

ärztliches Journal

reise & medizin

REISE

Jimmy Nelsons Bilder für
die Ewigkeit

Schwelgen in Burgund

1001 Geschichten aus
Marrakesch

Great Walks in Australien

Neues aus Wien

MEDIZIN

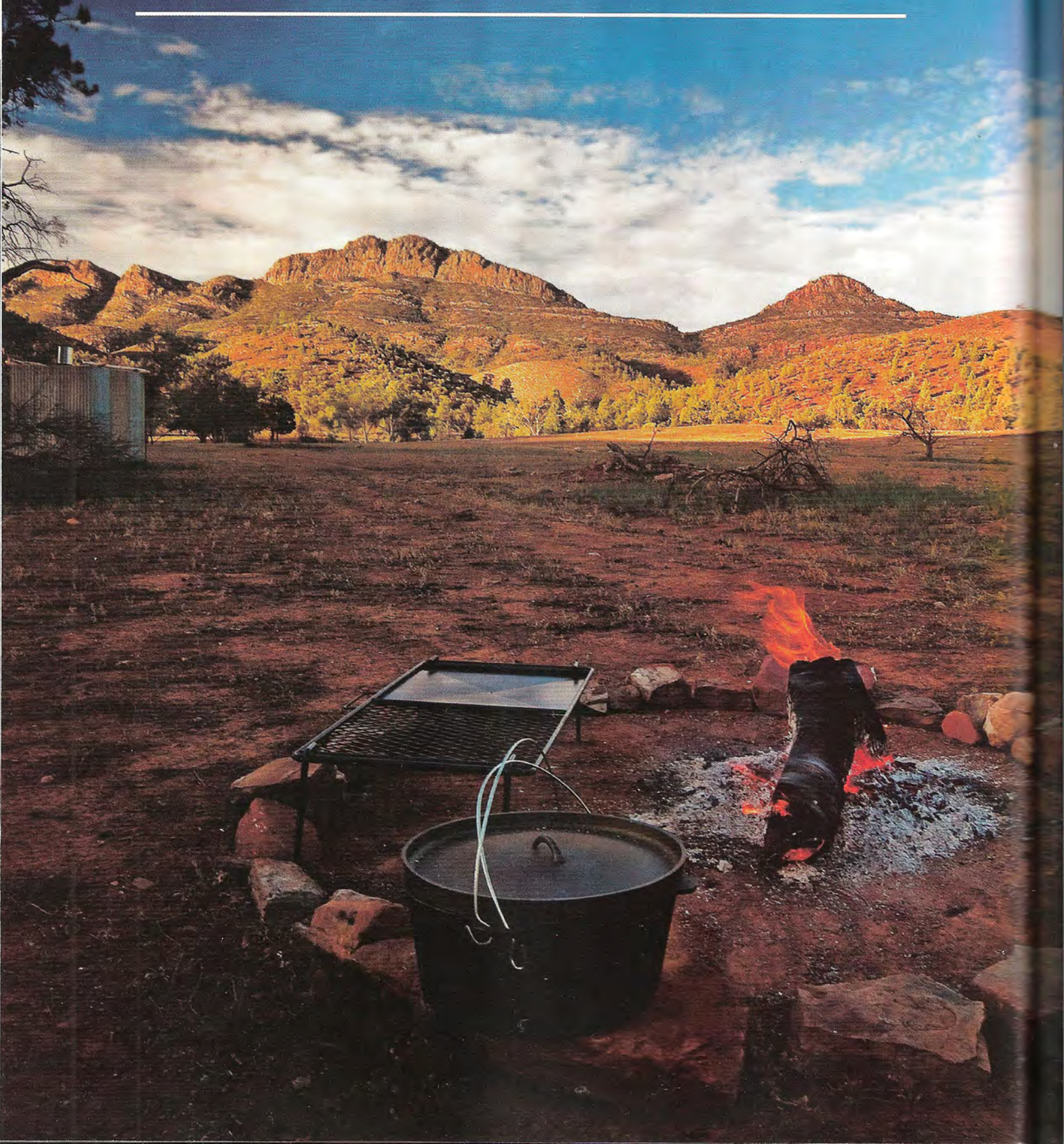
Pseudohormon Bisphenol A

Dermatologie:

- Hautallergien und
Neurodermitis
- Dermatoonkologie

ferro sanol®
duodenal
www.ferro-sanol.de

Traumzeit pur



In der Arkaba Station ist zwar alles aufs Campen abgestimmt, doch die Betten sind extraklasse.

