

GESUNDHEIT

Wie gefährlich sind Giftquallen vor Mallorca?

Tiere sorgten für Wirbel auf der Insel.

PALMA/DPA - Mit bis zu 50 Meter langen Tentakeln schwebt sie durch die Weltmeere, und wer ihren Weg streift, dem drohen höllische Schmerzen. Die Portugiesische Galeere mit ihrem irisierenden, meist blau schimmernden Körper ist eine der giftigsten Quallenarten der Welt. Auf Mallorca wurde vor Kurzem ein totes Exemplar vor der Küste der Inselhauptstadt Palma entdeckt. Kurz darauf berichteten Medien von zwei lebenden Exemplaren, die gesichtet worden seien.

Der erste Fund Anfang der Woche an dem beliebten Strand Ciudad Jardín - zwischen „Ballermann“ und Stadtzentrum - löste einigen Wirbel aus. Der regionale Notdienst bat die Strandgäste um extreme Vorsicht. Die von der Stadtverwaltung nach der Sichtung zweier lebender Portugiesischer Galeeren verhängte Badeverbote an Stränden der Viertel Can Pastilla und Molinar wurden indes am Donnerstag wieder aufgehoben.

„Man kann sie vorher sehen“ Für den Menschen verläuft eine Begegnung mit dem Nesseltier nur selten tödlich. Man kann die Gefahr im Fall der Portugiesischen Galeere auch schon im Vorfeld gut erkennen, wie Winfried Hochstetter, Leiter des Aquariums Wilhelmshaven, erklärt. „Das Gute ist, dass man sie vorher sieht, denn sie hat eine Gasblase, die aus dem Wasser herausguckt“, sagt der Experte. Mallorca ist nicht allein mit seinem Quallen-Dilemma: Exemplare waren im April vor den Balearen-Inseln Formentera und Ibiza gesichtet worden. Und vorige Woche waren in der Provinz Alicante an der Costa Blanca ebenfalls mehrere dieser Quallen angespült worden. Ein Elfjähriger wurde am Arm gestochen und ins Krankenhaus gebracht.



Eine Qualle der Gattung Portugiesische Galeere FOTO: DPA

Dabei ist diese Qualle eigentlich gar keine Qualle, auch wenn sie so aussieht. Die Portugiesische Galeere ist ein Wunderwerk der Natur, nämlich eine riesige Polypenkolonie, in der jedes Individuum eine bestimmte Aufgabe übernimmt - sei es zum Fressen, zur Fortpflanzung oder zur Abwehr von Feinden. Die Organismen wären alleine nicht lebensfähig.

Brennende Wundmale

Kennzeichen ist die bis zu 30 Zentimeter messende Gasblase, die für den Auftrieb des Tieres sorgt. „Bei Kontakt mit den Nesselzellen an den Fangarmen explodieren diese und injizieren mit einer Art Harpune Gift unter die Haut“, erläutert Hochstetter. Die Folge: Stark brennende Wundmale, die wie Striemen nach Peitschenhieben aussehen. Das Fachmagazin „Toxins“ berichtet auch von Kopfschmerzen, Übeln, Bauchschmerzen und Durchfall.

Biologen warnen vor Panikmache. Bald werde die Portugiesische Galeere im Mittelmeer ohnehin keine Probleme mehr bereiten, ist Antoni Grau überzeugt. Der Leiter der Generaldirektion Fischerei der Balearen sagte: „Wenn das Wasser erstmal 25 Grad erreicht, sterben diese Tiere alle.“



Marc Gassert geht auf Tuchfühlung mit dem Publikum.

FOTOS: ANDREAS STEDTLER

Nicht jammern!

MZ.WISSEN 2018 Wie kommt man morgens gut aus dem Bett und widersteht abends dem Schokotörtchen? Selbstdisziplin kann man lernen, sagt Marc Gassert.

VON ALEXANDER SCHIERHOLZ

HALLE/MZ - Der heimliche Star des Abends ist eine volle Flasche Mineralwasser. Marc Gassert wird im Verlauf des Abends daraus immer wieder etwas Wasser ausgießen. Das Wasser soll die Energie darstellen, die uns ein anstrengender Tag raubt. Die Frage ist: Wie bekommt man die Flasche wieder voll, wenn sie leer ist?

Am Mittwochabend ist Gassert, Vortragsredner und Coach, zu Gast in den Franckeschen Stiftungen in Halle. Er bestreitet den vierten Teil der Veranstaltungsreihe „MZ.Wissen 2018“. Die Mediengruppe Mitteldeutsche Zeitung will an acht Abenden mit den Stiftungen als Partner und der Veranstaltungsgesellschaft Wissen auf unterhaltsame Art und Weise vermitteln.

