

Gesund zu essen kann man lernen

Fast ein Drittel der österreichischen Schüler isst täglich Süßigkeiten, für viele steht zudem regelmäßig Pizza, Döner oder Burger auf dem Speiseplan. „Wenn man bedenkt, dass Essgewohnheiten in der Kindheit geprägt werden, wird klar, wie wichtig es ist, das Wissen für gesunde Lebensmittel und Ernährung bereits früh zu fördern“, sind sich Agrarlandesrat Max Hiegelsberger, Gesundheitslandesrätin Christine Haberlander und Landesbäuerin Annemarie Brunner einig. Deshalb appellierten sie zum Schulstart gemeinsam an alle Eltern und Pädagogen, die vielen Angebote zum Thema gesunder Ernährung im Land zu nutzen. Diese reichten etwa von Genusscamps „für Kids“ bis zum Ernährungsblog „Schmeck's“, der Jugendliche ansprechen soll. Weiters gibt es Workshopangebote des Landes im Rahmen der „Gesunden Gemeinden“, Gesunde-Jause-Checklisten und zahlreiche Initiativen der Landwirtschaftskammer, etwa die Seminarbäuerinnen-Schulworkshops oder die „Tage der Landwirtschaft“ am 2. und 3. Oktober in Linz, Wels und Braunau. (had)

Mehr: gesund-oberoesterreich.at; ooe.lko.at; ooe.lfi.at und schmecks-ooe.at



Koch-Workshop „für Kids“ Foto: LWKÖ

Schreiben lernen mit alter Methode

Volksschüler lernen Rechtschreibung am besten nach der klassischen sogenannten Fibelmethode. Zu diesem Ergebnis kommt eine deutsche Studie. Dabei werden Buchstaben und Wörter schrittweise und nach festen Vorgaben eingeführt. Danach lernende Kinder hatten mit Abstand die besten Rechtschreibkenntnisse, wie Forscher vom Bonner Institut für Entwicklungspsychologie berichten.



Nicht nur bei Betroffenen selbst, auch bei Angehörigen löst die Diagnose Ängste und Unsicherheit aus. Foto: colourbox

Demenz: Betroffene fühlen sich auch sozial ausgegrenzt

Welt-Alzheimer-Tag: Rund 130.000 Menschen in Österreich leben mit einer Form von Demenz, Tendenz stark steigend

Allein die Diagnose einer Demenz führt zu sozialem Ausschluss. Zu diesem Ergebnis kommt die Volkshilfe Österreich durch eine repräsentative Befragung. Deshalb sei es wichtig, dass die Krankheit in die Öffentlichkeit gerückt wird und die Menschen in Würde weiterleben können. Persönlicher Kontakt zu Betroffenen reduziere zudem Berührungsängste, hieß es am Montag bei einer Pressekonferenz in Wien anlässlich des bevorstehenden Welt-Alzheimer-Tages am Freitag (21. September). Die häufigste Form einer Demenz ist die Alzheimer-Demenz.

„Es ist sehr wichtig, die Selbstständigkeit der Menschen so lange wie möglich zu erhalten“, sagte Erich Fenninger, Direktor der Volkshilfe Österreich. Diese Selbstständigkeit beginne bereits in der eigenen Wohnung, denn niemand dürfe allein durch die Diagnose aus dem Leben gerissen werden.

In Österreich gibt es rund 130.000 Betroffene, von denen 80.000 an mittlere oder schwere Demenz leiden. Bis zum Jahr 2050 soll sich die Gesamtzahl mehr als verdoppeln. Aus diesem Grund möchte die Volkshilfe auf die Krankheit aufmerksam machen und die Angst im Umgang mit betroffenen Personen nehmen.

„Am liebsten geheim halten“

Fast drei von vier Befragten gaben an, dass Demenz-Erkrankte und ihre Angehörigen bereits durch die Diagnose vom öffentlichen Leben ausgeschlossen werden. Der Großteil möchte die Diagnose deshalb so lange wie möglich geheim halten. Zwei Drittel sind der Meinung, dass im öffentlichen Raum auf Betroffene wenig Rücksicht genommen wird.

Auch für Angehörige ist es nicht einfach, mit der Erkrankung umzugehen. Mehr als die Hälfte der Befragten gab an, dass

ihnen die Pflege und Betreuung eines Demenz-Patienten „Angst“ machen würde. Allein die Begegnung mit einem Betroffenen ist rund einem Viertel der Österreicher sehr oder ziemlich unangenehm. Bei Personen, die Erkrankte bereits kennen, gehen die Berührungsängste zurück. Hier gab nur jeder Fünfte an, Angst vor persönlichem Kontakt zu haben.

Fenninger empfahl, die Personen nach der Diagnose nicht aus ihrem Umfeld zu reißen, sondern ihnen weiter eine mitbestimmende Rolle in der Familie zu geben. „Jeder Mensch ist einmalig. Auf die individuellen Bedürfnisse einzugehen, ist gerade bei Menschen, die mit Demenz leben, entscheidend“, sagt auch Maria Moser, Direktorin der Diakonie Österreich.

