sei neben einem Blick auf entsprechende Siegel auch, bei Obst und Gemüse auf saisonale Produkte zurückzugreifen.

Laut Stiftung Warentest schwankt die Qualität bei Biolebensmitteln teilweise stark. Daher schmeckten sie im Allgemeinen nicht unbedingt besser als herkömmliche Produkte. Die Prüfer hatten 54 Tests von Lebensmitteln aus der Zeit von 2002 bis 2007 ausgewertet.

Allerdings seien solche Bewertungen anhand von Ergebnissen aus unterschiedlich alten Tests eher ungenau und daher wenig aussagekräftig, meint die Verbraucherschützerin. „Dass etwa Bioprodukte grundsätzlich mehr mit Keimen belastet sind, stimmt so nicht.“ Die Tester hatten be-

mängelt, dass Bioprodukte öfter Probleme mit Bakterien und Hefen hätten als konventionelle. So habe etwa getestetes Bio-Hackfleisch teilweise zu hohe Keimbelastungen gezeigt. Eine Probe sei beim Test sogar bereits verdorben gewesen und habe leicht faulig geschmeckt.

Frisch vom Feld seien Bioprodukte aber meist top, betonten die Tester. So seien unverarbeitete Bioprodukte den konventionellen überlegen, weil sie eher frei von Pestiziden sind. Allerdings seien manche Produkte dafür durch andere Schadstoffe wie Weichmacher belastet. *dpa*

AM RANDE

Alarmsignal Vertrauensverlust

Wenn es um eine Ehe nicht besonders gut bestellt ist, zeigen dies bestimmte Signale. Von sieben solcher Kriterien spricht der Psychoanalytiker Dietmar Stiernerling. Dazu gehören Verlust der Vertrautheit, depressive Liebeswahrnehmung, körperliche Erschöpfung, beschädigtes Selbstwertgefühl, innere Verlassenheit, Misstrauen und Psychokrieg. Unter den genannten Bedingungen sei eine Ehe selbstzerstörerisch. Den Verlust der Vertrautheit zum Beispiel erkenne ein Paar daran, dass Gefühle voreinander verborgen werden. Ein anderes Warnsignal sei, wenn Zärtlichkeit nur noch mechanisch stattfindet. Depressive Liebeswahrnehmung äußere sich in dem Gefühl, sein Leben verpfuscht zu haben. Vergiftet werde jede Beziehung durch Misstrauen, so dass selbst Versöhnungsgesten nicht mehr helfen. Am Ende komme es zu körperlicher Erschöpfung und Psychokrieg. Dann wäre es für die Beteiligten das Beste, sich zu trennen. *dpa*

Ausdauersport halbiert Risiko

Das Risiko einer Herzerkrankung lässt sich bereits mit einer Stunde Ausdauersport pro Woche fast halbieren. Darauf macht die Deutsche Herzstiftung in Frankfurt aufmerksam. Die Experten raten außerdem, vorbeugend regelmäßig Blutdruck, Cholesterinwerte und Blutzucker kontrollieren zu lassen. Wird eine Herzerkrankung frühzeitig erkannt, ließen sich in vielen Fällen schwere gesundheitliche Schäden vermeiden. Sinnvoll sei der Gesundheitscheck beim Arzt, der vom 35. Lebensjahr an alle zwei Jahre kostenlos wahrgenommen werden kann. *dpa*

Preiswerte Handcreme

Gute Handcreme muss nicht teuer sein. Die Zeitschrift Öko-Test hat 25 Produkte auf ihre Inhaltsstoffe hin untersucht lassen: 17 Cremes bekamen die Note „gut“ oder „sehr gut“. Die günstigste Creme unter den mit „sehr gut“ bewerteten Produkten kostet demnach 1,09 Euro pro 75 Milliliter. Die teuerste Creme in dieser Gruppe schlägt mit 15 Euro zu Buche. Ein Produkt enthält Triclosan. Der Stoff solle Bakterien abtöten, könne aber auch die nützliche Hautflora angreifen. In zwei Handcremes fanden die Laboranten den Duftstoff Lyrall, der Allergien auslösen kann. *dpa*

Ausgabe 20 / 3. Oktober 2008
Gesundheit und mehr...

FRAGEN – STAUNEN – WISSEN

Titus träumt von Luft und Liebe

Titus ist noch nicht viel rumgekommen in der Welt. Was keine Schande ist. Titus, die kleine Waldameise, ist erst ein paar Tage alt. Dafür, dass er noch vor kurzem in seiner weichen Eierschale schlummerte und von fleißigen Brutpflegerinnen umsorgt wurde, ist der Kleine schon recht gut zu Fuß. Wo sich andere Sprösslinge lange schwer tun, auf zwei Beinen stehen zu können, setzt Titus gleich mal sechs lange Ameisenbeine schön eins vor andere. Ohne zu stolpern. Das hat er sich fix abgeguckt bei all seinen Verwandten im Ameisenhaufen, die den lieben langen Tag hin- und herwuseln. Sie alle scheinen ein bestimmtes Ziel zu haben, einen Auftrag, eine Vorstellung davon, worauf es ankommt.

Titus hat nichts dergleichen. Er würde am liebsten in sein Ei zurückkrabbeln und schlafen, den ganzen Frühling, Sommer, Herbst und Winter lang. Das wäre sein Ding. Denn sonderlich interessant findet er sie nicht, die Welt da draußen, außerhalb des Ameisenhaufens, die die Älteren den Wald nennen. Lauter tote Nadeln und Blätter, Moos und Zweige, die im Weg

rumliegen. Weil Ameisen nun mal nicht besonders gut sehen, stoßen sie oft irgendwo an mit ihren Fühlern. Allerdings, das muss Titus den anderen lassen: Ameisen sind sehr

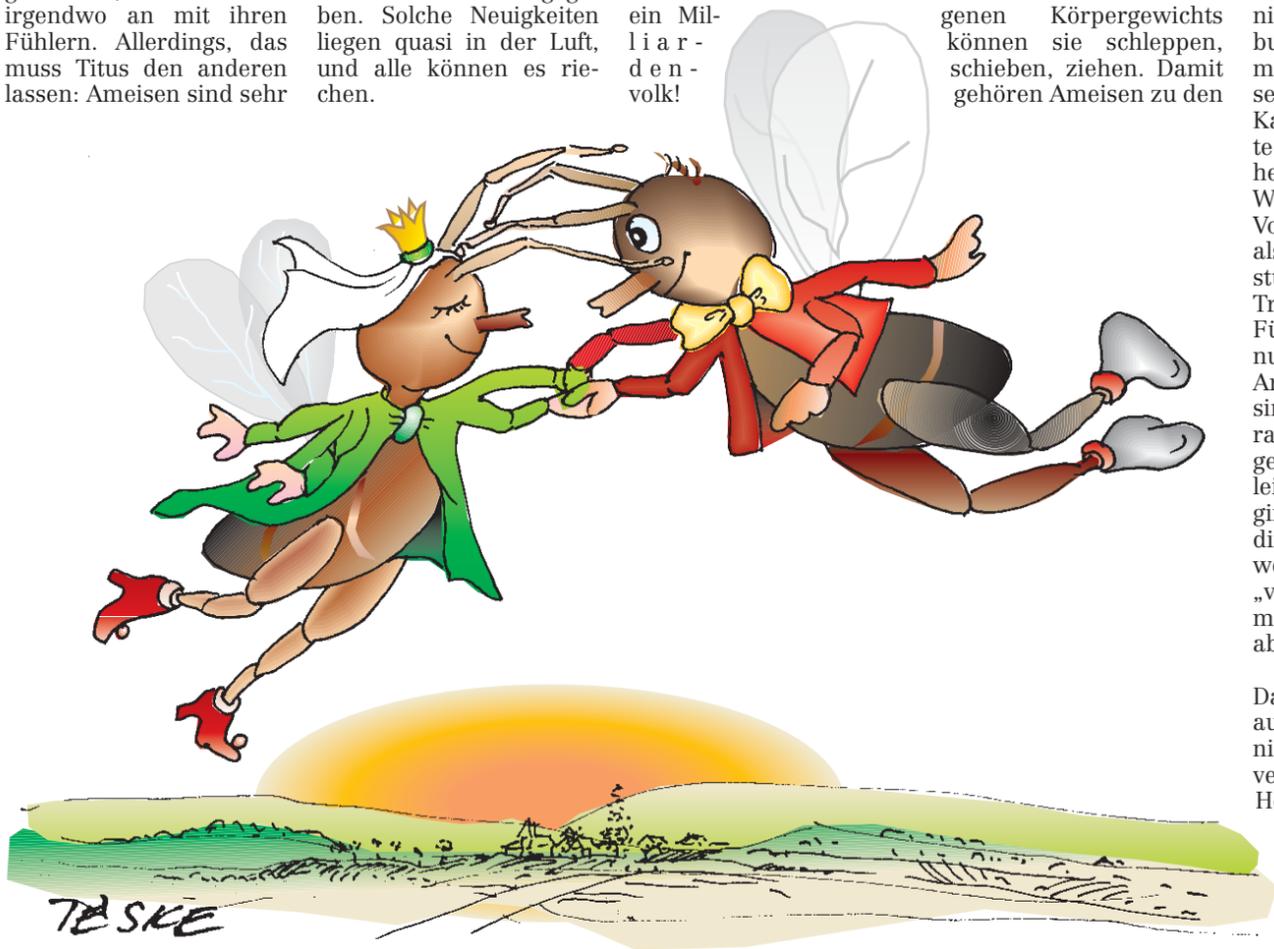
das sofort an die Brüder und Schwestern, Onkel und Tanten weitergeben. Solche Neuigkeiten liegen quasi in der Luft, und alle können es riechen.

