

Stadtmenschen leben und arbeiten für eine Woche im Lungau auf der Alm. Ob sie dadurch gesünder werden, soll eine wissenschaftliche Studie zeigen.

MICHAEL MINICHBERGER

**ZEDERHAUS.** 25 Frauen und Männer aus der Stadt in das Riedingtal zu bringen, sie dort auf der Alm ohne Strom und Warmwasser unterzubringen und mit den typischen ländlichen Arbeiten zu betrauen – das klingt im ersten Moment nach einer Sendung im Privatfernsehen. Tatsächlich handelt es sich um eine Studie der Paracelsus Privatmedizinischen Universität Salzburg (PMU).

Studienleiter Arnulf Hartl und sein Team untersuchen Auswirkungen von Aufenthalt und körperlicher Arbeit in einer ursprünglichen Naturlandschaft auf die Gesundheit. Kürzlich endete der zweite Durchlauf, nun wird ausgewertet. „Die Datensätze sind riesig“, sagt Hartl, der die Probandinnen vor und nach der Zeit im Lungau umfangreichen medizinischen Tests unterzog. Jetzt gehe es vor allem um statis-



Die Zeit in der alpinen Naturlandschaft kann „verschüttete“ Abwehrkräfte reaktivieren, so eine These des Forschungsteams. BILD: SNPMU

## Käsen und „Heign“ für die Gesundheit



„Die Probanden haben gewohnt wie vor 100 Jahren.“

**Arnulf Hartl**, Immunologe

tische Auswertungen. An diesen sind 18 Mitarbeiterinnen beteiligt. Die Ergebnisse sollen im Februar präsentiert werden.

Im Gegensatz zum sehr sauberen Stadtleben komme der Mensch zwischen Heu und Kuhmist noch in Kontakt mit vielen Bakterien und Keimen. Das stärke das Immunsystem auch schon nach kurzer Zeit – so lautet die Forschungshypothese. Demzufolge wurden ausschließlich Personen ausgewählt, die keinerlei

Bezug zu Landwirtschaft haben. „Wir hatten eine gemischte Gruppe mit Deutschen und Österreichern, zwischen 22 und 60 Jahren“, sagt Hartl, eine Abgeltung sei nicht vorgesehen. „Die Aussicht, das ursprüngliche Landleben kennenzulernen, war Motivation genug. Trotz einer Unterbringung wie vor 100 Jahren.“

Der Tagesablauf hatte wenig mit der üblichen Vorstellung von Urlaub auf dem Land zu tun. Angewiesen von einheimischen Landwirten wurden Butter und Käse produziert, Heu geerntet, Kühe gemolken und zugewachsene Almwege freigeschnitten. Die Idee dahinter: nicht nur die Auswirkung der guten Luft zu untersuchen, sondern auch jene der körperlichen Arbeit als Kontrast

zu Büroaktivitäten. Neben Blutwerten, Stresshormonen, Herzfrequenzvariabilität und Psychologie gilt ein spezielles Augenmerk dem Mikrobiom, der Gesamtheit aller Mikroorganismen wie Bakterien, Archaeen, Viren, Pilzen und Protozoen im menschlichen Körper. Die Zeit auf der Alm könne „verschüttete“ Abwehrkräfte wieder aktivieren, so die These.

Franz Gferrer, Geschäftsführer des Naturparks Riedingtal, hofft auf erfreuliche Ergebnisse und auf einen positiven Niederschlag auf die Nüchternheitszahlen. In Krimml hat es einen solchen Effekt gegeben. Hartl und sein Institut für Ökomedizin lieferten den wissenschaftlichen Beweis für die Heilkräfte der Krimmler

Wasserfälle. Seither seien die Nüchternheitszahlen in den Sommermonaten um rund 30 Prozent gestiegen, sagt TVB-Geschäftsführerin Petra Lemberger. Von Mai bis Oktober 2021 gab es 116.000 Übernachtungen. „Ich drücke den Lungen die Daumen.“ Mit einer automatischen Zunahme der Nachfrage dürfe man aber nicht rechnen. „Man muss gut damit arbeiten und etwas daraus machen.“

### Umfrage

Sie sind Stadtmensch – wäre ein Leben auf dem Land für Sie vorsestellbar? [www.SN.at](http://www.SN.at)