■ **Mehr über Alzheimer** – und was Forscher zur Vorbeugung raten – lesen Sie am **Mittwoch im ÖÖN-Gesundheitsmagazin**

Krummer Rücken: Hilfe und Rat für Schmerzgeplagte

Mit den Folgen einer schweren Verformung ihrer Wirbelsäule hat die 23-jährige Laura Einheller aus St. Valentin seit ihrer Jugend zu kämpfen. Die Buchhalterin musste schon in jungen Jahren mehrere Operationen über sich ergehen lassen und lernen, mit starken Schmerzen zu leben. Ähnlich erging es ihrer Freundin Katharina Berndl, die an einer schweren Kyphose (Rundrücken) litt.

Um sich mit anderen Betroffenen auszutauschen und ihr Wissen weiterzugeben, das Einheller und Berndl zum Thema Wirbelsäulenverkrümmung angesammelt haben, haben sie Anfang 2018 eine Selbsthilfegruppe für Skoliose- und Kyphosebetroffene gegründet. Heute findet um 18.30 Uhr in der Garnisonstraße 1a in Linz ein Treffen für Betroffene und Angehörige statt.

Interessierte finden auf der Facebookseite (Scoliosis & Kyphosis – Stronger than Titanium) von Laura Einheller und Katharina Berndl zudem Informationen zum Thema „Wirbelsäulendeformationen“ und über die Selbsthilfegruppe.

Mikrobiologie: Neuer Leiter im Klinikum Wels



Foto: Klinikum

Rainer Gattringer wurde zum Leiter des Instituts für Hygiene und Mikrobiologie, Infektiologie und Tropenmedizin im Klinikum Wels-Grieskirchen

bestellt. Der 46-Jährige tritt damit die Nachfolge von Walter Aichinger an. Gattringer ist Facharzt für Hygiene und Mikrobiologie sowie Facharzt für Innere Medizin mit dem Zusatzfach Infektiologie und Tropenmedizin. Zu seinen Spezialgebieten zählen die Diagnostik, Therapie und Prävention von Infektionen, die durch hochresistente Erreger verursacht werden.

Der gebürtige Oberösterreicher war zuletzt stellvertretender Leiter des Instituts für Hygiene im Ordensklinikum Linz-Elisabethinen.

Ironische Betrachtungen von Adalbert Stifters Biedermeier

Linzer StifterHaus: Die Ausstellung „Bezwungung seiner selbst“ behandelt Liebe, Kunst und Politik des Landesdichters

Adalbert Stifters 150. Todestag ist der Anlass, dem Schriftsteller im Linzer StifterHaus eine Ausstellung zu widmen, die Kernelemente aus Stifters Menschen- und Weltbild vermittelt: „Bezwungung seiner selbst. Liebe, Kunst und Politik bei Adalbert Stifter“. Die Liebe ist ein Leitmotiv, das sich durch Stifters Gesamtwerk zieht, sagt der für diesen Themenbereich zuständige Kurator und ÖÖN-Literaturkritiker Christian Schacherreiter.

Liebe in verschiedenen Bedeutungsvarianten, angefangen von der romantischen Liebe zwischen Mann und Frau über die Fürsorge für Kinder und die Zuneigung unter Geschwistern bis zur Liebe zum Schönen, vor allem zur Kunst. Der für das Thema Kunst verantwortliche Kurator Georg Wilbertz legt den Fokus auf den Kunstkritiker

Stifter, der sich in Oberösterreich um Kunstförderung verdient gemacht hat. Die Kunst war für Stifter wichtiges Medium der Menschenbildung. Seine traditionalistischen Kriterien der Kunstkritik blieben allerdings hinter den Entwicklungstendenzen seiner Zeit zurück. Dem Neuen, dem Regelbruch durch spontane, innovative Akte stand Stifter skeptisch gegenüber.

„Bezwungung seiner selbst“, eine Formel aus der Vorrede zu „Bunte Steine“, ist das Programm, das Stifters Haltungen zu Kunst, Liebe und Politik verbindet. Denn auch in politischen Fragen war Stifter konservativ. Kurator Hubert Lengauer macht anhand von Stifters Kritik der Revolution 1848 deutlich, wie sehr den Autor Gewalt abstieß. Ausstellungsgestalter Peter Karlhuber hat einen biedermeierlich



Text-Bild-Montagen zu Adalbert Stifter von Peter Karlhuber

Foto: StifterHaus

anmutenden Raum geschaffen, bricht aber dessen idyllisches Ambiente durch ironische Text-Bild-Montagen durch zerschlagenes Kaffeegeschirr und Unerwartetes hinter geheimen Tapentüren. Auch Interventionen im öffentlichen Raum weisen auf die Ausstellung hin. Dabei musste Karlhuber Zugeständnisse machen. Beim Stifter-Denkmal vor dem Landhaus musste er sogar auf harmlose politische Aktualisierungen verzichten. Der Vormärz ist eben noch immer nicht ganz zu Ende.

„Bezwungung seiner selbst. Liebe, Kunst und Politik bei Adalbert Stifter“, Stifterhaus Linz, Eröffnung: Mittwoch, 19. 9., 20 Uhr. Ausstellungsdauer: 20. 9. 2018–28. 3. 2019 (umfangreicher Ausstellungskatalog).