über fast 6000 Kilometer bis zum Atlantischen Ozean hin – ein Milliarden-volk!

auf, beseitigen Aas. Und stark sind sie auch. Bis zum 40-fachen ihres eigenen Körpergewichts können sie schleppen, schieben, ziehen. Damit gehören Ameisen zu den

der Ameisenperspektive so mickrig, so geduckt vor. Wäre er doch wenigstens einer von den bunten Faltern, die manchmal auf dem Speiseplan der Waldameisen-Kantine stehen. Er könnte in die Luft gehen, umherflattern und sich die Welt von oben ansehen. Von weit oben, viel höher als die alltäglichen Baumstümpfe und Grashalme. Traurig lässt Titus seine Fühler hängen. „Wart's nur ab“, sagt eine weise Arbeiterin, die Titus trübsinnige Gedanken zu erraten scheint. „Eines Tages wirst du dich vielleicht in eine junge Königin verlieben. Das wird dir Flügel verleihen. Und wer weiß“, fügt sie hinzu, „vielleicht hebst du sogar mit ihr zum Hochzeitsflug ab.“

Das klingt für Titus sehr aufregend. Weil er gerade nichts anderes zu tun hat, versucht er sich seinen Hochzeitsflug schon mal auszumalen. In Gedanken hebt Titus ab und folgt einer schönen Ameisen-Königin. Noch weiß er nicht, was es mit dieser Sache auf sich hat, die alle Liebe nennen. Aber – so viel steht selbst für die kleine Ameise fest – es muss wohl etwas ganz Besonderes sein. *Wim*



hilfsbereit. Sobald eine dicke, fette Blattlaus eine süße Kriechspur hinterlässt, sich eine fette Raupe ins Revier verirrt oder ein Feind angreift, wird

Ameisen sind ein lustiges Völkchen, ein Staat im Staate. Und kein kleiner: Der größte Ameisenstaat zieht sich von der italienischen Mittelmeerküste

Auch auf den anderen Erdteilen kriechen und fluchen Ameisen. Nützlich sind sie, knabbern Pflanzenschädlinge, lockern den Waldboden

besten Gewichthebern unter den Lebewesen. Titus kann also eigentlich nicht klagen über seinesgleichen. Und doch kommt ihm die Welt aus

KINDERLACHEN

Witze

Frau Schulze fragt ihre Nachbarin: „Sind ihre Kinder auch so schlimm in der Schule?“ – „Ja, zum Sprechtag gehe ich nur unter fremdem Namen.“

15 Spatzen wollen ins Kino gehen. Da fliegt noch ein Spatz an den anderen 15 vorbei. Rufen die Vögel: „Komm mit uns ins Kino. Der Film ist erst ab 16!“

„Meine Frau lernt zurzeit Klavier spielen, mein Sohn singen und meine Tochter kochen!“ – „Na ist doch toll! Und was lernst du?“ – „Ich lerne leiden, ohne zu klagen!“

Fragt der Vater am Abend: „Peter, warum musstest Du denn schon wieder nachsitzen?“ – „Weil ich nicht gewusst habe, wo die Bahamas sind.“ – „Warum passt du auch nicht besser auf deine Sachen auf!“

BUCHTIPP

Drachenreiter

Hallo liebe Kinder, ich bin es wieder, euer Nils! Manchmal wünschte ich mir, ich wäre ein kleiner Drache und könnte hoch oben übers Land fliegen. Die passende grüne Farbe – wie ein echter Drache – hätte ich ja dafür schon.

Ganz hinten, in einem verlassenen Tal, herrscht große Aufregung. Stimmt es wirklich, dass die Menschen kommen und das ganze Tal überfluten wollen? Die Drachen, die sich hierher zurückgezogen haben, beratschlagen, was zu tun ist. Lug, ein junger, mutiger und abenteuerlustiger Drache, folgt dem Rat des weisen Schieferbarts und macht sich auf, den Saum des Himmels zu suchen, die ursprüngliche Heimat der Drachen. Doch nicht nur er und das Koboldmädchen Schwefel-



Wirklichkeit, die sie selbst mit zahlreichen Bildern trefflich illustriert hat.



fell sind dorthin unterwegs. Auch der geheimnisvolle Goldene hat schon seine Raben auf die Suche geschickt. Die bekannte Kinder- und Jugendbuchautorin Cornelia Funke erzählt eine spannende und überaus fesselnde Geschichte zwischen Phantasie und

Viel Spaß beim Schmökern wünscht euch euer Nils!

KINDERRÄTSEL

Finde die fünf Unterschiede



FLIRTEN

Wenn das erste Date naht

Annalena ist ziemlich verzweifelt. Seit Wochen beobachtet die 15-Jährige nun schon den dunkelhaarigen Jungen aus der Zehnten. Jede Pause nutzt die Berlinerin, um den Unbekannten zu beobachten. Sie weiß mittlerweile, dass er Daniel heißt, gerne Kakao trinkt und zu einer Clique gehört, die auf dem Pausenhof Basketball spielt. Mehr weiß Annalena nicht – nur, dass sie ihn gern kennenlernen würde. „Ich würde ihn so gerne ansprechen und ihm sagen, dass er mir gefällt“, klagt sie. „Aber dazu bin ich viel zu schüchtern.“

Zusammen mit ihren Freundinnen überlegt Annalena jeden Tag eine neue Strategie, wie sie ihren Schwarm ansprechen könnte. In die Tat umgesetzt hat sie davon aber noch keine. „Es müsste schon ein Wunder geschehen, damit wir uns kennenlernen“, sagt sie. Flirt-Experten sehen Annalenas Erfolgchancen dagegen längst nicht so pessimistisch. „Der Pausenhof bietet hervorragende Gelegenheiten zum Flirten“, sagt die Autorin Karin Probst aus Starnberg. „Man muss sie nur nutzen.“

Dazu gehört zunächst, dem anderen überhaupt sein In-

teresse zu signalisieren. Wer sich hinter den Freundinnen versteckt und verschämt den Blick abwendet, wird nicht wahrgenommen. Für erfolgversprechend hält Probst dagegen ein offenes Lächeln: „Eine positive Körpersprache ermutigt zur Kontaktaufnahme, sie macht es dem anderen leichter, sich zu nähern.“

Mädchen rät Probst, sich mit kleinen Tricks ins Wahrnehmungsfeld des Jungen zu bringen: Mit einem Top in auffälliger Farbe an ihm vorbeizuschlendern bringt Aufmerksamkeit. Dabei gilt jedoch: „Bloß nicht übertreiben. Dramatische Auftritte oder grelles Make-up wirken aufgesetzt und schrecken eher ab.“

Lässt der Typ durch Lächeln oder intensiven Blickkontakt Interesse erkennen, ist das erste Ziel erreicht. Wie aber beginnt man ein Gespräch? Am besten zu zweit, sagt Karin Probst: „Die Chancen auf ein Gespräch steigen, wenn man sich ohne die Clique im Rücken begegnet.“

Doch was ist, wenn man nicht weiß, was man sagen soll? Dafür hat Stephan Landsiedel ein paar Tipps. „Wichtiger als ein originel-

ler erster Satz ist, dass man ihn überhaupt sagt“, sagt der Flirtexperte aus Wiesentheid (Bayern). Je länger man die erste Kontaktaufnahme hinauszögert,

Am besten ist es dem Flirtexperten zufolge, vor dem Gespräch das Umfeld des Gegenübers zu erkunden, um einen Anknüpfungspunkt zu haben. Spielt er in einer

einem ersten Date. Weitgehend risikolos sind auch Bemerkungen, die sich auf die Umgebung beziehen, etwa die Schlange am Pausenkiosk.

traut“, meint er. Schüchternen wie Annalena rät Landsiedel, die eigene Unsicherheit zu thematisieren. Wer zugibt, dass er vor lauter Herzklopfen seinen Satz vergessen hat, zeigt Mut. Und der wird in den meisten Fällen belohnt.

Schlecht kommen dagegen Verlegenheitsreaktionen wie Albernheit oder aufgesetzte Arroganz an. Das wirkt nicht nur unsouverän, sondern kann dazu führen, dass sich der andere nicht ernst genommen fühlt. Dann kann der Flirt vorbei sein, bevor er angefangen hat.

Wenn alles gut geht, wird aus den ersten Sätzen ein Gespräch. Trennen sollte man sich erst, wenn man die Verabredung zu einem Treffen oder die Telefonnummern ausgetauscht hat. Um tagelanges Warten auf den Anruf zu vermeiden, schreibt man die Nummer des anderen am besten selbst auf und wird aktiv, empfiehlt Probst. SMS im Studententakt sind allerdings nervig. Auch Stephan Landsiedel warnt vor zu großem Überschwang nach dem ersten Kontakt. „Ein erfolgreicher Flirt bedeutet noch nicht, dass man miteinander geht.“

Nina Apin



Wär's doch schon so weit: Zum Flirt kann es nur kommen, wenn man den anderen anspricht – manchmal reicht schon ein „Hallo“.

Foto: dpa

desto mehr Erwartungsdruck belastet das erste Gespräch. Ein weiterer Tipp: natürlich bleiben. „Auswendig gelernte Sprüche können in die Hose gehen, vor allem wenn Nervosität im Spiel ist. Mit einem freundlichen „Hallo“ kann man dagegen nichts falsch machen.“

Band, kann sie nach dem nächsten Auftritt fragen. Ist sie gut in Bio, kann er um Nachhilfe bitten. Ein großes Risiko besteht bei dieser Flirtmethode nicht: Schlimmstenfalls bekommt man wirklich nur Bionachhilfe. Aber mit etwas Glück nimmt der Andere den Vorwand auf, und es kommt zu

Den größten Erfolg verspricht laut Landsiedel aber die direkte Methode: Hingehen und lächelnd mit der Tür ins Haus fallen. „Komplimente wie ‚Dein Lächeln gefällt mir, ich würde dich gerne kennenlernen‘ wirken meistens. Besonders Jungen sind beeindruckt, wenn ein Mädchen sich so etwas

AUDIO / VIDEO / GAMES / BOOKS

Metallica

Death Magnetic ist das wichtigste Metal-Album des Jahres 2008. Wäre es enttäuschend ausgefallen, es hätte ein komplettes Genre gelähmt und ausgebremst. Doch die CD ist das geworden, was sich die Anhängerschaft erhofft hat: eine erstklassige Thrash-Metal-Granate mit Anklängen an die Metallica-Hochphase in den 80er Jahren. Die komplexen zehn Songs brauchen einige Durchläufe, bis sie sich in ihrer ganzen Pracht entfalten, doch schon nach Drücken der Repeat-Taste ist klar: St. Anger und Load/Reload sind Geschichte, mit Death Magnetic machen Metallica endlich da weiter, wo sie vor zehn Jahren aufgehört haben.



Acht Blickwinkel

Als US-Präsident Ashton bei einer Rede zur Terrorismusbekämpfung auf einem Platz in Salamanca von Schüssen niedergestreckt wird, denen kurz darauf eine Bombenexplosion folgt, muss der erfahrene Secret-Service-Agent Barnes reagieren. Blitzschnell sortiert er das Chaos und bekommt von einem Touristen und einem TV-Team Hinweise auf die Täter, deren Verfolgung er aufnimmt. Weder kann er zu diesem Zeitpunkt ahnen, dass da nur ein Double des Präsidenten auf der Bühne stand, noch hat er einen Schimmer, dass der Terror erst begonnen hat ...



The Force Unleashed

Mit Star Wars: The Force Unleashed geht die Star-Wars-Saga weiter: Dabei wird der Spieler nicht nur zu Darth Vaders geheimem Schüler, ungeahnte Enthüllungen über das Star-Wars-Universum werden aufgedeckt. Die detaillierte Story ist in der weitgehend unbekanntem Zeitspanne zwischen Episode III und Episode IV angesiedelt. Darin unterstützt der Spieler den berüchtigten Schurken bei seiner Mission, die Galaxis von den Jedi-Rittern zu befreien – und sieht sich dabei mit Entscheidungen konfrontiert, die den Lauf des Schicksals verändern können. Für PS 3.



