



Modern Times Gesundheit, ORF 2

Sepp Glanz, September 2003

Heilende Höhenluft

Sprecher:

Bergluft ist gesund, das ist landläufig bekannt. Jetzt konnten österreichische Forscher in einer weltweit aufsehenerregenden Studie beweisen, wie positiv sich die Höhenluft auf Herz-Kreislaufkrankungen, Atemwegsinfekte und das Immunsystem auswirkt. Gemeinsam mit der Russischen Akademie der Wissenschaften haben die Forscher spezielle Therapievorrichtungen entwickelt - sie sollen es jedem ermöglichen, die "heilsame Luft" zu atmen, nicht nur den Bergsteigern.

Für gehöriges internationales Aufsehen sorgte die österreichische Höhenstudie, die als erste Arbeit dieser Art den wissenschaftlichen Beweis erbrachte: Bergurlaub ist gesund. Schon ein Aufenthalt in 2000 Meter Seehöhe stärkt das Herz, den Kreislauf, und die Atmung. Medikamente können reduziert oder ganz abgesetzt werden.

Das Geheimnis des Bergurlaubs liegt in der Mobilisierung der Abwehrkräfte des menschlichen Organismus, der den Höhenreiz registriert und seine Aktivitäten kräftig ankurbelt.

Patient Franz Fenk:

„Ich habe vor vier Jahren richtige Asthmaanfälle schweren Grades gehabt und konnte das soweit beherrschen. Nur habe ich seit damals eine nicht ganz geklärte Überempfindlichkeit, ein sogenanntes hyperreagibles Bronchialsystem.“

Sprecher:

Das größte Institut dieser Art in Österreich bietet Hilfe für groß und klein. Vor allem Patienten, bei denen die Schulmedizin ratlos ist, setzen ihre Hoffnung in diese physikalische Behandlungsform. Die Behandlung schmerzt nicht, dauert 1 Stunde und wird von Kindern und Eltern zum Spielen genutzt, Erwachsene arbeiten, lesen oder entspannen sich. Die Abwehrkräfte des Körpers werden stimuliert, die Atemwege entkrampft und entschleimt.

Univ. Prof. DDr. Martin Burtscher, Univ. Innsbruck, Inst. f. Sportwissenschaften:

„Wenn nun andere Stresssituationen, wie beispielsweise Erkrankungen auftreten oder ausgeprägte körperliche oder physische Belastungen, kann er diesen gelernten Widerstand quasi auch in diesen Situationen besser einsetzen und diese Krankheiten besser bekämpfen.“

Sprecher:

Herr Fenk kommt in den Genuss der neuesten Entwicklung, der dosierten Sauerstoffmangelatmung. Aufenthalt in einer Klimakammer ist nicht notwendig. Über eine Atmungsмасke werden Luftverhältnisse in Höhen simuliert, die Herr Fenk im normalen Leben wohl nie erreichen würde. Die Software erlaubt es, den Sauerstoffgehalt schrittweise zu verringern. Das heutige Therapieziel ist erreicht, Herr Fenk atmet dünne Luft, wie in sechstausend Meter Höhe.

Patient:

„Das Atemvolumen und die Lungenfunktionstests sind im Vergleich vor 1 bis 2 Jahren wesentlich verbessert, auch das Blutbild ist besser geworden und auch die Triglyzeride sind fast auf Normalniveau reduziert.“

Sprecher:

Erfreuliche Begleiterscheinung der Therapie ist, dass viele Patienten nebenwirkungsreiche Medikamente wie Antibiotika oder Cortison reduzieren oder absetzen können. Das Immunsystem wird umgestellt bzw. aktiviert, Organe und Zellen werden besser durchblutet, der Ruhepuls sinkt. Bei jedem neuen Patienten wird abgetestet, ob etwas gegen die Behandlung spricht. Dann kann mit der Sauerstoffmangelatmung begonnen werden, einer Therapie, die auch für die Zukunft viel verspricht.

Univ. Prof. DDr. Martin Burtscher:

„Neue Forschungen geben Hoffnung- Beispielsweise Erfolge bei der Behandlung der Alzheimererkrankung, der Parkinsonerkrankung, aber auch bei bestimmten Krebserkrankungen. Das dürfte wohl darauf zurückzuführen sein, dass Sauerstoffmangelatmung die Abwehrkräfte gegen freie Radikale steigert.“