

DIE KRAFT DER KRIMMLER WASSERFÄLLE

Gut für Immunsystem und Allergiker

Wer sich in unmittelbarer Nähe eines Wasserfalles aufhält, tut aktiv etwas für seine Gesundheit, haben österreichische Forscher bewiesen. Zurückgeführt wird dies auf die hohe Konzentration an negativen Luftionen in der Umluft des Wasserfalls. Sie stimuliert nicht nur das Immunsystem, sondern verringert auch die Anfallshäufigkeit bei Allergikern und Asthmatikern. Die Studien wurden an den Krimmler Wasserfällen im Nationalpark Hohe Tauern durchgeführt.

In der Natur werden diese Ionen durch kosmische Strahlung und radioaktive Quellen im Boden und in der Luft, durch elektrische Entladungen oder kurzwelliges UV-Licht erzeugt. Abhängig vom Standort findet man in der Atemluft etwa 300 bis 3000 Ionenpaare pro Kubikzentimeter, in unmittelbarer Wasserfallsnähe werden Werte bis 70000 gemessen.

Gesund für den Menschen sind sogenannte "leichte" Luftionen, die in der Regel aus negativ geladenen Sauerstoffmolekülen bestehen, die sich an Wassertröpfchen anlagern können und dann eine besonders hohe Konzentration und damit medizinische Wirksamkeit erlangen.

Medizinische Wirksamkeit können diese negativen Luftionen insbesondere über den Atemtrakt erlangen. Studien haben gezeigt, dass die inhalierten Luftionen größtenteils bereits im Bereich der Nasenwege ihre Ladung an die Schleimhäute abgeben. Negative Luftionen beschleunigen die Schlaggeschwindigkeit der Flimmerhärchen in der Nasenschleimhaut. Dadurch kommt es zu einer wesentlich stärkeren Reinigungswirkung der Nasenschleimhaut und der Schleimhäute des Atemtraktes.

Wirkung der Krimmler Wasserfälle ...

Schon vor 200 Jahren wussten die Ärzte der Region Krimml über die positiven Wirkungen der Wasserfälle Bescheid. So schrieb Dr. Oberlechner, Arzt in Salzburg, schon 1808:

„Unnachahmlich sind die Grade des Spritzbades in Krimml: Vom feinsten Staub des Wassers bis zum allgewaltigen Strom, vom lieblichen Lüftchen bis zum Sturmwind gibt es die verschiedensten Stufen der Stärke und Wirkung. Äußere Entzündungen würde der feine Staub, das kühle Lüftchen, das linde Spritzbad heilen, durch Kraftlosigkeit und Schwäche entstandene Schmerzen würde der starke Reiz des mächtigen Spritzbades helfen, Geisteszerrüttung aber der allgewaltige Sturmwind.“



...seit 200 Jahren bekannt, dann vergessen

Diese Anwendungsformen der Wasserfälle als Quelle der Gesundheit wurden offensichtlich im Laufe der Zeit vergessen und die größten Wasserfälle Europas nur touristisch genutzt. Im Rahmen mehrerer Studien des Joanneum Research Instituts für nichtinvasive Diagnostik wurden die Auswirkungen der Wasserfallelektrizität vor Ort und in einer kontrollierten Studie im Labor in den Jahren 2003 und 2004 untersucht. (Josef Glanz, Modern Times Gesundheit)





Information zum Forschungsprojekt „Krimmler Wasserfälle“

Die Ausgangslage, das Projekt:

Seit etwa 10 Jahren arbeitet die Großglockner Hochalpenstraßen AG an einem touristischen Pilotprojekt zur wissenschaftlichen Erforschung der Gesundheitswirkungen des Aufenthalts von Menschen bei den Krimmler Wasserfällen.

Ausgangspunkt der Überlegungen war folgende Entdeckung:

Die Krimmler Wasserfälle sollten bereits 1803 zum Heilbad erklärt werden.