Technolution

Fliegende Autos und Städte im Weltraum – solche Zukunftsvisionen begleiten uns seit Jahrzehnten. Warum sie nicht eingetroffen sind, wie sich die Technik tatsächlich entwickelt und welche verblüffenden Dinge wir daraus über uns selbst erfahren können, das erklärt der bekannteste Zukunftsforscher in diesem spannenden Buch. Wenn wir an Zukunft denken, dann denken wir fast immer an technischen Fortschritt. Matthias Horx bietet eine völlig neue Erklärung dafür, wie dieser Fortschritt entsteht. Denn Technik entwickelt sich nicht planmäßig und linear, sondern nach den Gesetzen der Evolution.



AM RANDE

Zwei junge Sachsen siegen

Beim Bundesfinale von Jugend trainiert für Olympia haben sächsische Mannschaften zwei Siege und sechs zweite Plätze feiern können. Ganz oben auf dem Siegertreppchen standen der so genannte Jungen-Gig-Doppelvierer mit einem Steuermann des Sportgymnasiums Dresden bei den Ruderern und die Schwimmer des Sportgymnasiums Leipzig. Beide Teams werden Deutschland bei der Schul-Weltmeisterschaft der International School Sport Federation 2009 in Puerto Rico vertreten, teilte das Kultusministerium mit. Fünf Silbermedaillen gingen nach Leipzig, eine nach Chemnitz. Im Bundesfinale in Berlin starteten 4000 Schüler in 27 Wettbewerben. Die Ergebnisse sind unter anderem auch Resultat einer vorbildlichen Nachwuchsförderung an den sächsischen Standorten der Sportgymnasien, hieß es vom Ministerium.

dpa

Ausgabe 20 / 3. Oktober 2008
Gesundheit und mehr...

■ VERMÖGEN

Experten: Nicht gleich auf die Bahn-Aktie aufspringen

Die frühere Bundesbahn wird zum börsennotierten Unternehmen: Noch im Herbst soll es Aktien der Bahn AG geben, auf einer Werbetour will der Vorstand bei internationalen Investoren die Aktie vorstellen. Allerdings sind nur 10 bis 20 Prozent aller Anteilsscheine für Privatanleger reserviert. Und nicht alle Experten sind optimistisch, was die Gewinnmöglichkeiten von Sparern anbetrifft – nicht nur wegen der schlechten Erfahrungen mit früheren Börsengängen von ehemaligen Staatsunternehmen. Die aktuelle Stimmung an der Börse könnte ein weiterer Hemmschuh sein.

Lediglich ein Anteil von 24,9 Prozent der Bahn-Tochter DB Mobility & Logistics, der Verkehrs- und Logistiksparte, soll an der Börse gehandelt werden. Drei Viertel der Anteile bleiben also in den Händen der Konzernholding und damit im Staatsbesitz. Vor allem das macht Finanzexperten skeptisch: „Wir glauben, dass die Deutsche Bahn AG weiterhin ein sehr politisches Unternehmen bleiben wird“, sagt Lothar

Gries, Sprecher der Schutzgemeinschaft der Kapitalanleger. „Die Bahn wird auch nach der Privatisierung kein privatwirtschaftliches Unter-

auch die Erfahrung aus der Entwicklung nach Privatisierungen von Staatskonzernen wie der Telekom oder der Post.

Marco Cabras, Sprecher der Deutschen Schutzvereinigung für Wertpapierbesitz, sieht im Teilbörsengang ebenfalls das größte Risiko:

Die Preisspanne für die Aktie ist noch nicht veröffentlicht worden. Die Geheimniskrämerie dürfte auch damit zu tun haben, dass die Bedingungen für einen Börsengang aufgrund der Entwicklung auf dem Aktienmarkt derzeit nicht die besten sind: „Das Marktumfeld ist schlecht“, sagt Cabras. Deswegen könne es seiner Einschätzung nach sein, dass der Börsengang noch in letzter Minute verschoben werde, damit der Start der Aktie nicht zum Flop gerät.

Ein spezielles Aktienprogramm wird es den Planungen zufolge für die mehr als 200 000 Mitarbeiter der Bahn geben. Sie sollen die Papiere ihres Unternehmens zu einem günstigeren Preis erhalten. Es komme zwar auf die genauen Konditionen des Mitarbeiterprogramms an, sagt Aktionärsschützer Gries. Grundsätzlich ist er aber trotz des möglichen Rabatts skeptisch: „Ich würde als Mitarbeiter die Aktien nicht zeichnen.“

Viele Analysten großer Bankhäuser dürfen oder wollen sich derzeit nicht offiziell zur Bahn-Aktie äu-

bern. Hinter vorgehaltener Hand sind aber ebenso skeptische Stimmen aus dem Marktumfeld zu hören. Manche bezweifeln gar, dass die Bahn überhaupt „börsenfähig“ ist. Andere sind optimistisch: „Das Modell scheint sehr aussichtsreich zu sein“, sagt Cabras. Besonders interessant sei, dass es bei der Bahn für den Anleger kein Auslandsrisiko gebe. „Das Unternehmen ist einzig und allein in Deutschland aktiv.“ Es gebe somit keine Risiken durch Währungsschwankungen oder durch Tochterunternehmen im Ausland.

Auch die steigenden Rohstoffpreise ließen auf eine gute Zukunft für den Schienenverkehr hoffen, sagt Cabras. Trotz aller Risiken und schlechter Erfahrungen mit der Privatisierung von Staatskonzernen ist er daher zuversichtlich, dass die Bahn-Aktie eine Erfolgsgeschichte werden kann: „Ich hoffe, dass man aus den Fehlern bei der Telekom gelernt hat und es einen fairen Preis gibt, so dass der Privatanleger nicht der Gelackmeierte ist.“ Sebastian Knoppik



Ein Teil der Bahn kommt an die Börse, aber Privatanleger schauen sich die Kursentwicklung besser erst eine Weile an. Foto: dpa

nehmen sein. Das kann sehr hemmend wirken für das Potenzial der Aktie.“

Er rät interessierten Anlegern daher, zunächst einmal den Kursverlauf der Aktie abzuwarten und nicht gleich einzusteigen. Mindestens ein bis eineinhalb Jahre sollte man das Papier beobachten, empfiehlt Gries. Das lehre

Auch Peter Lischke, Finanzexperte der Verbraucherzentrale Berlin, fühlt sich an den Börsengang der Deutschen Telekom erinnert und rät daher zur Vorsicht: „Man sollte nicht gleich auf den Zug aufspringen, sondern zunächst einmal gucken, wie sich das Unternehmen und der Kurswert entwickeln.“

„Die Anleger sind auf Gedeih und Verderb dem ausgesetzt, was der Staat möchte.“ Zumindest zwei Daten sind aber inzwischen bekannt: Der Börsengang soll nach Unternehmensangaben am 27. Oktober erfolgen, der Beginn der Zeichnungsphase für Privatanleger in Deutschland ist für den 13. Oktober geplant.

■ AKTUELLE URTEILE

Nebenjobs besser anmelden

Bei einem Nebenjob müssen Arbeitnehmer einige Regeln beachten – ansonsten riskieren sie eine Kündigung im Hauptberuf. Sicherheits halber sollte der Mitarbeiter den Chef über jeden Zweitjob kurz schriftlich informieren. Wird der Nebenjob trotz vertraglicher Verpflichtung verschwiegen, kann das eine Abmahnung oder sogar die Entlassung nach sich ziehen, heißt es in einem Urteil des Bundesarbeitsgerichts in Erfurt. Der Chef könne seinen Mitarbeitern zudem einen Zweitjob verbieten, wenn sie etwa für die Konkurrenz tätig werden wollen. Auch dürften Angestellte mit beiden Jobs die zulässige Höchstarbeitszeit von 48 Stunden pro Woche nicht überschreiten. Probleme kann es auch mit Nebenjobs im Urlaub geben: So dürfe der Chef es untersagen, wenn Angestellte für ihren Zweiterwerb freinehmen wollen. Laufende Feierabendjobs müssten Angestellte in der Urlaubszeit aber nicht unterbrechen. (Az.: 6 AZR 537/95)

Schneller Einspruch gegen Bescheid

Für einen Einspruch gegen seinen Einkommensteuerbescheid hat der Steuerzahler nur einen Monat Zeit. Das geht aus einem Beschluss des Bundesfinanzhofs in München hervor. Wer den Einspruch nach Ablauf der Frist einreicht, hat keine Chance, auf mögliche Fehler oder erhöhte Kosten einzuwirken. Arbeitsüberlastung, Vergesslichkeit oder ein Absturz des Computers würden als Gründe für das Fristversäumnis nicht akzeptiert. In dem Fall hatte der Kläger behauptet, das Schreiben der Finanzbehörde erst sechs Tage später bekommen zu haben. Außerdem sei das Postunternehmen unzuverlässig. Diese Behauptung konnte er aber nicht beweisen. Der Einspruch wurde abgelehnt. Bei plötzlicher Krankheit oder im Fall eines Urlaubs kann der Steuerzahler aber einen Antrag auf Wiedereinsetzung stellen. Bei einer Wiedereinsetzung in den vorigen Stand wird er so gestellt, als habe er die Frist nicht versäumt. (Az.: III B 141/07)

■ ARBEITSLEBEN

Stress im Job schlägt auf die Psyche

Arbeitnehmer sollten es rechtzeitig ansprechen, wenn ständiger Stress und Ärger im Job ihnen auf die Psyche schlagen. „Viele haben immer noch Hemmungen, psychische Probleme wie Depressionen zuzugeben“, sagte Dirk Windemuth vom Institut Arbeit und Gesundheit der Deutschen Gesetzlichen Unfallversicherung (DGUV) in Dresden. Wenn der Stress im Beruf aber tatsächlich krank macht, sollten Betroffene sich frühzeitig Hilfe holen, um zu vermeiden, dass sie länger im Job ausfallen, sagte der Arbeitspsychologin anlässlich einer von der DGUV mitorganisierten Tagung in Berlin mit dem Motto „Gesund werden und gesund bleiben im Beruf“.

Den Angaben zufolge wurden im vergangenen Jahr rund 160 000 Menschen frühverrentet. Depressionen, Burn-out oder Angststörungen sind dabei nach Statistiken der Krankenkassen mittlerweile der Hauptgrund für vorzeitiges Ausscheiden aus dem Beruf.