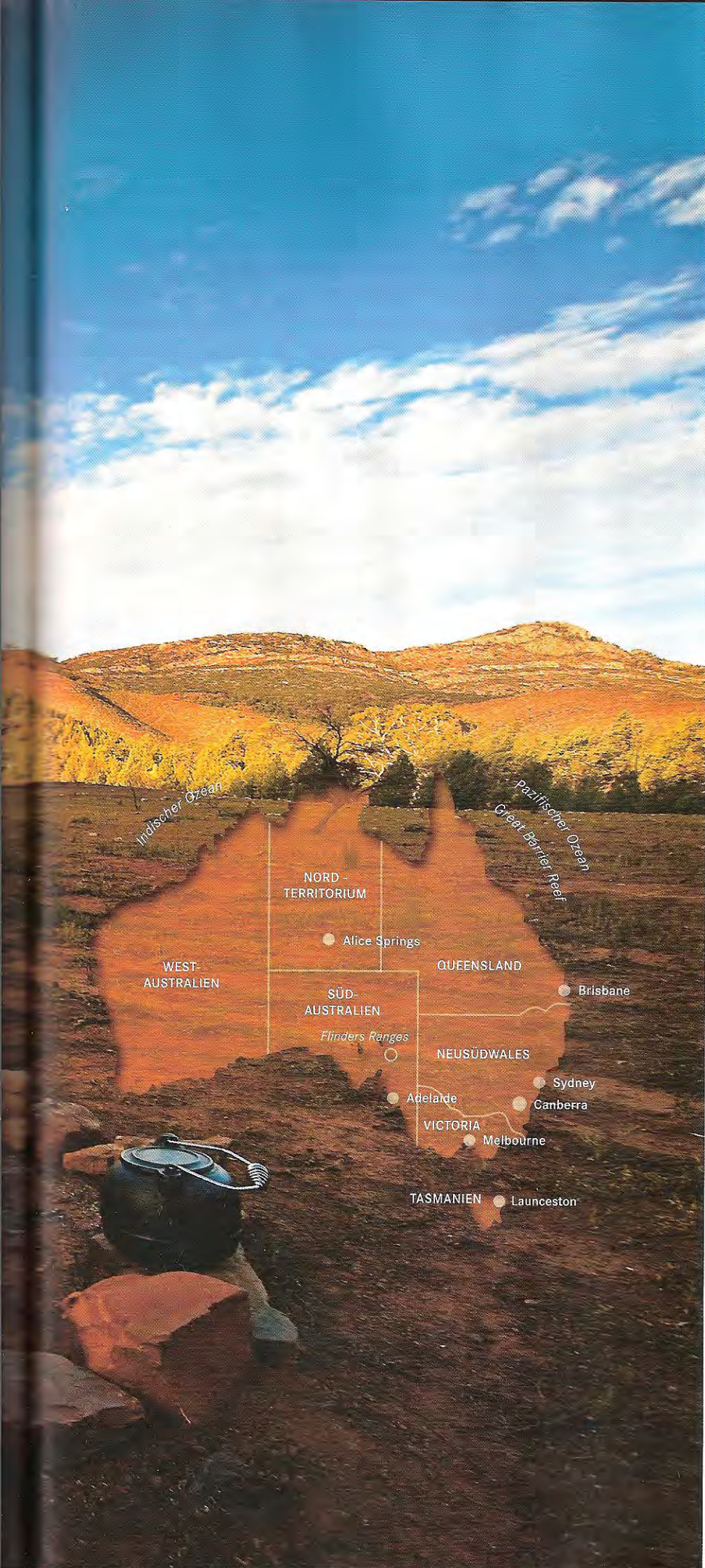
Die »Great Walks of Australia« bieten Naturerlebnisse im High-End-Bereich ohne dabei eins zu verlieren: die Bodenhaftung.