Gasserts Thema ist die Disziplin. Sich selbst zu disziplinieren, das könne man lernen, sagt er. Der „blonde Shaolin“, wie er sich nennt, hat sich dazu bei den Shaolin-Mönchen in China in die Lehre begeben, an der Wiege der Kampfkunst. Gassert hat schwarze Gürtel in Taekwondo, in Karate und in Shaolin Kung Fu. Anfangs erzählt er von seiner Zeit bei den Mönchen - wie sie es schaffen, nach einem 21-Kilometer-Lauf 17 Stunden hart zu trainieren. Wie er das geschafft hat. Allein das lohnt den Abend.

Der innere Schweinehund

Gassert verbindet Erkenntnisse der fernöstlichen Lehre mit wissenschaftlichen Erkenntnissen der westlichen Welt. Er sagt: „Da gibt es viele Übereinstimmungen.“ Dem Publikum im voll besetzten Freylinghausen-Saal der Stiftungen verspricht er „Tipps, Tricks und Tools, um den inneren Schweinehund zu überwinden“.

Solche Ratschläge erhofft sich auch Frank Hindtsche. „Es fängt doch mit Kleinigkeiten an“, sagt der Mann aus Möhlau (Kreis Wittenberg), der mit seiner Frau Petra alle acht Veranstaltungen von „MZ.Wissen“ gebucht hat, und nennt gleich ein Beispiel: „Schafft man es, abends eben nicht in die Pralinschachtel zu greifen?“ Er selbst schafft das nach eigener Einschätzung schon ganz gut.

Sebastian und Doreen Simoch aus Goseck (Burgenlandkreis) arbeiten als Krankenpfleger und Krankenschwester. „Das Thema hat es uns angetan“, sagt er. „Sich



Drei Minuten lang so verharren, das ist anstrengend, das tut weh. Marc Gassert empfiehlt die Übung, um das Durchhaltevermögen zu steigern.



Zum Lachen: Der Coach arbeitet mit anschaulichen Beispielen, witzig vorgetragen. Das kommt gut an.



Volles Haus: Auch dieser Abend in der Reihe „MZ Wissen“ in den Franckeschen Stiftungen war wieder gut besucht.

Wieder vier Freikarten

Die Mitteldeutsche Zeitung verlost auch für die fünfte Veranstaltung der Reihe „MZ.Wissen 2018“ am **Mittwoch, 5. September**, wieder vier Freikarten. Dann wird Michael Rossi in den Räumen der Franckeschen Stiftungen erwartet. Der Schauspieler, Speaker und Coach ist Experte für non-verbale und paraverbale Kommunikation. Er wird Ratschläge zu souveränem Verhalten in schwierigen Ge-

sprächen geben. Interessenten können sich per Mail oder Postkarte bis Mittwoch, 30. Mai, bei der MZ melden. Die Gewinner werden anschließend von der Redaktion benachrichtigt.

»Hier die Adressen: walter.zoeller@dumont.de

Mitteldeutsche Zeitung, Delitzscher Straße 65, 06112 Halle, zu Händen von Walter Zöller

selbst zu disziplinieren ist doch ganz wichtig, um gerade auch in unseren anstrengenden Berufen weiterzukommen.“

Die Besucher werden nicht enttäuscht. Gassert holt sie im Alltag ab, in vertrauten Situationen: Der Sonntagabend, an dem man manchmal denkt: Hilfe, morgen ist schon wieder Montag! Der Morgen, an dem man nicht gut aus dem Bett kommt. Das Schokotörtchen, dem man nach einem Arbeitstag voller Stress nicht widerstehen kann.

Die Duschwand abklatschen

Weil die Willenskraft fehlt, sagt Gassert. Doch die, so seine These, lasse sich trainieren, „wie ein Muskel“. Dann fülle sich auch die Flasche wieder mit Energie. Bloß wie? Ein paar Tipps: Nicht jammern! „Das kostet bloß Kraft.“ Den Konjunktiv weglassen: „Nicht ‚Ich müsste mal...‘, sondern ‚Ich muss...‘ Und das dann auch tun!“ Sich auch für kleine Erfolge feiern, zum Beispiel dafür, morgens aus dem Bett zu kommen, wenn einem das in der Regel schwerfällt. „Klatschen Sie dafür die Duschwand ab, wenn Sie wollen. Das schüttet Dopamin aus, es geht einem besser.“ Solche anschaulichen, witzig vorgetragenen Beispiele kommen gut an im Publikum, es wird viel gelacht.