Ein Ansprechpartner für Betroffene könne der Betriebsarzt sein,

sagte Windemuth. Einige Firmen hätten auch spezielle Disability-Manager, die sich um die berufliche Wiedereingliederung Erkrankter kümmern. Betroffene



Kein Tabu mehr: Psychische Probleme durch die Arbeit. Foto: dpa

sollten aber auch das Gespräch mit ihrem Chef suchen und mit ihm gemeinsam nach Lösungen wie einer Therapie suchen. „Das hilft auch, um zum Beispiel schlechte Leistungen zu erklären. Dann weiß der Chef, dass es keine Faulheit ist, sondern ein

ernstzunehmendes Problem dahintersteckt.“

Allerdings sollten Arbeitnehmer in solchen Fällen nicht gleich mit vorschnellen Diagnosen ankommen. Ein Satz wie „Chef, ich hab' ein Burn-out“ klinge sonst leicht wie eine fadenscheinige Entschuldigung. Besser sei es, konkrete Situationen und Aufgaben im Job zu benennen, die einen auf Dauer belasten und überfordern. Dann könne auch der Chef überlegen, was er ändern kann, damit ein Arbeitnehmer etwa nach der Behandlung einer Depression nicht wieder vor den gleichen Problemen im Büro steht wie vorher.

Auch vor den Kollegen sei es oft eine schwierige Situation, wenn Arbeitnehmer wegen psychischer Probleme im Job ausfallen. Solche Momente müssten offensiv angegangen werden, riet Windemuth. „Geredet wird eh. Dann ist es besser, von sich aus darauf einzugehen.“ So wüssten die Kollegen am besten, wie sie mit dem Problem umgehen sollen und ob der Betroffene wieder voll einsetzbar ist.

Tobias Schormann

■ VERSORGUNG

Gesundheitsfonds bleibt umstritten

Der Gesundheitsfonds, der am 1. Januar starten soll, bleibt umstritten. Der Präsident des Bundesversicherungsamtes, Josef Hecken, ist überzeugt, dass er zu einer besseren Versorgung alter und kranker Menschen führen wird. Heute buhlten die Kassen vielfach um junge und gesunde Versicherte, sagte der oberste Verwalter des Fonds. Die IKK-Direkt-Krankenkasse warnte dagegen vor Nachteilen für sozial Schwache durch den Gesundheitsfonds. In Kürze kommt ein Schätzerkreis zusammen, um eine Empfehlung für den einheitlichen Krankenversicherungsbeitragssatz abzugeben.

Der Präsident des Bundesversicherungsamtes, Josef Hecken, sagte, künftig werde eine Kasse mit

sich um Kranke kümmern, mehr als jemand, der Gesunde versichert“, sagte er.

Saarland Gesundheits- und Sozialminister war. Von den angekündigten Fusionen der Kassen

nanziert ist“, sagte der Kassenmanager.



Bundesgesundheitsministerin Ulla Schmidt (SPD) konnte den Gesundheitsfonds durchsetzen – doch es regt sich weiterhin massive Kritik. Foto: dpa

Nach einem Bericht des Nachrichtenmagazins Der Spiegel erwägen die Koalitionsparteien, zusätzliche Steuermilliarden für die gesetzliche Krankenversicherung bereitzustellen. Der Plan der Sozialpolitiker von CDU und SPD sehe vor, dass die Krankenkassen etwa 1,5 Milliarden Euro mehr für die Versorgung von Langzeitarbeitslosen bekommen. Damit sollte ein befürchteter Anstieg des Beitragssatzes eingedämmt werden.

vielen kranken Versicherten mehr Geld aus dem Gesundheitsfonds erhalten als eine Kasse mit jungen und gesunden Mitgliedern. Fast 60 Prozent des Geldes werde auf der Basis des reformierten, an 80 der am weitest verbreiteten Krankheiten ausgerichteten Finanzausgleichs zwischen den Krankenkassen verteilt: „Damit bekommt jemand, der

Vom Gesundheitsfonds profitierten vor allem die großen Versorgerkassen, deren Versicherte in etwa der Bevölkerungsstruktur entsprechen. Bezahlen müssten hingegen jene Kassen, die sich bisher darauf beschränkt hätten, junge und gesunde Mitglieder zu gewinnen, „was mit Solidarität nichts zu tun hat“, sagte der Christdemokrat Hecken, der im

profitierten die Versicherten. Aus der Sicht von Ralf Hermes, Vorstandsvorsitzender der IKK-Direkt-Krankenkasse, werden dagegen kleine Krankenkassen und sozial Schwache die Verlierer des Fondsmodells sein. „Der Kostendruck wird extrem hoch werden, weil das System schon zu Beginn unterfi-

Krankenkassen könnten ihre Leistungen einschränken, wenn der Beitragssatz nicht steige. Zusatzversicherungen könnten sich aber sozial Schwache nicht leisten. Die von Experten prognostizierte Höhe des einheitlichen Beitragssatzes von 15,5 Prozent werde allenfalls für die ersten beiden Jahre reichen. Danach bräuchten viele Kassen zusätzliches Geld von ihren Versicherten. Wenn in Zukunft jedoch der Beitragssatz für alle Kassen gleich ist, werde sich der Versicherte für jene Kasse entscheiden, die keinen zusätzlichen Beitrag erhebt: „Dieses System wird vor allem kleine Krankenkassen in die Insolvenz treiben.“

Der Gesundheitsfonds wird zum Januar 2009 eingeführt. Im Zuge dessen wird die IKK-Direkt voraussichtlich mit der Techniker Krankenkasse fusionieren. Im November legt die Bundesregierung einen Einheitsbeitrag für alle gesetzlichen Krankenversicherungen fest. Der Fonds mit einem Volumen von rund 160 Milliarden Euro im Jahr wird vom Bundesversicherungsamt in Bonn verwaltet. epd

■ VERBAND

Kämpfer für die Benachteiligten

Treffende Aussage: „20 Millionen Rentner sind auch 20 Millionen Wähler.“ Walter Hirrlinger sagte diesen Satz oft. Er klingt wie eine Drohung – und so war er auch gemeint. Eine Kampfansage an die Adresse der Regierenden: Wenn ihr nicht spurt, werden 20 Millionen Ruheständler bei der nächsten Wahl ihren Stimmzettel zum Denkmittel machen.

Der 82-jährige Hirrlinger ist seit 1990 Präsident des Sozialverbandes VdK. Er vertritt und vertrat die Sache der Rentner, Kranken, Behinderten und Armen mit großem persönlichem Engagement, nahm nie ein Blatt vor den Mund. Nun legt der Kämpfer für die Rechte der Benachteiligten sein Amt in etwas jüngere Hände.

rüstige Schwabe genießt allseits Ansehen und Respekt. „Klar, die wollen es sich mit mir nicht verderben, damit ich nicht irgendwo draufhau“, sagte er einmal schmunzelnd. Der Satz hat auch eine doppelte Bedeutung, geht Hirrlinger doch wegen einer im Zweiten Weltkrieg erlittenen Wirbelverletzung seit seinem 19. Lebensjahr an Krücken.



Walter Hirrlinger tritt von der VdK-Spitze zurück. Foto: dpa

gangen. Das zeigte sich bei den Reformen der Sozial-„Agenda 2010“. Scharf kritisierte Hirrlinger die maßgeblich von den Sozialdemokraten durchgesetzte Rente mit 67. Verhindern konnte er sie aber nicht.

Auch Hirrlinger trug schon Regierungsverantwortung. In Baden-Württemberg war er zwischen 1968 und 1972 Minister für Arbeit und Soziales – zur Zeit der damaligen großen Koalition unter Hans Filbinger (CDU).

Der gebürtige Tübinger hat aus dem betulichen VdK, der sich in der Nachkriegszeit vor allem um Kriegsversehrte und Sozialrentner kümmerte, eine schlagkräftige Lobbyorganisation gemacht. Mit 1,4 Millionen Mitgliedern ist er inzwischen der größte deutsche Sozialverband.

Weil sein Wunsch-Nachfolger Horst Seehofer (CSU) 2005 einem Berliner Ministeramt den Vorzug gab, musste Hirrlinger im Alter von knapp 80 Jahren noch einmal antreten. Nun steht der Wechsel an: Auf einem außerordentlichen Verbandstag wird die VdK-Vizepräsidentin und frühere Staatssekretärin im Bundesarbeitsministerium, Ulrike Mascher (69), in Kürze in Hirrlingers Fußstapfen treten. Kanzlerin Angela Merkel wird den langjährigen VdK-Chef verabschieden.

Günther Voss

Der streitbare und noch immer

■ AM RANDE

Erzbischof nennt Armut „Skandal“

Der Erzbischof von München und Freising, Reinhard Marx, hat die zunehmende Armut in Deutschland als „Skandal“ bezeichnet. Armut sei nicht nur eine Frage des Kontostands, sagte Marx am Sonntag bei einer Katholischen Morgenfeier in München. Arme Menschen seien benachteiligt in Ernährung, Gesundheit, Wohnung, Bildung und in ihrer Teilhabe am sozialen und kulturellen Leben. Gerade in einem reichen Land wie Deutschland sei dies für die betroffenen Menschen besonders beschämend. „Wer meint, mit 132 Euro im Monat kann man anständig leben, hat den Kontakt zur Realität des Lebens verloren“, erklärte Marx in Anspielung auf eine Studie zweier Wirtschaftswissenschaftler aus Chemnitz. Darin heißt es, dieser Betrag reiche für Hartz-IV-Empfänger aus. Dies hatte im September für Schlagzeilen gesorgt. dpa

GEZ-Erlass für chronisch Kranke

Chronisch kranke Menschen können sich von der Rundfunkgebühr befreien lassen. Je nach Schwere der Krankheit ist auch eine zeitliche Befristung möglich. So erhalten Patienten, die beispielsweise aufgrund von schweren Darm-, Nieren- oder Krebserkrankungen für längere Zeit nicht an öffentlichen Veranstaltungen teilnehmen können, von den Versorgungsämtern die erforderliche Bescheinigung zum Gebührenerlass. Diese muss zusammen mit dem Antrag bei der Gebühreneinzugszentrale (GEZ) in Köln eingereicht werden. Zudem lohnt es sich, selbst Unterlagen von Ärzten und Kliniken zu beschaffen, um den ärztlichen Dienst der Versorgungsämter zu unterstützen und so das Verfahren zu beschleunigen. Anfang 2009 wird die Rundfunkgebühr von derzeit 17,03 auf 17,98 Euro monatlich erhöht. dpa

