

„Gesundheitselixier Wasserfall“
(Gesundheitsfördernde Wirkung von Wasserfällen)
von Josef Glanz, 17.09.2004
(ORF – Modern Times)



40.000 Liter Wasser pro Sekunde stürzen tosend und rauschend über die letzte Kante. Und vernebeln mit kleinsten Wassertröpfchen das gesamte Tal. Gerade jene negativen Luftionen, die im Umfeld des Wasserfalls auftreten, und ihre Wirkung auf den Organismus des Menschen sind Gegenstand von Messungen österreichischer Forscher.



Bis zu 70.000 negative Luftionen werden direkt am Wasserfall gemessen, in normaler Raumluft beträgt dieser Wert 300 pro Kubikcentimeter, im Wald bis zu 3000. Schon vor 200 Jahren notierte ein Salzburger Arzt: "Unnachahmlich ist das Spritzbade in Krimml: vom feinsten Staub bis zum gewaltigen Strom, vom lieblichen Lüftchen bis zum Sturmwind - dies alles hilft gegen Entzündungen, Geisteszerrüttung und Empfindelheit."

"Schtabige Reibn" - Staubige Kurve heißt dieser Platz des Tals, in dem man vom Sprühstaub des Wasserfalls eingenebelt wird.

Maximilian Moser, Joanneum Research Weiz: "Wenn man sich fragt, was für Stoff das ist, dann ist das eigentlich der Stoff aus dem die Sterne sind, es ist nämlich Plasma, geladenen Moleküle, etwas, was sonst nur im Weltraum vorkommt und hier eben durch das fallende Wasser erzeugt wird."

Versuchsaufbau in freier Natur: Wissenschaftler des Joanneum Research Weiz samt Probanden auf dem Weg ins gesunde Nass. Versuchsziel: Die Wirkung der negativen Luftionen auf die Testpersonen in Entspannung, bei körperlicher Aktivität und das subjektive Empfinden sollen streng wissenschaftlich untersucht werden. Biologen, Mediziner, Physiker sind am Versuch beteiligt. Das Freiluftlabor ist technisch am letzten Stand - Geräte zur Messung der Körperrhythmen, der Luftionenkonzentration und schließlich: die Testpersonen werden vorbereitet.



Elektroden dienen der Messung der Herzfrequenzvariabilität, jeder wird verkabelt, jede noch so kleine Reaktion des Organismus und der Körperrhythmen wird aufgezeichnet. Atmung, Durchblutung und Blutdruck werden überwacht. Per Fragebogen wird die subjektive Wahrnehmung dokumentiert, wobei jede Versuchsperson angab, durch die Nähe des Wasserfalls und durch das Einatmen der Luft gestärkt und vitalisiert zu werden.



Während sich Touristen, Schaulustige und Erholungssuchende im gesunden Nass der Fälle tummeln, wird die Auswirkung der Wasserfallnähe im Zustand der Entspannung gemessen. Überraschenderweise wurde am Vormittag ein anderer Effekt nachgewiesen als am Nachmittag.

Maximilian Moser, Joanneum Research Weiz: "Es beruhigt den Kreislauf am Vormittag und es regt ihn am Nachmittag an. Das ist

also die Gegenteil zur zirkadianen Bewegung, die der Organismus normalerweise macht. Das heißt, dass hier ein normalisierender, ein ausgleichender Effekt zu beobachten ist."



Nächstes Versuchsziel: Wie reagiert der Mensch bei körperlicher Aktivität. Wasserfallstep im Dienste der Wissenschaft.

Die Ionenkonzentration variiert stark und so wird der unmittelbare Umluftwert bei jedem Einzelnen gemessen und bei der Auswertung berücksichtigt.

Maximilian Moser, Joanneum Research Weiz: "Ein weiterer Effekt ist, dass bei Asthmatikern und Allergikern eine Verringerung der Anfallsneigung zu beobachten ist, bzw. dass es auf Allergien hemmend wirkt. Die Luftionen haben also eine beruhigende Wirkung auf den Organismus und zwar auf das Autoimmunsystem, jenes System das im Falle eines Anfalls eine überschießende Wirkung hervorrufen würde."

Ein natürlicher Quell von Elektroaerosol - so nennt man diesen einzigartigen Stoff - der so positive Wirkung auf den menschlichen Organismus hat. Und Österreich ist um eine medizinisch gesicherte Kuranwendung reicher. Gesund und Fit - im Wasserfall.

© Copyright 2004 ORF