Der damalige Landphysikus von Zell am See, Dr. Paul Oberlechner, schilderte wie folgt:

„Die Krimmler Wasserfälle als Remedium gegen Stadtleben und Empfindeley“

... denn das Spritzbad, behauptet er ferner, übertrifft alle Arzneien unter der Sonne in einer Nervenschwäche, welche aus dem Stadtleben, Vielsitzen, Kopfbrechen, Ärger, Kummer, starkem Kaffee, unmäßigem Medizinieren oder Blutlassen, unordentlicher Ess- und Schlafzeit, Enthaltung von Fleischspeisen, strenger Diät, frühzeitigen oder übertriebenen Venusopfern, Selbstbefleckung, einem lang anhaltenden, oft erneuerten Fluß, Romanlesen und Empfindeley entspringt.

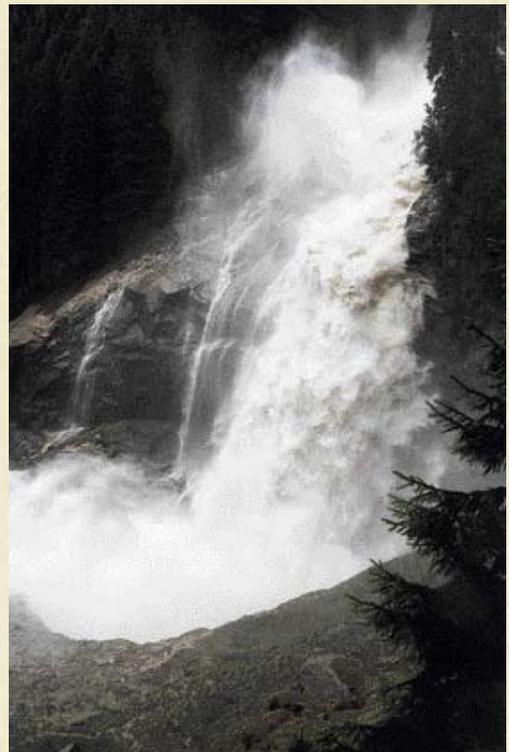
Wer die Simplizität liebt, der wird das Spritzbad, wenn er es noch nicht kennt, bei der ersten Gelegenheit eines Versuches würdigen, indem man es schwach und stark, leicht und nachdrücklich, ja, ich möchte sagen, gelinde und drastisch machen kann, und dasselbe nicht nur in der beschriebenen Nervenschwäche dienlich, sondern auch in einer solchen Schwäche der Theile oder des Ganzen, die von anderen, auch mechanischen Ursachen entsteht, sehr heilsam ist.“

(Quelle: Salzburger Landeschronik)

Durch Kombination verschiedener Erkenntnisse über die „Wasserfall-Elektrizität“ und vorhandene ältere medizinische Literatur zu diesem Thema wurde über mehrere Jahre hinweg die Absicht zu einem wissenschaftlichen Beweis der Erkenntnisse des Dr. Oberlechner immer konkreter.

Letztlich wurde in der Paracelsus Medizinischen Privatuniversität Salzburg (PMU) ein kompetenter Partner gefunden, der am sehr aussichtsreichen Thema „Asthma und Allergien“ die Heilwirkungen des Wasserfalls in Krimml im Zeitraum 2006 bis 2008 untersucht hat. Dazu wurde im Juli und August 2007 in Krimml das „Splash Camp Krimml“ eingerichtet, bei dem eine klinische Studie mit 54 asthmatischen Kindern durchgeführt wurde.

Die Finanzierung von mehr als 300.000 Euro erfolgt durch die Großglockner Hochalpenstraßen AG, das K-net Wasser (eine Forschungsförderung des Bundesministeriums für wirtschaftliche Angelegenheiten und Arbeit), Land Salzburg, Gemeinde Krimml und mit Unterstützung diverser weiterer Partner. Gleichzeitig hat die Großglockner Hochalpenstraßen AG in Zusammenarbeit mit der Gemeinde Großkirchheim (Mölltal) und dem Land Kärnten beim Gartl-Wasserfall in Großkirchheim am Fuß des Großglockners ein Projekt gestartet, bei dem die PMU sich mit den Auswirkungen eines dreitägigen Kurzurlaubes mit Aufenthalt beim Wasserfall auf Stressabbau und das Immunsystem befasst. Im August 2008 wird in Krimml in einer weiteren, von der FFG-K-net Wasser und der GROHAG unterstützten klinischen Studie die physiologische Wirkungsweise der Wasserfälle mit Justizwachebeamten untersucht.