Scherf ermutigt zu Engagement

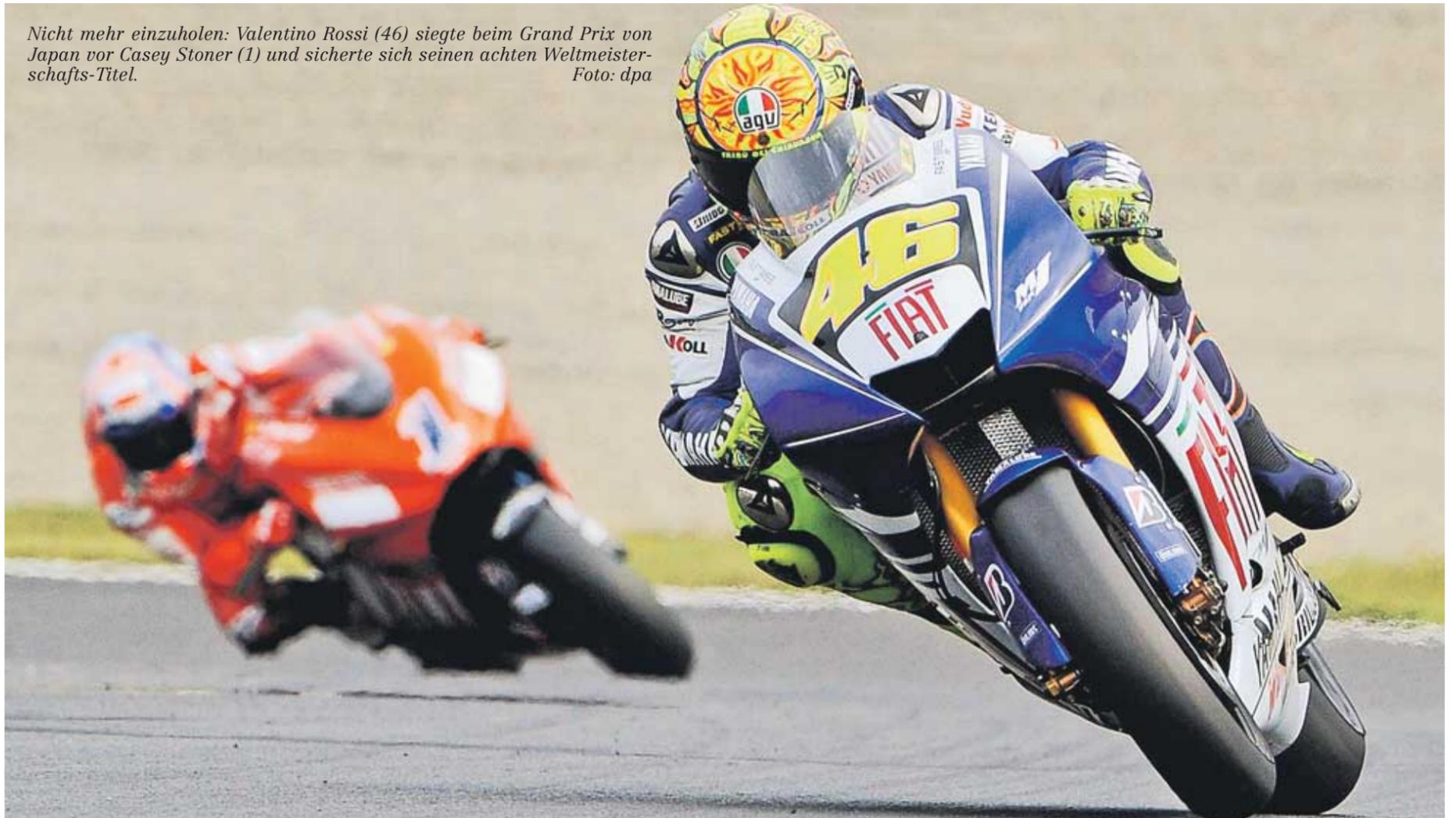
Der frühere Bremer Bürgermeister Henning Scherf (SPD) hat Männer dazu ermutigt, im Rentenalter Verantwortung für sich und andere zu übernehmen. Die Möglichkeiten reichten von Lesepatenschaften in Grundschulen über die kirchliche Obdachlosenhilfe bis hin zu Freiwilligen-Agenturen. Wichtig sei, dass es durch das ehrenamtliche Engagement der Senioren zum Austausch zwischen den Generationen komme. epd

Ausgabe 20 / 3. Oktober 2008
Gesundheit und mehr...

MOTO GP

Der Doktor rast zum achten Titel – und sagt Nein zu Ferrari

*Nicht mehr einzuholen: Valentino Rossi (46) siegte beim Grand Prix von Japan vor Casey Stoner (1) und sicherte sich seinen achten Weltmeisterschafts-Titel.
Foto: dpa*



egal, ob Giacomo Agostini, Wayne Rainey oder Mick Doohan – König Valentino I. stellt sie fast alle in den Schatten. Nach seinem insgesamt achten WM-Titel verneigt sich nicht nur die Motorrad-Welt vor Valentino Rossi. Der Italiener ist der Michael Schumacher auf zwei Rädern, er ist in seinem Sport in bis dahin unbekannte Dimensionen vorgestoßen, sportlich und finanziell.

Rossi verdient mit Werbung rund 40 Millionen Euro im Jahr, das ist mehr als die beiden Top-Verdiener der Formel 1, Fernando Alonso und Kimi Räikkönen, zusammen kassieren. Im Ferrari-Land träumen die Tifosi schon lange davon, dass „Dottore Rossi“ irgendwann mal in einem roten Renner aus Maranello sitzt. Schumi haben sie immer respektiert, Rossi aber würden sie vergöttern.

Den Ritterschlag erhielt Rossi einst vom großen Agostini. „Er hat unseren Sport unheimlich weit nach vorne gebracht“, sagte der Italiener. „Ago“ gab seinem Landsmann den Rat mit auf den Weg: „Du kannst gerne weiter Weltmeister werden. Aber wenn du 14 Titel hast, musst du aufhören.“ Agostini hat 15 Titel in seiner Karriere

eingefahren. Doch mit erst 29 Jahren ist Rossi bereit für weitere Großtaten.

Rossi ist nicht nur der beste Motorrad-Pilot der Gegenwart, er ist auch ein perfekter Entertainer.



Rossi überquert beim Japan-Rennen die Zielgerade. Foto: AFP

ner, der mit seiner Show und einigen schrägen Auftritten ein wenig Formel-1-Glamour in die Zweirad-Welt bringt. Ob verrückte Perücken, bunte Kostüme, ob als Lausbub oder als Robin Hood verkleidet – die Rossi-Show

kommt an. „Er ist ein großer Charakter und ein super Sportler, ohne Valentino wäre die Motorrad-Welt ärmer“, sagt Formel-1-Boss Bernie Ecclestone.

Kein Wunder, dass Mister



Auf der Ehrenrunde unterwegs zu den Fans. Fotos (2): rtr

Ecclestone den Italiener liebend gern in seinem PS-Zirkus sehen würde, wo langweilige Fahrer wie Räikkönen oder weichgespülte PR-Maschinen wie Lewis Hamilton dominieren. Rossi hat bereits Formel-1-Testfahrten in

einem Ferrari gemacht und sich dabei laut Schumacher „gar nicht schlecht angestellt“.

Die Roten wollten Rossi daraufhin mit einem Mega-Angebot von 60 Millionen Euro in die Königs-



„Entschuldigung für die Verzögerung“ steht auf dem Shirt.

klasse locken, doch der blieb standhaft und verlängerte stattdessen bei Yamaha. „Ich fühle mich auf zwei Rädern einfach wohler, meine Mission ist noch nicht erfüllt, ich habe noch viel vor“, sagte Rossi.

Der Rausch der Geschwindigkeit fasziniert den Superstar. Rossi liebt Rad-an-Rad-Duelle bei Tempo 330, für den Wochenend-Biker ist das wohl jenseits aller Vorstellungskraft. „Dafür muss man geboren sein“, sagt Ex-Weltmeister Kevin Schwantz, der einst mit 346 km/h auf der langen Waldgeraden in Hockenheim einen Weltrekord in der Motorrad-WM aufstellte.

Schon jetzt sind Rossis Statistiken beeindruckend. Sein Titel in diesem Jahr war der achte insgesamt und der sechste in der MotoGP. Seit die MotoGP 2002 als neue Königsklasse eingeführt wurde, gewann Rossi 57 Rennen. Nach Agostini und dem Australier Doohan ist er der dritte Fahrer, der mindestens fünf Titel in der größten Klasse holte. Mit insgesamt 96 Grand-Prix-Siegen hat er in der ewigen Bestenliste nur noch Agostini (159) vor sich.

Was Rossi auch anpackt, er hat Erfolg – selbst als Buchautor. Seine Biographie Ich, Valentino stand über Wochen an der Spitze der italienischen Bestsellerlisten. Jetzt ist es Zeit für ein Nachfolgewerk. Und der Titel? Frei nach James Bond könnte der heißen: Die Welt ist nicht genug. *Micaela Taroni*

REITEN

Neues Reiter-Tandem

Bei der Bundestrainer-Suche hat die Deutsche Reiterliche Vereinigung (FN) einen großen Schritt gemacht und die Voraussetzungen für eine Doppelspitze geschaffen. Der Verband habe mit dem Bundesministerium des Inneren die Finanzierungsmöglichkeiten geklärt, bestätigte FN-Generalsekretär Hanfried Haring am Montag. „Die Möglichkeit mit zwei Trainern besteht jetzt“, sagte er. Allerdings hat mit Otto Becker einer der am häufigsten genannten Kandidaten kein Interesse. „Ich will noch ein paar Jahre reiten“, sagte er.

Nach mehreren Wochen der Stagnation kann der Verband einen Fortschritt verbuchen. Ministerium und Verband würden sich im Falle eines Trainer-Tandems die Kosten teilen. „Es ist denkbar, dass es eine Aufgabenteilung gibt, dass es auf mehrere Schultern verteilt wird“, so Haring. Eine Entscheidung sei aber noch nicht gefallen. Durch den nicht ganz freiwilligen Rücktritt von Kurt Gravenmeier muss der Verband

spätestens zum Jahresende eine Lösung finden.

Die Doppelspitze ist derzeit das favorisierte Modell. „Der Arbeitsumfang ist gewaltig“, so Peter Hofmann, Vorsitzender des Springausschusses. Der Springsport ist ein Wanderzirkus, der fast jedes Wochenende irgendwo in Europa Station macht. „Es ist eine unglaubliche Fahrerei“, sagte Hofmann. Für einen Trainer allein sei es kaum zu schaffen, zumal die A- und B-Kader zusammen 29 Mitglieder haben. Deren Turniereinsätze muss der Coach koordinieren. Im Blick haben muss er noch mehr – wie die zwei Dutzend Nachwuchstreiter in den U21- und U18-Kadern.

„Wir reden mit allen, die Interesse haben“, sagte Hofmann: „Wir wollen uns später nicht vorwerfen lassen, dass wir einen nicht angehört haben.“ Einziger Kandidat, der öffentlich sein Interesse bekundet hat, ist bisher Heinrich Hermann Engemann, der seine aktive Reiterkarriere vor wenigen Wochen beendet hat. *dpa*

EISHOCKEY

NHL steht in den Startlöchern

Die deutschen Eishockey-Legionäre in der nordamerikanischen Profiligen NHL kommen wenige Tage vor dem Saisonstart bei ihren Klubs nur sporadisch zum Einsatz. Mit Nationalverteidiger Christian Ehrhoff gelang den San Jose Sharks im zweiten Testspiel beim 5:2 über die Anaheim Ducks der erste Sieg unter dem neuen Trainer Todd McLellan. Nur 24 Stunden später verloren die „Haie“ ohne Ehrhoff, aber mit Marcel Goc 2:3 gegen die Vancouver Canucks.