Joachim Chwasczca (Text)

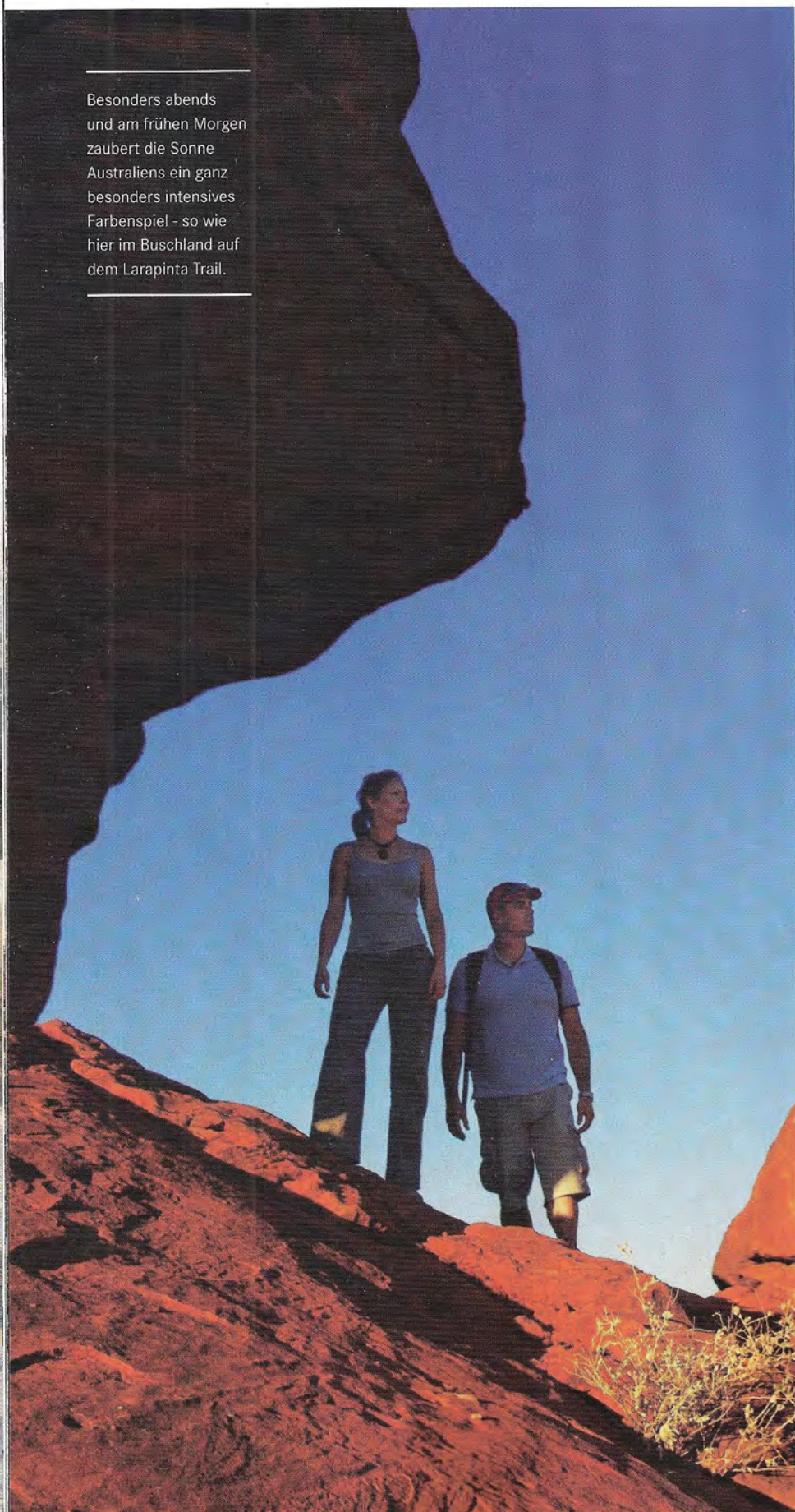
■ Australien ist eine Welt für sich. Abgetrennt vom hektischen Geschehen der westlichen Welt und weit weg im Ozean, mit keiner Landgrenze an einen missliebigen Nachbarn gebunden und geboren aus einer über 40.000 Jahre alten Mythologie.

