

Weniger Tote nach Schlaganfall

Positiver Trend setzt sich fort
Die meisten waren älter als 70

In Nürnberg ist die Zahl der Todesfälle aufgrund eines Schlaganfalles 2010 wieder gesunken. Starben laut aktuellsten Zahlen des Amtes für Statistik im Jahr 2009 noch 193 Menschen an einem Schlaganfall, so waren es 2010 nur noch 177.

„Damit setzt sich der Trend der vergangenen Jahre in Nürnberg fort“, so Regionalgeschäftsführer Harald Kiefer von der Krankenkasse IKK classic. „Seit dem Jahr 2000 ist die Zahl der Todesfälle sogar um 46,9 Prozent gesunken.“ Zahlen für 2011 wurden vom Statistikamt noch nicht erhoben.

Warum seit Jahren weniger Menschen an einem Schlaganfall sterben, ist unklar. Eine wesentliche Rolle spielen sicherlich die sogenannten „Stroke Units“ an den Krankenhäusern, die seit Mitte der 90er Jahre aufgebaut wurden. In diesen Schlaganfall-Spezialstationen arbeiten interdisziplinäre Behandlungsteams, die über eine entsprechende diagnostische Infrastruktur und Erfahrung verfügen und so eine unverzügliche Akutbehandlung eines Schlaganfalls gewährleisten. In Nürnberg verfügt beispielsweise das Klinikum Nürnberg-Süd über eine solche Einheit.

„Zeit ist Hirn“

In erster Linie betrifft die Erkrankung ältere Menschen. „91 Prozent der Betroffenen waren zum Zeitpunkt des Schlaganfalls bereits älter als 70 Jahre“, so Harald Kiefer. Ausgelöst wird ein Schlaganfall, wenn Blutgefäße verstopft sind oder platzen. Es entsteht ein plötzlicher Sauerstoffmangel, der die Hirnfunktion und damit die Steuerung des Körpers stark beeinträchtigt.

Symptome eines Schlaganfalls sind Sprach- und Sprechstörungen, Sehstörungen mit plötzlicher Erblindung eines Auges, herabhängender Mundwinkel, halbseitige Lähmungserscheinungen und/oder Taubheitsgefühle einer Körperseite. Bei einem Schlaganfall ist es wichtig, so schnell wie möglich Hilfe zu holen. „Anders ausgedrückt: Zeit ist Hirn – je schneller der Patient behandelt wird, desto größer ist die Chance, dass er den Schlaganfall überlebt“, so Harald Kiefer. **nn**

Leyher Straße wird saniert

Komplettsperre in Teilbereich
in der letzten August-Woche

In der letzten Augustwoche saniert der Servicebetrieb Öffentlicher Raum (Sör) die Leyher Straße nahe der Ringbahnbrücke.

Mit den Arbeiten wird am Montag, 27. August, begonnen. Sie dauern voraussichtlich bis Freitag, 31. August. Während der Arbeiten wird die Leyher Straße zwischen der Rauhäcker- und der Neustädter Straße komplett gesperrt. Bei der Sanierung wird die verschlissene Fahrbahndecke abgefräst und neuer Asphalt aufgebracht.

Die Vollsperrung der Leyher Straße gilt von Montag, 7 Uhr, bis einschließlich Freitag, 21 Uhr. Das Abbiegen und Ausfahren von der Rauhäckerstraße in die Leyher Straße ist möglich. Die Neustädter Straße ist nicht beeinträchtigt. Für Fußgängerinnen und Fußgänger steht der nördliche Gehweg zur Verfügung.

Ortskundige Verkehrsteilnehmerinnen und Verkehrsteilnehmer werden gebeten, den Baustellenbereich großräumig zu umfahren sowie in der Zeit nach den Bauarbeiten besonders aufmerksam zu sein, da die Fahrbahn erst in den nachfolgenden Tagen markiert wird.

Bei ungünstiger Witterung können sich die Bauarbeiten verschieben. Sör bittet Verkehrsteilnehmer und Anwohner um Verständnis. **nn**

Stilles Glück beim Gleiten durch die Lüfte

Der 75-jährige pensionierte Berufsschullehrer Helmut Hager wagte Tandemsprung vom Nebelhorn ins Tal



Sitzen und genießen: Helmut Hager (rechts) lässt sich an einem Schirm von Profi Oliver Rössel durch die Allgäuer Luft gleiten. Gut 50 Minuten dauerte der Flug, vorbei an den Alpen mit einem atemberaubenden Blick auf Oberstdorf. Foto: privat

VON ALEXANDER BROCK

Ein erhebendes Gefühl: Ein pensionierter Nürnberger Berufsschullehrer (75) wollte es wissen und ließ sich mit einem Profi im Tandemflug vom Nebelhorn im Allgäu gleiten.

Lange hält es Helmut Hager nicht an einem Ort. Der 75-jährige Berufsschullehrer im Ruhestand wandert viel. Doch kürzlich verließ er den sicheren Boden unter seinen Füßen.