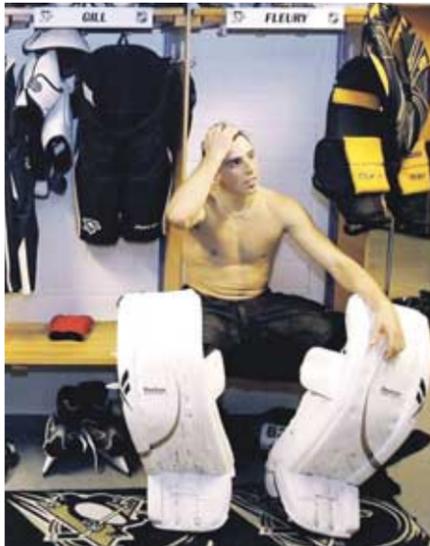
Umgekehrt kassierten die Ottawa Senators mit Christoph Schubert beim 0:5 gegen die Montreal Canadiens im dritten Vorbereitungsspiel die zweite Niederlage, gewannen dann jedoch ohne den Münchner gegen den gleichen Gegner 3:1. Nicht zum Einsatz kam der Ex-Mannheimer Jochen Hecht beim 3:2-Sieg seiner Buffalo

Sabres gegen die Toronto Maple Leafs.

Ebenfalls noch ohne Nationalstürmer Marco Sturm setzten sich die Boston Bruins vor

mehr als 15 000 Zuschauern in der St. Louis Arena mit 2:1 bei Stanley-Cup-Gewinner Detroit Red Wings durch, verloren aber dann 3:4 daheim gegen die Washington Capitals. Eine Niederlage kassierte Dennis Seidenberg mit den Carolina Hurricanes beim 2:4 gegen Gastgeber Philadelphia Flyers.

Die NHL-Saison 2008/2009 wird am 4./5. Oktober im Anschluss an zwei Trainingslager in Europa gestartet. Jeweils zweimal treffen Schuberts Senators in Stockholm auf die Pittsburgh Penguins sowie Tampa Bay Lightning in Prag auf die New York Rangers. Tampa ist die neue sportliche Heimat von Nationaltorwart Olaf Kölzig. *sid*



Goalie Marc-Andre Fleury von den Pittsburgh Penguins macht sich startklar. Foto: rtr

AM RANDE

Advocaat will nach Hause

Fußballtrainer Dick Advocaat denkt nach zwei Jahren beim russischen Meister Zenit St. Petersburg an Abschied. Er werde seinen im November auslaufenden Vertrag beim Uefa-Pokal-Sieger wohl nicht verlängern, da er Sehnsucht nach seiner in den Niederlanden lebenden Familie habe, zitierte die russische Agentur Interfax den 61-Jährigen nach einem Treffen mit Regierungschef Wladimir Putin. Der frühere russische Präsident warb indirekt für einen Verbleib des Trainers in Russlands zweitgrößter Stadt. Advocaat hatte wiederholt Interesse an einem Trainerjob in der englischen Premier League bekundet. Der Niederländer hatte Zenit im Juli 2006 übernommen und 2007 zur Meisterschaft geführt. Davor war er unter anderem bei Borussia Mönchengladbach (2004/05) tätig. In der ersten russischen Liga belegt St. Petersburg nach 22 von 30 Spieltagen den sechsten Platz von 16 Teams. Von Tabellenführer Kasan trennen Zenit 14 Punkte. Die Fußballsaison endet in Russland Ende November. *dpa*

Sicherheit 2012 wird teuer

Die Sicherheit bei den Olympischen Spielen 2012 in London ist den Organisatoren offenbar jeden Preis wert. „Die Sicherheit der Athleten und aller anderen ist von höchster Bedeutung. Um das zu garantieren, muss ausgegeben werden, was immer es auch kosten mag“, erklärte Präsident Lord Colin Moynihan vom britischen Olympia-Komitee BOA bei einem Treffen mit australischen Kollegen in Sydney: „Die Kosten für die Sicherheit werden viel höher sein als geschätzt, aber diesen Preis muss man eben bezahlen.“ Britischen Medienberichten zufolge sind für die Sicherheit derzeit umgerechnet 1,881 Milliarden Euro und damit dreimal mehr Kosten veranschlagt als in Londons erfolgreicher Bewerbung geschätzt. *sid*

Football-EM in Frankfurt

Die Europameisterschaft 2010 im American Football findet in Frankfurt/Main statt. „Wir haben uns als deutscher Verband für die Ausrichtung der EM 2010 erworben und den Zuschlag erhalten“, sagte Verbandspräsident Robert Huber am Rande des German Bowl. *dpa*

FRAUEN-FUSSBALL

„Cool und hip, wenn Mädchen kicken“

Steffi Jones (35) ist seit 1. Januar Präsidentin des Organisationskomitees (OK) der Frauenfußball-WM 2011. Mit der Vorstellung der elf Spielstätten in Berlin stand für die 111-fache Nationalspielerin der erste große öffentliche Auftritt in ihrer neuen Funktion an. Im Interview spricht die Frankfurterin über die Bundeskanzlerin, Joachim Löw und das Ende der Macho-Sprüche.

Angela Merkel war bei der Präsentation der WM-Stadien dabei. Dass die Bundeskanzlerin 2006 mit Jürgen Klinsmann und seiner Mannschaft mitgefiebert hat, ist bekannt. Aber was hält sie eigentlich vom Frauenfußball?

Jones: Dass sich die Bundeskanzlerin für die Bekanntgabe der WM-Spielorte Zeit nimmt und dafür sogar das

Bundeskanzleramt zur Verfügung stellt, spricht doch schon für sich. Frau Merkel unterstützt den Mädchen- und Frauenfußball mit höchstem persönlichen Einsatz. Sie selbst wird auch dabei sein, wenn wir unsere Top-Elf für 2011, bestehend aus elf Frauen aus unterschiedlichen Bereichen, präsentieren werden. Die Bundeskanzlerin hat den DFB ja seinerzeit erst ermuntert, ja geradezu aufgefordert, sich nach der WM der Männer nun auch um die Frauen-WM 2011 zu bewerben. Und nun unterstützt uns die Bundesregierung mit der gleichen Intensität wie vor und während der WM 2006.

Haben Sie sich auch die Unterstützung von Joachim Löw für die weitere WM-Vorbereitung gesichert?

Der Bundestrainer war bei der Präsentation des

WM-Logos dabei und hat mir versprochen, uns zu helfen, wenn wir ihn brauchen. Der ganze DFB freut sich darüber,



Steffi Jones, OK-Präsidentin für die Weltmeisterschaft im Frauenfußball im Jahre 2011. Foto: dpa

ber, die Frauen-WM 2011 ausrichten zu dürfen. Natürlich gilt das auch für die Männer-Nationalmannschaft,

die uns auch schon in der Bewerbungsphase unterstützt hat. Gemeinsam haben wir noch ein paar Überraschungen parat bis zur WM 2011. Zunächst aber drücken wir Joachim Löw, Oliver Bierhoff und den Spielern fest die Daumen für Südafrika.

Haben Sie bei ihren vielen Reisen und Auftritten noch einen Macho-Spruch über Frauenfußball gehört – oder sind diese Zeiten endgültig vorbei?

Frauenfußball ist etabliert, nicht zuletzt aufgrund der fantastischen Erfolge unserer Nationalmannschaft. Leistungsmäßig also sind wir absolut anerkannt. Ich sehe auch kein Imageproblem mehr. Denn inzwischen gilt es doch als cool und hip, wenn Mädchen kicken gehen. Und das sagen oft selbst die Jungs. Interview: Ulrike John

KREUZWORTRÄTSEL

Hafenstadt auf Mallorca		Mitglied e. früheren brit. Popgruppe	Sitzplatzgruppe in der Bahn		Einfall		Eröffnungsmusik (Ballett)	Wanderhändler		Teil der Scheune	Dehnung kurzer Vokale a. Verszwang		Bestandteil von Nahrungsmitteln	Stadt in Spanien	Kfz-Z. Schweiz	Zelle des Bienenstocks	beugen	Häftling		italienisch: Gesang	Abk.: Halb-pension	griech. Buchstabe	Wort der Ablehnung
iran. Hafenstadt							Verband von Tieren						ein Schlafgeräusch										
vitaminreiches Fischöl										Stadt in Schleswig-Holstein					1			schwarzes Pferd					
südamerik. Teesorte					Schriftsteller		Verbrechen						weibl. Hirschtier			9				ital.: ja			
				nicht laut						Gewässer in Mittel-asien		dringend, in Hast						Felsstück					
Taufzeuge	Wappenblume des Esels Stimme ertönen lassen						ripsartiger Textilstoff	ringförmige Koralleninsel						abgesonderetes Stadtviertel						stoßweise windig		franz. weibl. Vorname	
				Beschützung, Bewachung		span. männl. Vorname						Spaßmacher im Zirkus						Stadt im Rhonedelta		Kassenzettel			
Endpunkt des Rennens		auffälliges Benehmen, Gehabe	eher, früher als				5	hawaiische Grußformel						mit Bäumen eingefasste Straße			ital. Adria-hafen						
Eckzahn des Keilers						Schmuckkugel						Hoheitsgebiet	Wandel-form, Variante							Polstermaterial		zum Nennwert	
span. Artikel			Zank, Streit					zaubern		Wälzstelle d. Wildschweins							Atem, leises Wehen		Lichtspielhaus				
					die Pole betreffend		brit. Politiker (Edward) † 2005						Prüfung im Motorrad-sport			Sechseck (Math.)		10					
Begriff der Wortlehre	Verständigungsmittel		veralt.: Sofa		Diamantenreinheitsgrad			3	engl. Filmstar (Roger)		Süd-staat der USA								Sitzstreik (amerik.)		kurz und deutlich	wohlschmeckend	
Abteilung, Zweig							Großstadt in Indien	kraterförmige Senken								Teufel		fest, haltbar					
Boot der Malaien				flattern, fliegen (Fahne)		Sammelstelle, Lager						Teil vom Stoßdämpfer		Schwierigkeit (Sport)									
Wett-sport-auto									Teil der Kirche	Iran. Ex-kaiserin								folglich, demnach		dt. Farbfernseh-system (Abk.)			
						Computermesse in Hannover (Kurz-w.)		Luftgeist b. Shakespeare						Funktionsverfahren		Edelstein-nachahmung						8	
Unternehmensleiter	lat.: zur Sache (2 Wörter)		geometrische Figur		Staat in Süd-amerika					Schiff-sleinwand			Edelgas							Stange, Stecken		Raub-, Pelztier	
Nadelarbeit								Zu-schauer-befragung		Stadt an der Maas (Frankreich)							Fußboden-öffnung		histor. süd-arab. Landschaft				
					Wasserförderanlage		ehe-malige deutsche Münze		2			Vaterlandsfreund		geklärte Flüssigkeit									
aus Leder bestehend	Menschenmenge		Unter-richtender		Nagetier				versteckt, verborgen		fertig, bereit								Zitrusfrucht		Grönland-raub-fisch	polit. Polizei Frankreichs	
leicht ergraut (Haar)							neuseeländ. Vögel		Operettenkomponist † 1948					eng bemessen, dürrig			österr.: Rahm		6				
		4		langweilig		türk. Staatsmann †					Gesteinsgebilde		wolkenlos						Speisen-zutat		Datenfunk-standart bei Handys (Abk.)		
Vorname von Cook † 1779	ein Binde-wort		Gerücht (franz.)				deutscher Kurien-kardinal † 1968			Stirnseite							alte assyr. Haupt-stadt						
im Internet ...						Textilbetrieb							7	Lichtbild, Foto									
				ausländ. Zahlungsmittel						Ski-langlauf-spur								rutschig					
nicht diese	Entwässerungsgraben						Nebendarsteller, Kom-parse							unzwei-deutig; genau									

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Verlosung: Drei Büchergutscheine

Die Lösung des Rätsels im Heft 18/08 lautete: Pepsinwein. Über je einen Büchergutschein dürfen sich Frau Helena Haas (Leipzig), Herr Detlef Denzau (Hartha) und Herr Dieter Nietzsche (Bad Lausick) freuen.
Herzlichen Glückwunsch!

