

Kommentar

Alexandra Riegler Ein Fall für die Hoffnung



Gesundheitsbewusstsein kann einem schon Angst machen. Täglich hinterlassen Meldungen, welche Krebsart sich wodurch hervorruft lässt, eine Art psychologischen Hindernisparcours, der den Blick konzentriert am potenziellen Kranksein orientiert hält. Lösungen werden wenige geboten, weil vieles vorläufig ist und Schlussfolgerungen wenig ratsam sind. Die Krebsforschungsinformationsflut eignet sich am anderen Ende der Skala auch nicht für eine fatalistisch-entspannte Haltung, vielmehr scheint das

Leben mit einer sich laufend erneuernden Menge an möglichen kleinen und großen Toden durchzogen, die sich bis dahin bedeckt hielten. Gern tritt auch Widersprüchliches ans Licht: So fanden Wissenschaftler der Harvard Medical School kürzlich heraus, dass sich Übergewicht vor der Menopause doch hemmend auf die Entstehung von Brustkrebs auswirken könnte. Kommando zurück also und den schlanken Brokkoli gegen Deftigeres ausgetauscht? Nicht so schnell. Das Übergewicht könnte lediglich ein guter Nährboden sein, um Krebs über Jahre hinweg langsam wachsen zu lassen. Denn sind die weiblichen Wechseljahre erst einmal erreicht, gelten überzählige Kilos als weiterer Risikofaktor.

Manchmal allerdings scheint sich aus halbfertigen wissenschaftlichen Erkenntnissen eine gewisse Wahlfreiheit abzuzeichnen: etwa, wenn sich chemische Stoffe vermeiden lassen, die zwar keinen direkten Krebsverdacht aufweisen, dennoch aber das Erbmaterial verändern und sich in den Hormonhaushalt einmischen. Es mag nicht des Rätsels Lösung sein, aber Hoffnung ist oft einfacher gestrickt als man denkt. Und eine Strategie, die nach bestem Wissen nicht schadet, kann eine sehr nützliche sein.

Mario Koepl Die Hoffnung stirbt zuletzt



„Die Hoffnung stirbt zuletzt“ lautet ein abgegriffenes Sprichwort, wobei ich gleich vorweg aus aktuellem Beitragsanlass und aus eigener professioneller Erfahrung ernsthaft anmerken möchte, dass sie zum Beispiel in Afrika schon längst in grausamer, ernüchternder Weise verschieden ist. Hoffnungen sind ja generell sehr merkwürdige und daher eher als unnötig zu bezeichnende Gefühlsregungen.

Wer hofft denn nicht auf einen Sologewinn beim Euro-Millionen-Lotto, um dann Woche für Woche vom Schicksal ausgelacht zu werden? Wer hofft nicht auf die Erwidmung seiner Liebe und Zuneigung? Klappt es dann aber für eine mehr oder weniger lange Zeit, geben sich letztendlich in vielen Fällen Trennungsschmerz und/oder Scheidungskrieg die Türklinke in die Hand. Gar manch große Hoffnungen hegen Konzernbosse oder Kleinunternehmer, um dann im Insolvenzverfahren vor den Trümmern der Träume oder der eigenen Existenz zu stehen. Wir hoffen auch stets auf Politiker, die wirklich unsere Interessen, Anliegen und Bedürfnisse vertreten, und werden von der Realität in der Regel, wenn nicht plump verhöhnt, so zumindest eines Besseren belehrt. Manche hoffen und bängen mit ihrem Lieblingssportverein, um zu Saisonende bittere Tränen zu vergießen. Von der Hoffnung auf einen sicheren Arbeitsplatz, auf ein sorgenfreies Rentnerdasein oder zumindest auf Gesundheit oder Weisheit will ich nobel schweigen, denn das würde zu manch kleiner Depression führen. Ich gehe die Sache kleiner an und hoffe lediglich, Sie mit meinen Beiträgen in diesem Jahr nicht gelangweilt zu haben. Der Antwort darauf sehe ich mit Spannung entgegen. Merry Christmas!

Das dicke Ende

Jeder zweite Österreicher ist übergewichtig. Angesichts des Umgangs mit Fettleibigkeit einerseits, gesundem Essen und Sport andererseits erscheint eine Änderung dieses Zustands als unwahrscheinlich.

Christian Ellison

Im Fernsehen, im Radio, im Internet, in den Tageszeitungen – überall wird es gebetsmühlenartig wiederholt: Fettleibigkeit ist ungesund. Das Herzinfarktrisiko steigt genauso wie das Risiko, Diabetes zu bekommen. Und das sind nur zwei von vielen möglichen Folgeerkrankungen, die auch immer wieder erwähnt werden. Dennoch leidet ein Viertel aller Österreicher an Fettsucht. Jeder zweite Erwachsene zwischen 35 und 65 Jahren ist übergewichtig und macht zu wenig Sport.

Heißt das, dass die Österreicher das Problem nicht ernst genug nehmen? Oder werden sie zu wenig über die für sie wirklich zugänglichen Kanäle über die katastrophalen Folgen ihres Lebenswandels aufgeklärt? Und: Haben sie wirklich die Chance, von Kindheit an gezielt Übergewicht zu vermeiden oder, wenn es schon da ist, auch Erfolg versprechende Schritte dagegen zu unternehmen?

Die Wahrheit liegt wie so oft dazwischen. Es beginnt schon in der Schulzeit. Turnunterrichtsstunden wurden in den letzten Jahren reduziert. Eine kontraproduktive Maßnahme. In gleicher Weise wachsen aber die Verlockungen des Fastfood. Zu Hause wartet nicht selten auch Deftiges, und so wächst der Schwimmreifen kontinuier-

lich. Und die Unfähigkeit, mit den Schulkollegen beim Turnen mitzuhalten.