Möglichkeiten, sich dem Kontinent zu nähern, gibt es viele. Eine davon sind die »Great Walks of Australia«, ausgesuchte und geführte Touren, die den Wanderer ein wenig in das Wesen dieses so anderen, wunderschönen und vielseitigen Kontinents hineingeleiten. Drei Wochen Auszeit gönne ich mir, um zumindest einige der berühmten Trails kennen zu lernen.

Deshalb beginnt meine Schnuppertour auch auf dem Larapinta Trail bei Alice Springs, mitten im Glutofen des Red Quarter und einer der Herzkammern des ursprünglichen und rätselhaften Kontinents. Der Larapinta Trail ist mit drei oder sieben Tagen der härteste oder längste der »Great Walks«, aber technisch



Besonders abends und am frühen Morgen zaubert die Sonne Australiens ein ganz besonders intensives Farbenspiel - so wie hier im Buschland auf dem Larapinta Trail.



nicht schwer. Man gewöhnt sich an die Hitze, und spätestens am zweiten Tag sind Augen und Seele offen für die tief eingeschnittenen Schluchten, die nahezu paradiesisch anmutenden Wasserstellen, die Färbung der Landschaft und die unendliche Weite. Ein Wald aus Eukalyptusbäumen mutet dann an wie ein gespenstischer Geisterwald.

Im Kopf formen sich Bilder von archaischen Fabelwesen der Urbevölkerung

Mit ausgestreckter Hand zeigt Trekking-Guide Jordi – ein stiller und lässiger Hautdegen – hinunter ins Tal. Wie ein breiter roter Strom, mehr an einen Fluss als an eine Landschaft erinnernd, verliert sich das Outback im blauen Nirgendwo. Zwei dominierende Farben – das Rot der Erde und das Blau des Himmels. Dazwischen versprenkelt gelbe Büsche, weiße Gummibäume, manchmal ein verlorenes Grün.

Alles hier auf dem Trail, der mitten durch die West MacDonnell Ranges und durch den West MacDonnell National Park führt, ist »great«. »Das ist Traumland, hier wurde die Welt erschaffen. Die Schlange, das Känguru. Hier treffen sich immer noch die Aborigines, und kein Mensch von uns weiß, wo die »songlines« (unsichtbare, sagenumwobene Traumpfade der Ureinwohner, an denen sich die ganze Mythologie Australiens festmacht) hier laufen. Aber glaub mir, alles hier ist heiliges Land.« »Die Traumzeit begann, als die Erde noch ein öder, leerer Klumpen war. Die Ahnen schliefen noch unter der Oberfläche und durchbrachen dann aus dem

Schlaf erwachend die Erdkruste. Eines Tages erwachte die Regenbogenschlange und wühlte sich durch das Land ...», so beginnt im Verständnis der Ureinwohner Australiens, die Welt zu entstehen und das Leben sich zu entwickeln. Die ersten Menschen, die Stämme und eben das geheiligte Land, durch das sich die geheimnisvollen »songlines« ziehen. Ein für uns unsichtbares Gitternetz auf der Landkarte Australiens, zu dem unsereins schlicht keinen Zugang hat.

Über uns kreist ein Wedge-tailed Eagle, ein Keilschwanzadler, und wie eine schier unendliche überdimensionale Maulwurfspur verliert sich die MacDonnell, jene über 600 Kilometer lange Gebirgskette im Northern Territory, auf der wir stehen, am Horizont. Einst so hoch wie der Himalaya,

ist es heute vielleicht nur noch eine Hügelkette. Vielleicht aber auch ein Urzeugnis aus einer anderen Welt.

Beim Wandern aber ist vieles real, und am ersten Tag schwitzt man eben. Nach gut sechs Stunden kommen wir endlich in einem noblen Camp an. Wir setzen uns in die stylische Outdoor-Lounge unter das weiße, Schatten spendende Sonnensegel, Jordi öffnet die Eisbox und holt zwei richtig kalte Bier raus. Morgen, meint er, sind wir in Standley Chasm, einem tief eingeschnittenen Tal, und in der Ormiston Gorge, einer Schlucht mit 300 Meter hohen Wänden aus zwei übereinander liegenden Quarzschichten. Es wird wieder ein »Traumtag«. Auch wenn wir beide trotz all unserer Bemühungen die »songlines« nicht verstehen.