Schreiben Sie die Lösung auf eine Postkarte mit dem Kennwort „Kreuzworträtsel“ und senden Sie diese bis zum 16. Oktober 2008 an unsere Redaktionsanschrift (siehe Impressum, Seite 24) oder per E-Mail an: redaktion@uniklinik-leipzig.de. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

■ VERANSTALTUNGEN IN LEIPZIG

Freitag, 03.10.08

Centraltheater, Tel. 1 26 81 68, Bosestr. 1; 19 Uhr: Matthäuspassion.
Gewandhaus, Tel. 1 27 02 80, Augustusplatz; Großer Saal 20 Uhr: Großes Concert Serie IV/1 mit dem Gewandhausorchester und dem MDR Rundfunkchor.
Kabarett SanftWut in der Mädler-Passage, Tel. 9 61 23 46, Grimmaische Str. 2-4; 20 Uhr: Die Macht ist nicht allein zum Schlafen da.
Oper, Tel. 1 26 12 61, Augustusplatz 12; 19.30 Uhr: Leipziger Jazztage 2008.

Sonnabend, 04.10.08

Gohgilmohsch, Tel. 9 27 22 58, Markt 11; 20 Uhr: Wirklich Brüder, mit den Hengstmann-Brüdern.
Große Bühne der Theater-Fabrik-Sachsen, Tel. 4 42 46 69, Franz-Flemming-Str. 16; 20 Uhr: Die ultimative NDW-Live-Show mit Hubert Kah, Fri. Menke, UKW und Markus & Rockpirat.
Musikalische Komödie, Tel. 12 61 19, Dreilindenstr. 30; 19 Uhr (Premiere): Eine Nacht in Venedig.
Oper, Tel. 1 26 12 61, Augustusplatz 12; 19.30 Uhr: Leipziger Jazztage 2008.
theater fact, Tel. 9 61 40 80, Hainstr. 1; 20 Uhr: Die Heilige Johanna der Einbauküche.

Sonntag, 05.10.08

Centraltheater, Tel. 1 26 81 68, Bosestr. 1; 19.30 Uhr: Die Schock-Strategie. Hamlet.
Gewandhaus, Tel. 1 27 02 80, Augustusplatz; Mendelssohn-Saal 18 Uhr: Rezital, Kammermusik zum 75. Todestag von Julius Klengel; Großer Saal 19.30 Uhr: 2. Konzert Zauber der Musik mit dem MDR Sinfonieorchester.
Oper, Tel. 1 26 12 61, Augustusplatz 12; 18 Uhr: Poulenc: La voix humaine / Schönberg: Pierrot lunaire, anschl. Publikumsgespräch mit den Regisseuren.

Montag, 06.10.08

academixer, Tel. 21 78 78 78, Kupfergasse 2; 20 Uhr: Bette sich wer kann, mit Carolin Fischer, Anke Geißler, Ralf Bärwolf, Peter Treuner.
Frosch-Café & Theater, Tel. 2 25 13 63, Thomasiusstr. 2; 20 Uhr: Wellenbrecher, Lieder von Hans Albers, Rio Reiser, Bertolt Brecht u. a. mit Hansa Molle und Heidi Steger.
Pfeffermühle Interim im Kosmos-Haus, Tel. 9 60 31 96, Gottschedstr. 1; 20 Uhr: da capo, mit Burkhard Damrau & Dieter Richter.
Tonelli's, Tel. 0177/6 03 19 78, Elsestr. 35; 20 Uhr: Comedy-Lounge.

Dienstag, 07.10.08

Centraltheater, Tel. 1 26 81 68, Bosestr. 1; 19 Uhr: Matthäuspassion.
Frosch-Café & Theater, Tel. 2 25 13 63, Thomasiusstr. 2; 20 Uhr: Herricht & Preil, mit Woesner Brothers.
Funzel, Tel. 9 60 32 32, Nikolaistr. 6-10; 20 Uhr: Lorient 3, das Beste aus 1 + 2.
Gewandhaus, Tel. 1 27 02 80, Augustusplatz; Großer Saal 20 Uhr: Nein, ich bereue nichts, Konzert der großen Gefühle mit Charles Dumont.
Kabarett SanftWut in der Mädler-Passage, Tel. 9 61 23 46, Grimmaische Str. 2-4; 20 Uhr: Briefkästen weinen nicht.
theater fact, Tel. 9 61 40 80, Hainstr. 1; 20 Uhr: Die Heilige Johanna der Einbauküche.

Mittwoch, 08.10.08

Bettenhaus Uniklinik, Liebigstr. 22; 17 Uhr: Gottesdienst.
Frosch-Café & Theater, Tel. 2 25 13 63, Thomasiusstr. 2; 20 Uhr: Wenn der Kopf aber nun ein Loch hat..., mit Gunter Böhnke & Steps.
Kongreßhalle Leipzig, Tel. 14 06 60, Pfaffendorfer Straße 31; Spiegelpalast 20 Uhr: Cavewoman, mit Ramona Krönke.



Udo Lindenberg macht am 9. Oktober ab 20 Uhr in der Arena Leipzig Station und präsentiert sein neues Studioalbum Stark wie zwei.
Foto: André Kempner

Donnerstag, 09.10.08 Sonnabend, 11.10.08

Arena, Tel. 2 34 10, Am Sportforum; 20 Uhr: Konzert mit Udo Lindenberg.
Kongreßhalle Leipzig, Tel. 14 06 60, Pfaffendorfer Str. 31; Spiegelpalast 20 Uhr: Cavewoman.
theater fact, Tel. 9 61 40 80, Hainstr. 1; 20 Uhr: Die Heilige Johanna der Einbauküche.

Freitag, 10.10.08

Centraltheater, Tel. 1 26 81 68, Bosestr. 1; 19.30 Uhr: Publikumsbeschimpfung.
Gewandhaus, Tel. 1 27 02 80, Augustusplatz; Mendelssohn-Saal 20 Uhr: Chorkonzert mit dem GewandhausChor, Werke von Debussy, Elgar, Schönberg u. a.

03.10.08 BIS 16.10.08

Sonntag, 12.10.08

Gewandhaus, Tel. 1 27 02 80, Augustusplatz; Großer Saal 11 Uhr: Großes Concert Serie V/1 mit dem Gewandhausorchester, Werke von Strauß und Mozart; Mendelssohn-Saal 18 Uhr: 200 Jahre Gewandhaus-Quartett, Kammermusik mit dem Gewandhaus-Quartett; Großer Saal 20 Uhr: Akopalüze Nau!!! – Helge Schneider.
Ring-Café, Tel. 4 62 59 13, Roßplatz 8-9; 14 Uhr: Kaffeehausmusik mit den Leipziger Salon-Philharmonikern.
Werk II, Tel. 3 08 01 40, Kochstr. 132; Halle A 15.30 Uhr: Operettennachmittag mit dem Lineus-Salonquartett Leipzig.

Montag, 13.10.08

Gohgilmohsch, Tel. 9 27 22 58, Markt 11; 20 Uhr: Mir ham se als geheilt entlassen – Der neue Otto-Reutter-Abend, mit Meigl Hoffmann.
Theater der Jungen Welt, Tel. 4 86 60 16, Lindenauer Markt 21; Kleine Bühne Demmeringstr. 9.30 Uhr: Peter und der Wolf, Puppenspiel für Kinder ab 5 Jahren.

Dienstag, 14.10.08

Gohgilmohsch, Tel. 9 27 22 58, Markt 11; 20 Uhr: Mir ham se als geheilt entlassen – Der neue Otto-Reutter-Abend, mit Meigl Hoffmann.
Theater der Jungen Welt, Tel. 4 86 60 16, Lindenauer Markt 21; Kleine Bühne Demmeringstr. 9.30 Uhr: Peter und der Wolf, Puppenspiel für Kinder ab 5 Jahren.
theater fact, Tel. 9 61 40 80, Hainstr. 1; 20 Uhr: Die Heilige Johanna der Einbauküche.

Mittwoch, 15.10.08

Bettenhaus Uniklinik, Liebigstr. 22; 17 Uhr: Gottesdienst.
Gewandhaus, Tel. 1 27 02 80, Augustusplatz; Mendelssohn-Saal 20 Uhr: Musica Nova mit dem Ensemble Avantgarde.
Musikalische Komödie, Tel. 12 61 19, Dreilindenstr. 30; 19.30 Uhr: Show Biz, Highlights aus vier Jahrzehnten Broadway-Entertainment.
Oper, Tel. 1 26 12 61, Augustusplatz 12; 19.30 Uhr: Der fliegende Holländer.
Paulaner-Innenhof, Klostersgasse 3-5; 20 Uhr: Weltkritik, mit dem Ensemble Weltkritik.
theater fact, Tel. 9 61 40 80, Hainstr. 1; 20 Uhr: Die Heilige Johanna der Einbauküche.

Donnerstag, 16.10.08

Gewandhaus, Tel. 1 27 02 80, Augustusplatz; Großer Saal 20 Uhr: Großes Concert Serie III/1 mit dem Gewandhausorchester, Werke von Peter Tschaikowski und Johannes Brahms.
Große Bühne der Theater-Fabrik-Sachsen, Tel. 4 42 46 69, Franz-Flemming-Str. 16; 20 Uhr: Konzert mit Smokie.
Lindenfels Westflügel, Tel. 48 46 20, Hähnelstr. 27; 21 Uhr (Premiere): Faust spielen, mit dem Figurentheater Wilde & Vogel.
Musikalische Komödie, Tel. 12 61 19, Dreilindenstr. 30; Venusaal 11 Uhr: Peter und der Wolf.
Oper, Tel. 1 26 12 61, Augustusplatz 12; 19.30 Uhr: Die Zauberflöte, anschl. gegen 22.30 Uhr Nachtführung.
Springmäuschen, Tel. 8 77 50 17, Salomonstr. 10; 10 Uhr: Geschichten vom kleinen König, Puppentheater für Kinder ab 4 Jahren.