Im Sport zu versagen, wird von den Eltern nicht gern gesehen, in der Argumentation folgt aber schnell ein „Schwamm drüber“, denn „Hermann Maier will er eh keiner werden, sondern Netzwerkadministrator“. Dass das größte Talent für den bestbezahlten Job aber nichts hilft, wenn der heranwachsende Körper aufgrund von Fettleibigkeit krank wird, bedenkt kaum jemand.

Da hieße es nämlich, gezielt die Essgewohnheiten zu ändern. Vertreter der Weltgesundheitsorganisation WHO haben erst kürzlich kritisiert, dass da im gesamten europäischen Raum viel zu wenig passiert.

Mehr als „Friss die Hälfte“

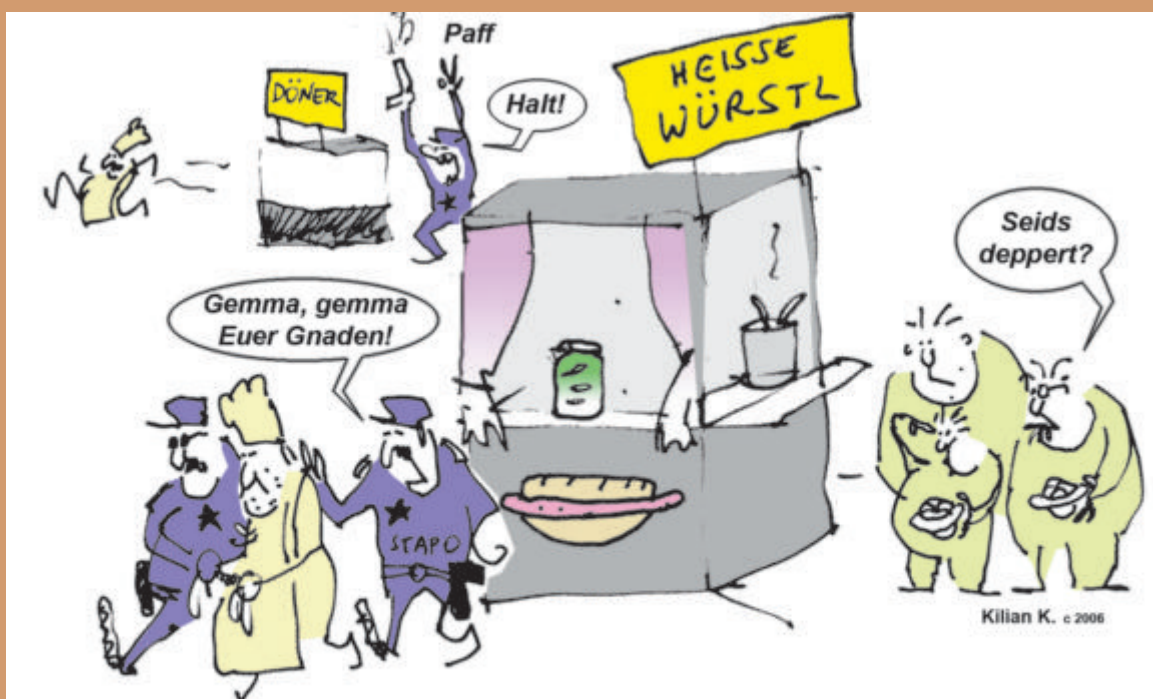
Letland verbannte Softdrinks, Süßigkeiten und Chips aus den Schulkantinen. Und weiter? Werden den Schülern die Vorteile von Obst und Gemüse gegenüber Pizzaschnitten und Schokoriegel aufgezeigt? Oder wird ihnen vielleicht nur mit erhobenem Zeigefinger gesagt, dass zu viel Fastfood und zu wenig Sport schädlich ist, was Schüler sicher irgendwann einmal tödlich nervt. Sicher haben es Obst und Gemüse auch schwer, denn Werbung kostet Geld, und gegen die Omnipräsenz riesiger Fastfood-Konzerne

in Funk, Fernsehen und Internet lässt sich nicht viel ausrichten bei Schülern – ohne Hilfe von Politik, Lehrern und Eltern. Mehr Unterstützung für Obst- und Gemüsebauern würde da vielleicht auch abseits von „Ja! Natürlich“ einiges bringen.

Die größte Herausforderung scheint aber ein effektiver Umgang mit Fettleibigkeit zu sein. Bisher gelang das nur in Ansätzen. Zu oft hört man Geschichten von dicken Kindern – und wie die Gesellschaft mit ihnen umgeht. Ausgelacht, depressiv und nach dem Stiegensteigen zur Klasse schon völlig außer Atem. Die Eltern schimpfen, der Lehrer vermutlich auch, der Arzt sagt auch nur „FDH“ und lächelt süffisant. Friss die Hälfte? Schon richtig, aber die Heilung wird da nur sehr oberflächlich angegangen.

Fettleibigkeit wird auch nicht wirklich als sehr komplexe Krankheit anerkannt. Die Tatsache, dass die Krankenkassen zum Beispiel neue Medikamente, die bei einer derartigen Gesundheitsgefährdung gemeinsam mit einer Diät zur Fettreduktion beitragen, nicht übernimmt, spricht auch dafür. 143 Euro kostet das Mittel dann – pro Monat, versteht sich. Wenn man bedenkt, dass Übergewicht in Unterschichten besonders verbreitet ist, bleibt nur noch eine Frage zu stellen: Wer soll das bezahlen?

Karikatur der Woche



Im Kampf gegen die Fettsucht der Bevölkerung greift die Regierung endlich hart durch...

Zeichnung: Kilian Kada