Wem diese Tipps nicht reichen, für den hat der Coach auch noch eine Übung parat: Er holt einen jungen Mann nach vorne auf die Bühne. Der muss sich breitbeinig hinstellen, in die Knie gehen und drei Minuten so verharren. Eine Uhr stoppt die Zeit. Der Proband versucht, sich nichts anmerken zu lassen, aber man sieht: Das ist anstrengend. Er hält durch, es gibt Riesenapplaus.

„Im Shaolin hat man diese Übung vor 2 500 Jahren eingeführt, um Menschen im Durchhalten zu trainieren“, erklärt Gassert. Er empfiehlt die Übung zur Nachahmung fürs heimische Wohnzimmer: „Sie müssen nicht drei Minuten schaffen. Machen Sie so lange Sie wollen, und dann noch etwas länger.“ So lasse sich die Leistung steigern. Und die Willenskraft.

Mit dem Vortrag von Marc Gassert geht „MZ.Wissen“ in die Sommerpause. Die Reihe kommt so gut an, dass alle weiteren vier Veranstaltungen bereits ausgebucht sind.

NACHWUCHSFORSCHER

Was macht Ketchup so besonders?

Ein Thema in der Schülerakademie

KÖTHEN/MZ/ZÖ - Viele gehen sofort in die Sommerferien, einige aber absolvieren noch freiwillig eine „Ehrenrunde“. Sie beteiligen sich an der Landeschülerakademie der Hochschule Anhalt in Köthen. Das Angebot richtet sich an begabte Schülerinnen und Schüler. Dessen vierte Auflage findet vom 1. bis 13. Juli statt. Ziel der Akademie ist es, interessierten Jugendlichen Natur- und Ingenieurwissenschaften noch näher zu bringen. Und das nicht in Form eines drögen Unterrichts, sondern in direktem Kontakt mit Wissenschaftlern, mit Hilfe von Exkursionen und ergänzt durch ein Freizeitprogramm.

Die Schüler können in diesem Jahr zwischen vier Kursen wählen: In der Angewandten Biotechnologie geht es unter anderem um Algen und Hefen als Produktionsfabriken. In der Rubrik „Life Science Engineering“ wird auch die Frage beantwortet, was Ketchup so besonders macht. In der Angewandten Informatik werden Matheaufgaben maschinell übersetzt. Die Angewandte Elektronik beschäftigt sich mit der Virtuellen Realität in der Medizin und dem Bau von Brennstoffzellen.

„Die Schüler werden direkt von Professoren und wissenschaftlichen Mitarbeitern betreut, die auch aktiv in der Angewandten Forschung tätig sind und eng mit Unternehmen der Region kooperieren“, sagt Carola Griehl. Die Professorin an der Hochschule Anhalt hat die Akademie, die vom Land unterstützt wird, mit aus der Taufe gehoben. In diesem Jahr sind auch die Hochschule Merseburg, die Uni Magdeburg und die Bethge-Stiftung im Biozentrum Halle mit von der Partie. Insgesamt können maximal 20 Jugendliche der Jahrgangsstufen neun bis elf mitmachen, die Teilnehmer werden von einer Jury ausgewählt. Die Teilnahmegebühr beträgt 180 Euro und umfasst alles von der Hotelunterbringung über die Verpflegung bis hin zum Arbeitsmaterial. Die Anmeldung ist bis zum 6. Juni möglich.

»Bewerben kann man sich online auf dem Landesbildungsserver www.bildung-isa.de unter der Rubrik: Themen/Begabtenförderung/außerschulische Förderangebote/ Landeschülerakademie

UMWELT

Donau immer öfter eisfrei

MÜNCHEN/DPA - Die Donau friert seit 70 Jahren kaum noch zu. Grund dafür seien die steigenden Winter- und Wassertemperaturen in Mittel- und Osteuropa, erklärte Monica Ionita, Klimaforscherin am Alfred-Wegener-Institut in Bremerhaven. Ein Forscherteam hatte die Eisaufzeichnungen aus der rumänischen Hafenstadt Tulcea und anderen Orten entlang der Donau mit lokalen und überregionalen Wetterdaten verglichen. „In Europa hat es bereits Ende der 1940er Jahre einen deutlichen Anstieg der Wintertemperatur gegeben. Seitdem sind die Wintermonate in der Regel nicht mehr kalt genug und die Donau und andere große Flüsse können nicht mehr regelmäßig und langanhaltend zufrieren“, sagte Ionita.