



**Berg- und Alm-
idyll: der Schlie-
rersee, in dem
sich der Rieding-
spitz spiegelt. Im
Riedingtal wird
den Heilkräften
alpiner Natur-
landschaften
nachgespürt.**

BILD: SN/SCHÖNE HEIMAT/
MARIA MEINDL

Melken und Ausmisten sollen die Gesundheit stärken

15 echte Stadtmenschen ziehen für zwei Wochen auf die Alm im Lungau. Ein Team von Wissenschaftlern untersucht, wie sich naturnahe Umgebung und Arbeit auf den Gesundheitszustand auswirken.

MICHAEL MINICHBERGER

ZEDERHAUS. Die gesundheitsfördernde Wirkung der Krimmler Wasserfälle und des Abtenauer Heilwassers hat Arnulf Hartl schon wissenschaftlich untersucht. Jetzt widmet sich der Immunologe der Paracelsus Medizinische Privatuniversität (PMU) Salzburg mit seinem Team den Heilkräften der Almen. Diese Naturlandschaften seien ein spannendes Umfeld. „Sie sind seit Jahrhunderten bewirtschaftet, die Biodiversität hat sich bis heute kaum geändert.“ Im Gegensatz zum sehr sauberen Stadtleben komme der Mensch zwischen Heu und Kuhmist noch in Kontakt mit vielen Bakterien und Keimen. Das stärkt das Immunsystem auch schon nach kurzer Zeit – so lautet die Forschungshypothese.

Dass Kinder, die sich regelmäßig in einem Kuhstall aufhielten, selten an Asthma erkrankten, darauf ließen Statistiken schließen,

sagt Hartl. „Wir gehen über die reine Beobachtung hinaus und machen die weltweit erste Interventionsstudie auf der Alm.“ Am Samstag ziehen 15 Probandinnen und Probanden für zwölf Tage ins Lungauer Riedingtal, arbeiten, leben und schlafen im Naturpark. Ausgewählt wurden klassische



„Wir machen die weltweit erste Studie dieser Art.“

Arnulf Hartl, Immunologe

Stadtmenschen, die selten bis nie Kontakt mit Ställen, Almen und alpinen Landschaften haben.

Vor Antritt der Reise in den Lungau steht eine umfassende Untersuchung auf dem Programm. Von den Blutwerten über die Stresshormone, Herzfrequenzvariabilität bis zur Mikrobiomanalyse und Psychologie reiche das Spektrum, sagt Arnulf

Hartl. Direkt nach den zwölf Tagen werde erneut getestet, dann wieder nach zwei Monaten und nach einem Jahr. Danach könne die wissenschaftliche Arbeit fertiggestellt werden.

Süßes Nichtstun ist für die Teilnehmerinnen und Teilnehmer nicht angesagt. Betreut durch die heimischen Almbauern und Almbäuerinnen, wird gearbeitet. Geplant sind Heuernten, Melken, Buttermachen, Wurzel- und Astwerk nach Lawinenabgang zusammentragen, Nachschau beim Almvieh halten, Entfernung von Neophyten und eine Teilnahme am Wildbestäuberkurs. Hier gehe es nicht nur um die Beschäftigung der Personen, sondern auch wieder um die Auswirkungen körperlicher Arbeit im naturnahen Umfeld auf den gesundheitlichen Zustand, sagt der Projektleiter.

Dass bereits eine so kurze Zeit auf der Alm eine maßgebliche Verbesserung bringen könne, sei durchaus vorstellbar. Es gebe

eine Lost-Friends-Theorie. Besagte verlorene Freunde verschwänden durch das Leben im städtischen Umfeld aus dem Mikrobiom (Gesamtheit aller Mikroorganismen wie Bakterien, Archaeen, Viren, Pilze und Protozoen im menschlichen Körper). Diese könnten durch eine Zeit auf der Alm wieder „aktiviert“ werden, so die Hoffnung.

Wenn sich die wissenschaftlichen Annahmen bestätigen und die Arbeit eine heilende Wirkung nachweisen kann, hätte das auch aus touristischer Sicht positive Folgen, ist Franz Gfrerer, Geschäftsführer des Naturparks Riedingtal, überzeugt. „Dass der Aufenthalt am Berg gesund ist, weiß eigentlich eh jeder. Wenn wir das beweisen können, ist es umso besser.“ Fast alle Almleute der Region beteiligten sich aus Überzeugung an dem Forschungsprojekt. „Wir sind schon sehr neugierig, wie sich der Aufenthalt bei Menschen, die sonst nie auf der Alm sind, auswirkt.“