Nachdem ihm in Oberstdorf im Allgäu kürzlich ein Flyer zum Tandemfliegen in die Finger kam, war klar: Er will da mitmachen. Schließlich erfüllte der Nürnberger alle Voraussetzungen: Er ist über 18 Jahre alt, bei „normaler körperlicher Verfassung“, besitzt stabiles, knöchelhohes Schuhwerk und sein Körpergewicht liegt zwischen 25 und 100 Kilogramm.

Sein führender Pilot: Oliver Rössel, Zahntechniker und Weltcupieger im Gleitschirmfliegen. Mit ihm stapfte

Hager vom Landeplatz zur Nebelhornbahn, auf dem Rücken trug er einen 15 Kilo schweren Rucksack. Dann führen die beiden zur Station Höfatsblick auf knapp 2000 Meter über dem Meeresspiegel und bereiteten alles vor. Overall, Helm, Handschuhe – Hager fühlte sich wie ein Pilot. Zwar war es dem 75-Jährigen schon ein wenig mulmig, doch die Freude auf das luftige Abenteuer überwog.

Als die beiden Männer ihr Geschirr anhaten, der Schirm noch wie ein

schlaffer, riesiger Sack auf der Wiese lag und der Wind günstig wehte, gab Rössel das Kommando: So schnell wie möglich laufen. Sie zogen mit unzähligen Leinen den weißen Schirm hinter sich her, er blähte sich, hob ab und löste die vier strampelnden Füße der Männer vom Boden.

„Ich weiß gar nicht, wie ich diesen Moment beschreiben soll. Vielleicht so: Die Stille da oben, das leise Rauschen und Gleiten durch die Lüfte erzeugten bei mir ein unglaubliches Glücksgefühl“, sagt Hager. 50 Minuten flog das Duo an den bizarren Felsen der Alpen vorbei, Oberstdorf sah aus wie das Miniatur-Modell seiner selbst.

Profi Rössel saß direkt hinter Hager, steuerte das Gespann sicher und drückte immer wieder den Auslöser seiner Kamera, die oben am Schirm befestigt war – Fotos zur Erinnerung an den Flug. Die „sanfte Schaukel“ näherte sich allmählich der Erde. Hagers Frau, Elisabeth Werner-Hager, erwartete das Duo am Landeplatz. Noch fünf Meter, noch vier, drei, zwei, einer – bereits in der Luft ruderten sie mit ihren Beinen wie Neugeborene auf dem Wickeltisch, in Erwartung, gleich den Boden zu berühren. Sie liefen über die Wiese, bremsten, der Schirm sackte wieder in sich zusammen, blieb liegen. „Das war gar nicht schwer. Es ist, wie wenn man aus einem Sessel aufstehen würde“, beschreibt der frühere Brauereingenieur die Landung.

Wieder auf der Erde, hat sich Hager nun ein neues Ziel gesteckt: Bei nächster Gelegenheit will er tief hinab – auf den Grund eines Sees als Teilnehmer eines Tauch-Schnupperkurses.

Der lange Weg zum perfekten Steak vom Grill

Bei diesem Rezept in unserer Reihe Sommerküche kommen die Fleischfans auf ihre Kosten — Viele Kardinalfehler

Auch Grillen will gelernt sein. Im vierten Rezept unter dem Motto „Sommerküche“ unseres Redaktionskochs Peter G. Spandl kommen endlich auch Fleisch- und Grillfans auf ihre Kosten.

Es ist ein schmaler Grat entlang eines tiefen Abgrunds, den man beim Grillen beschreitet. Denn Steaks kann im Prinzip jeder auf den Grill legen. Dabei kann man aber leider sehr viel falsch machen.

Zuerst bei der Wahl des Fleisches. Am schlimmsten sind Fleischbrocken, die, in eine undefinierbare Marinade getunkt, in eine Plastikschale eingeschweißt sind, aus der Frischetheke eines Mega-Supermarktes stammen und womöglich noch die Bezeichnung Steak tragen. Dann weiß man weder, wie das Fleisch aussieht, noch, woher es kommt oder wie es riecht, noch womit es überhaupt gewürzt ist und wonach es demzufolge schmecken wird.

Vorsicht vor Verpuffung

Dann gibt es noch die Pyromanen im achselfreien Feinripp unter den selbst ernannten Grillmeistern. Diese ertränken zunächst die gesamte Holzkohle mit einem stinkenden Flüssiganzünder – und wenn sie ein brennendes Streichholz hinterherwerfen, dann gibt es eine riesige Stichflamme mit einer gewaltigen Verpuffung, die sogar den unbeteiligten Nachbarn aus



Nach verschiedenen Arbeitsschritten wird aus dem Schweinenackens ein perfektes Stück Grillfleisch. Foto: Peter G. Spandl

dem Liegestuhl wirft. Ist die Kohle nach kurzer Zeit glutrot, wird in Windeseile das Fleisch auf dem Rost verteilt.