Die Aborigines sind kein einheitliches Volk

Die Urbevölkerung des australischen Kontinents setzte sich aus den Aborigines des Festlands und den Torres-Strai-Insulanern zusammen. Vor der Ankunft der Europäer betrug ihre Zahl Schätzungen zufolge zwischen 300.000 und 1 Million Menschen. Sie besiedelten vor etwa 40.000 bis 60.000 Jahren den Kontinent vom Norden ausgehend. Die Aborigines sind kein einheitliches Volk, sondern bestehen aus Stämmen oder Clans mit oft höchst unterschiedlichen Gebräuchen und Sprachen: Je nach Definition und Quelle gab es vor der Ankunft der Briten etwa 400 bis 700 verschiedene Stämme.

Anzeige

Mehr Luft im Budget!

Für Arzt¹ und Patient²



Alle Rolenium-Patienten der

BARMER
GEK
die gesund
experten

GWQ⁺
SERVICEPLUS AG

² ZUZAHLUNGS-
BEFREIT!

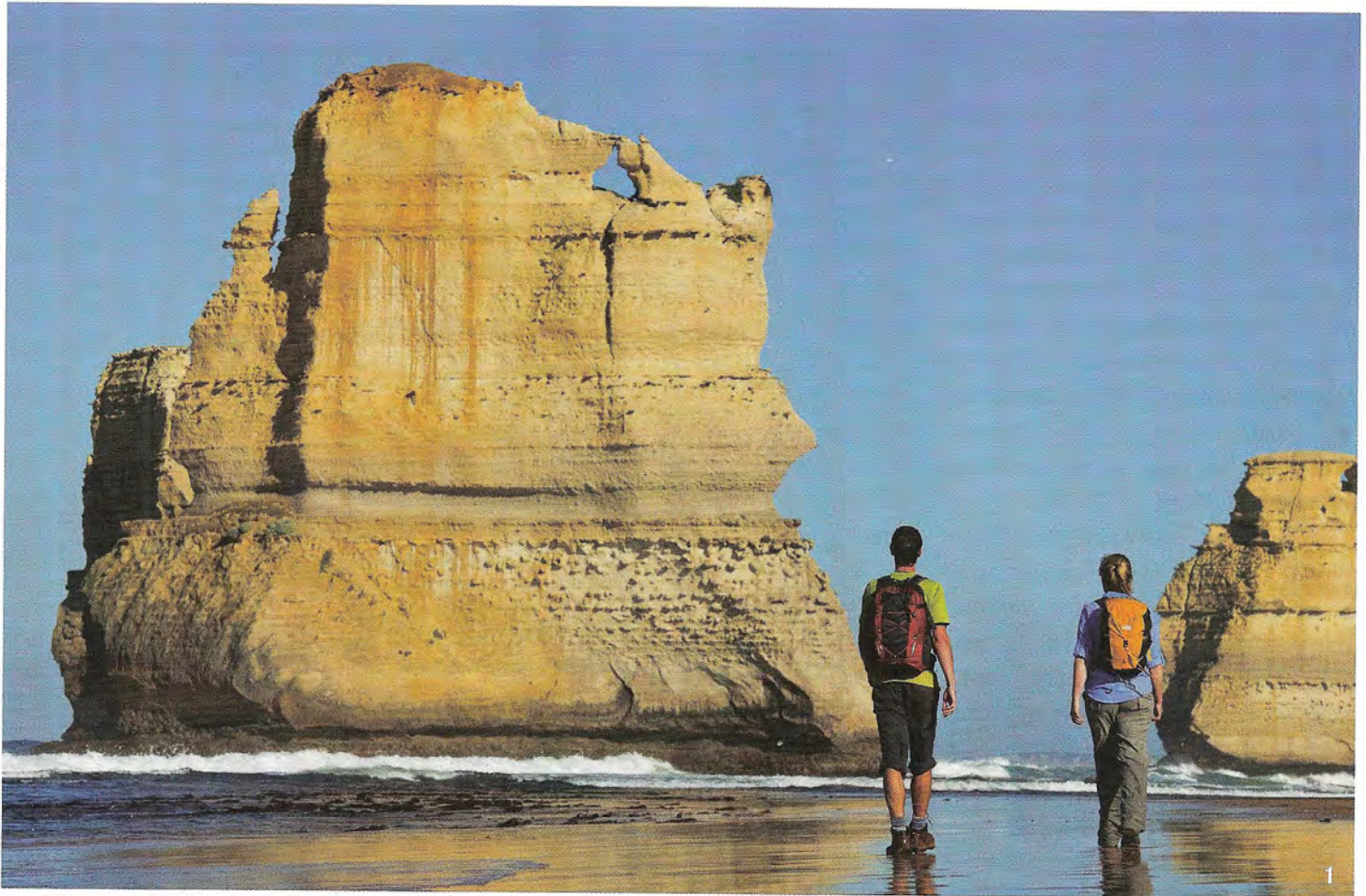
Die meistverordnete Wirkstoffkombination⁴
bei Asthma⁵ und COPD⁶