■ TV-TIPPS

Do., 09.10.2008, 21 Uhr Hauptsache Gesund (MDR)



Pilze, eine ganz eigene Geschmackswelt. Foto: dpa

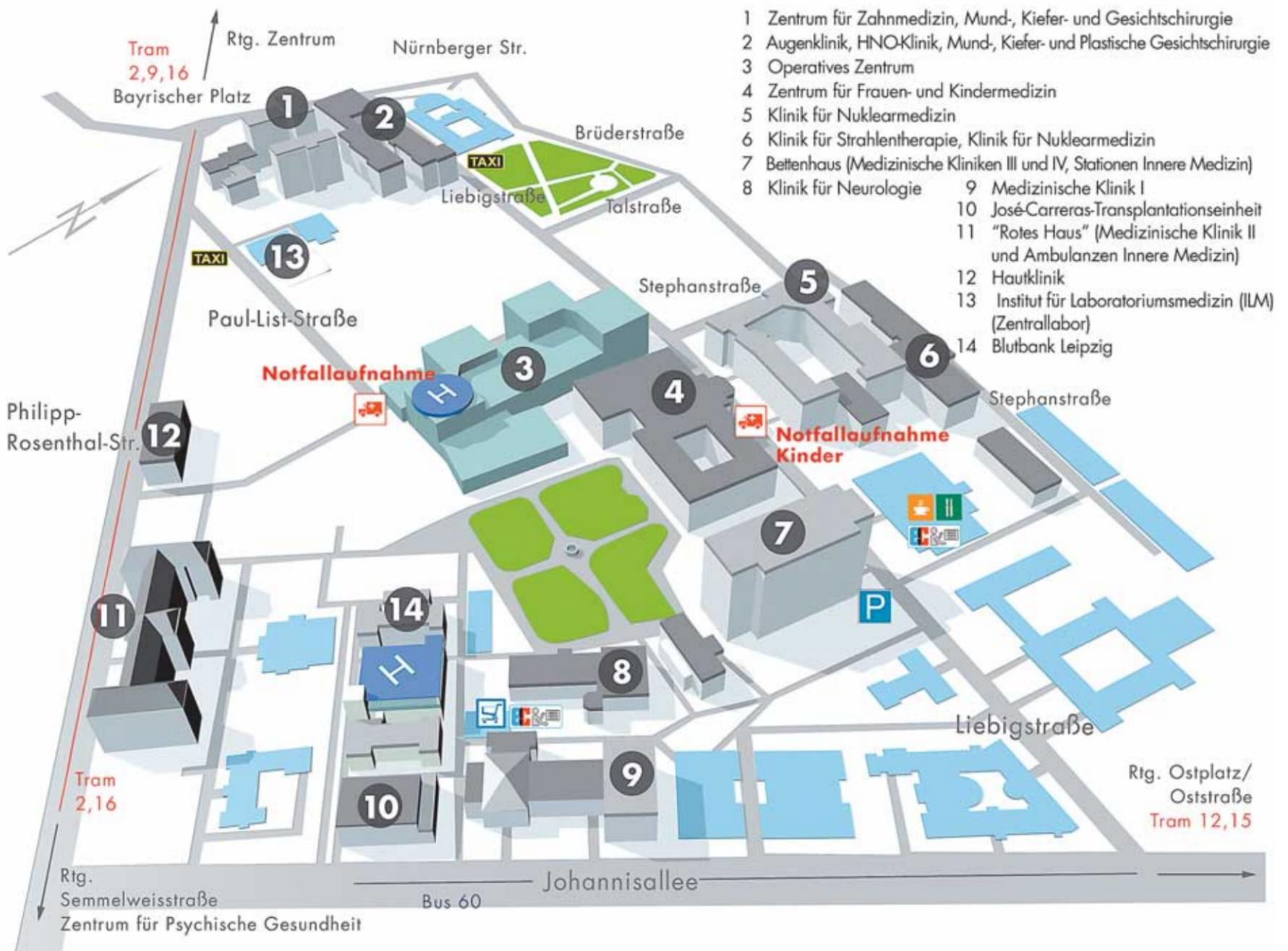
„Esst Pilze, und ihr lebt länger!“, so der Ausruf eines Bonner Mediziners. Was ist dran an dieser Lösung? Auf jeden Fall eröffnen die Früchte des Waldes dem Genießer eine eigene Geschmackswelt. Speisepilze enthalten aber auch Mineralien und Vitamine, die das Immunsystem stärken, Blutzucker und Blutfette regulieren sollen. Inzwischen hat sich sogar eine „Pilztherapie“ etabliert, die Bronchitis, Diabetes und Bluthochdruck heilen will. Andererseits gehören Pilze zu den häufigsten Krankheitserregern. In der Wohnung oder auf Lebensmitteln werden sie zur Gift-Gefahr. Aber vor allem auf der Haut können sie hartnäckig ihr Unwesen treiben und zu einer regelrechten Plage werden. Hauptsache Gesund erkundet beide Gesichter dieser vielseitigen Lebewesen. Was können Pilze für die Gesundheit wirklich bewirken? Und wie wird man sie los, wenn sie krank machen? Dr. Franziska Rubin und ihre Gäste wissen die Antworten.

Do., 16.10.2008, 21 Uhr Hauptsache Gesund (MDR)

Zwei Kilo runter, drei wieder drauf – das Abnehmen mit dem berühmten Jojo-Effekt kennt fast jeder, der seine überflüssigen Pfunde los werden will. Doch wer es bisher nicht zur Bikinifigur geschafft hat, dem könnten vielleicht bisher unbekanntes Dickmacher zugesetzt haben. So spielen die Hormone eine größere Rolle als bislang angenommen. Auch wer statt Zucker lieber auf Fruktose setzt, könnte auf dem Holzweg sein, denn auch die wird in Fettzellen eingelagert. Ebenso machen nicht nur bestimmte Lebensmittel, sondern auch Weichmacher in Verpackungen dick. Hauptsache Gesund enttarnt bisher wenig beachtete Dickmacher. Zudem zeigt das MDR-Gesundheitsmagazin Tricks, wie man den inneren Schweinehund überlistet, Rezepte die Appetit machen und Bauchtraining, das Spaß macht. Am Donnerstag ab 21 Uhr im MDR-Fernsehen.

■ WAS IST WO?

ÜBERSICHT ÜBER DAS UNIVERSITÄTSKLINIKUM LEIPZIG



- 1 Zentrum für Zahnmedizin, Mund-, Kiefer- und Gesichtschirurgie
- 2 Augenklinik, HNO-Klinik, Mund-, Kiefer- und Plastische Gesichtschirurgie
- 3 Operatives Zentrum
- 4 Zentrum für Frauen- und Kindermedizin
- 5 Klinik für Nuklearmedizin
- 6 Klinik für Strahlentherapie, Klinik für Nuklearmedizin
- 7 Bettenhaus (Medizinische Kliniken III und IV, Stationen Innere Medizin)
- 8 Klinik für Neurologie
- 9 Medizinische Klinik I
- 10 José-Carreras-Transplantationseinheit
- 11 "Rotes Haus" (Medizinische Klinik II und Ambulanzen Innere Medizin)
- 12 Hautklinik
- 13 Institut für Laboratoriumsmedizin (ILM) (Zentrallabor)
- 14 Blutbank Leipzig

■ IMPRESSUM



GESUNDHEIT UND MEHR... Das Patientenmagazin des Universitätsklinikums Leipzig

Herausgeber:
Universitätsklinikum Leipzig AöR
Der Vorstand
Philipp-Rosenthal-Straße 27
04103 Leipzig

Telefon: 0341 97 109
Telefax: 0341 97 15 909
E-Mail: redaktion@uniklinik-leipzig.de
Redaktion: Heiko Leske (v. i. S. d. P.),
Frank Schmiedel.
Universitätsklinikum, Leipzig AöR
4. Jahrgang

In Kooperation mit der Redaktion der
LEIPZIGER VOLKSZEITUNG.

Druck: Leipziger Verlags- und
Druckereigesellschaft mbH & Co. KG,
Peterssteinweg 19,
04107 Leipzig

■ WICHTIGE SERVICENUMMERN

Universitätsklinikum Leipzig AöR

Philipp-Rosenthal-Straße 27
04103 Leipzig
Telefon (0341) 97 – 109
Internet www.uniklinik-leipzig.de
E-Mail info@uniklinik-leipzig.de

Zentrale Notaufnahme

Operatives Zentrum
Liebigstraße 20 (Zufahrt über Paul-List-Straße)
04103 Leipzig
Telefon (0341) 97 17800
Öffnungszeiten 24 Stunden täglich

Notaufnahme für Kinder und Jugendliche

im Zentrum für Kindermedizin
Liebigstraße 20a
04103 Leipzig
Telefon (0341) 97 26242
Öffnungszeiten 24 Stunden täglich

Kreißaal der Universitätsfrauenklinik

Liebigstraße 20a
04103 Leipzig

Öffnungszeiten 24 Stunden täglich
Schwangerenambulanz (0341) 97 23494
Klinikbesichtigung (0341) 97 23611
Infoabend für werdende Eltern (0341) 97 23611

Eine Anmeldung zur Entbindung
ist nicht erforderlich.
Mehr Informationen
www.geburtsmedizin-leipzig.de

Blutbank (Blutspende)
Delitzscher Straße 135,
04129 Leipzig
Philipp-Rosenthal-Straße 27c,
04103 Leipzig
Info-Telefon (0341) 97 25410
www.blutbank-leipzig.de

**Zentraler Empfang
Operatives Zentrum**
Telefon (0341) 97 17900

Zentraler Empfang Bettenhaus
Telefon (0341) 97 16344

Zentrale Ambulanz-Nummer Innere Medizin (0341) 97 12222

Zentrale Ambulanz-Nummer Chirurgie (0341) 97 17004

Zentrale Ambulanz-Nummer Kinderzentrum (0341) 97 26242

Universitäres Darmzentrum (0341) 97 19967

Rheumazentrum am Universitätsklinikum
Leipzig e.V. (0341) 97 24930

Zentrum für neurodegenerative Erkrankungen (0341) 97 24202

Neuropsychiatrisches Zentrum (0341) 97 24304

Diabeteszentrum (0341) 97 12222

Transplantationszentrum (0341) 97 17271

Universitäres Brustzentrum (0341) 97 23460

Toxikologische Auskunft (0341) 97 24666

Kliniksozialdienst (0341) 97 26206
Seelsorge (0341) 97 15965
26126

Detaillierte Informationen zu allen Kliniken
und Ambulanzen finden Sie im Internet unter
www.uniklinik-leipzig.de.