Die heftig zwischen dem Fleisch hervorzügelnden Flammen werden mit heimischem Bier zur Raison gebracht, und bereits dreieinhalb Minuten spä-

ter, in doppelseitig stark angekohltem Zustand, landet das Fleisch auf den Tellern der Gäste. Das arme Tier, was immer es auch war, wurde in diesem Beispiel zum zweiten Mal getötet.

Bei Leuten dieses Kalibers eingeladen zu sein, kann echt zur Tortur werden. Freunde des Kugel- oder Gas-

grills wenden sich von solchen Szenen zu Recht mit Grausen ab.

Dabei muss auch der Umgang mit diesen Grillgeräten erst gelernt sein, denn man kann sehr viel mit konkreten Temperaturangaben, mit direkter und indirekter Hitze arbeiten. Mit einem großen Gasgrill bin ich in dieser Saison selbst noch am Üben und habe deshalb das hier folgende Rezept zusammengestellt und erstmals zubereitet.

Bei der Wahl des Fleisches bot sich in der Metzgerei meines Vertrauens ein gutes Kilostück schön durchwach-

SOMMER-KÜCHE

senen Schweinenackens an, denn der weit verbreiteten Unsitte, nur noch vom Filet zu leben, egal, ob Rind, Schwein oder Hähnchenbrust, darf ruhig ein Riegel vorgeschoben werden. Es wird also Schweinesteaks geben.

Für alle, die sich über wunderbar saftiges Grillgut freuen: Das Fleisch wird mit einer würzigen Mischung aus verschiedenen Gartenkräutern, Brötchen und Ei gefüllt und für den indirekten Grillvorgang mit Speck umwickelt. Serviert werden die Fleischstücke auf frischen Buschböhnchen, die mit Salbeibutter zubereitet werden. Ihre Gäste werden Augen machen!

Zutaten für 4 Personen:

- 1 kg Schweinenackens (am Stück),
- 200 g durchwachsener Bauchspeck (benötigt werden auf ein Kilo Fleisch etwa 20-25 Scheiben),
- 1½ Brötchen vom Vortag,
- 150 ml Milch,
- ½ Bund Salbei,
- ½ Bund Petersilie,
- frischer Majoran,
- andere Kräuter aus Ihrem Garten,
- 1 Knoblauchzehe,
- 1 kleine Schalotte,
- 1 Ei,
- Salz, Pfeffer aus der Mühle, Muskatnuss, etwas Zimt, ½ TL gemahlener Koriander, eventuell Semmelbrösel

Kräuterfüllung gibt dem Schweinenackens den Pfiff

Nötige Extras: Küchengarn, Fleischthermometer und eine Aluschale. Dann noch: 600 g frische Buschbohnen, Salbeiblätter, Meersalz, 60 g Butter.

Zubereitung: Zunächst die alten Brötchen in kleine Würfel schneiden und mit heißer Milch übergießen. Zwiebel und Knoblauch sehr fein hacken und kurz in etwas Öl glasig schwitzen. Mit den fein gehackten Kräutern ebenfalls zu den Brötchen geben. Mit den genannten Gewürzen abschmecken. Das Ei in die Mischung geben und, falls nötig, mit Semmelbröseln in eine streich-

fähige Konsistenz bringen. Den Grill vorheizen, benötigt werden etwa 250 Grad. Das Fleisch so aufschneiden, dass man es, nachdem man die Füllung auf die entstandene Fläche gestrichen hat, wieder in seine ursprüngliche Form bringen kann. Die Speckstreifen der Länge nach so auslegen, dass der Speck um das Fleisch herumreicht. Restliche Scheiben vorher diagonal über das Fleisch legen, um die Füllung besser zu fixieren. Alles mit Küchengarn zu einer einheitlichen Form gut zusammenbinden. Indirekte starke Hitze bedeutet im Kugel- oder geschlos-

sen Gasgrill, dass das Fleisch auf der oberen Stufe des Grills, abseits der Flammen, seinen Platz findet. Um das tropfende Fett des Specks aufzufangen, eine Aluschale darunter platzieren. Für etwa 70 bis 90 Minuten bei geschlossenem Deckel und 230 bis 250 Grad grillen, regelmäßig alle 15 Minuten wenden, so dass der Speck ringsum knusprig und braun wird.

Die Kerntemperatur des Fleisches sollte nach der angegebenen Zeit (variiert je nach Fleischmenge) bei 75 Grad (Fleischthermometer) liegen. Fleisch vom Grill nehmen und für

10 Minuten ruhen lassen. In dieser Zeit erhöht sich die Kerntemperatur um weitere 2 bis 3 Grad.

Unterdessen die Bohnen putzen, waschen und für 3-4 Minuten in reichlich Salzwasser kochen. Abgießen, unter fließendem kaltem Wasser abschrecken und für einige Minuten in eine Schüssel mit Eiswasser geben. Dadurch wird der Garungsprozess der Bohnen unterbrochen und sie behalten ihre Farbe, auch wenn sie danach erneut in einem Topf mit reichlich Butter in circa 5-10 Minuten fertig, aber noch bissfest gegart werden. In den letzten Minuten einige grob gehackte Salbeiblätter dazugeben und mit Meersalz abschmecken.