Die bisherigen Ergebnisse:

Klinische Studie „Splash Camp Krimml“

Im Juli und August 2007 wurde in Krimml ein Asthmacamp eingerichtet und die randomisierte, kontrollierte klinische Studie mit 54 asthmatischen Kindern durchgeführt. Es wurde untersucht, ob der tägliche einstündige Aufenthalt an den Krimmler Wasserfällen Asthma und Allergie bei Kindern und Jugendlichen im Vergleich zu einer Kontrollgruppe über einen Zeitraum von drei Wochen verbessert.

<http://www.splash-ionosol.com/splashcamp2007/>

Ergebnisse Studie „Splash Camp Krimml“

Die Auswertung der Ergebnisse zeigt, dass durch die Exposition am Wasserfall nachhaltig funktionelle, symptomatische und immunologische Verbesserung erzielt werden konnte.

Die „Wasserfallkinder“ zeigen nach drei Wochen im Vergleich zur „Nicht-Wasserfall-Kontrollgruppe“ signifikant weniger Allergie- und entzündungsauslösende biochemische und immunologische Botenstoffe und signifikant erhöhte Anzahl antiallergischer und antiasthmatischer Immunzellen.

Der Asthma-Symptom-Wert verbessert sich zwar bei beiden Gruppen innerhalb der drei Wochen Campaufenthalt - aber nur bei den „Wasserfallkinder“ hielt der positive Effekt vier Monate lang an. Auch eine Verbesserung der Lungenfunktion war nur bei dieser Gruppe zwei Monate nach dem Camp noch um 30 Prozent besser als im Vergleich zu „vor dem Camp“.

Verantwortlich dafür ist offenbar vor allem die Wirkung feinsten elektrisch geladener Wasserteilchen, die durch den mikrofeinen Sprühnebel an den Krimmler Wasserfällen über die Atemwege in die Lunge gelangen und so nachhaltige, funktionelle, symptomatische und immunologische Verbesserungen bewirken. Klimatherapie an den Krimmler Wasserfällen bietet somit eine neue, sanfte und natürliche Therapieoption bei Allergien und Asthma junger PatientInnen.





Ausblick

Mit größtem Interesse werden derzeit die laufenden Forschungen der PMU über die Auswirkungen eines Kurzaufenthaltes am Wasserfall auf Stressabbau und Immun-system sowie die physiologische Wirkungsweise des Wasserfalls erwartet, und es liegen bereits erste, hoch interessante Ergebnisse vor.

Hinsichtlich der praktischen lokalen Auswirkungen der Forschungsergebnisse der PMU auf Asthma und Allergien gilt folgendes:

Kurzfristig werden im Jahr 2008 lediglich einige provisorische Sofortmaßnahmen wie Aufstellung von Sitzgelegenheiten im Wasserfallbereich und Informationsmaßnahmen gesetzt werden, und in der WasserWunderWelt Krimml wird noch im Lauf des August eine Sonderschau zum Thema „Wasserfall-Gesundheit“ eingerichtet werden.

An weiterführenden Maßnahmen, die den Anforderungen eines umfassenden gesundheitstouristischen Angebotes entsprechen, wird im Zusammenwirken von Land Salzburg, Großglockner Hochalpenstraßen AG, der PMU, dem Österreichischen Alpenverein, der Orts-Gemeinde Krimml, der Ferienregion Nationalpark Hohe Tauern Mittersill und außenstehenden Experten auch im Zusammenwirken mit der Wirtschaftskammer Salzburg gearbeitet.

Möglichst rasch, beginnend mit der Sommersaison 2009, soll eine Adaptierung des Angebotes in Richtung einer „Gesundheitsregion“, verbunden mit diesbezüglicher begleitender ausführlicher Öffentlichkeitsinformation, vorliegen.