Rolenium[®]
Salmeterol/Fluticasonpropionat

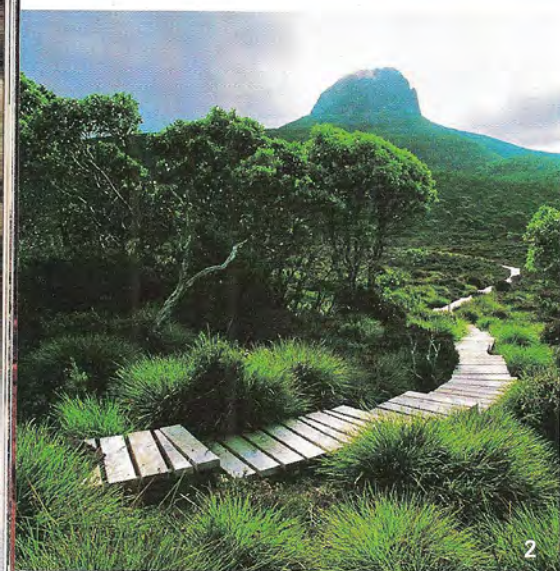
¹ 25 % unter dem Festbetrag für Salmeterol/Fluticasonpropionat 3) Betriebskrankenkasse Herford Minden Ravensberg, BKK Basell, BKK Diakonie, BKK Dürkopp-Adler, BKK ESSANELLE, BKK Faber-Castell & Partner, BKK KBA, BKK Merck, Die Schwenninger Betriebskrankenkasse, Helmat Krankenkasse, IKK Südwest, Salus BKK, Wieland BKK
⁴ IMS-Abverkaufszahlen (Packungen), R03F1 Markt, MAT 07/2013 5), 6) Genaue Indikationsstellung siehe Basistext

Rolenium[®] 50 Mikrogramm/250 Mikrogramm/Dosis, Rolonium[®] 50 Mikrogramm/500 Mikrogramm/Dosis, einzeldosiertes Pulver zur Inhalation. **Zusammensetzung:** 1 Einzeldosis enthält 50 Mikrogramm Salmeterol (als Salmeterolxinafoat) u. 250 Mikrogramm bzw. 500 Mikrogramm Fluticasonpropionat. **Sonst. Bestandteile:** Lactose-Monohydrat. **Anwendungsgebiete:** Standardbehandlung von Asthma, bei der die Anwendung eines Kombinationspräparats (lang wirkender Beta-2-Agonist und inhalative Corticosteroide) angebracht ist; Patienten, die mit inhalativen Corticosteroiden nicht ausreichend kontrolliert werden und die bei Bedarf kurz wirkende inhalative Beta-2-Agonisten anwenden oder Patienten, die bereits sowohl mit inhalativen Corticosteroiden als auch mit lang wirkenden Beta-2-Agonisten ausreichend kontrolliert werden. **Symptomatische Behandlung von Patienten mit chronisch obstruktiver Lungenerkrankung (COPD), die eine FEV1 < 60 % des vorhergesagten Normwerts (vor Anwendung eines Bronchodilatators) und wiederholt Exazerbationen aufweisen und trotz kontinuierlicher Therapie mit Bronchodilatoren an signifikanten Symptomen leiden.** **Gegenanzeigen:** Überempfindlichkeit gegen Salmeterolxinafoat, Fluticasonpropionat, Lactose-Monohydrat, Kinder u. Jugendliche. **Nebenwirkungen:** Allergische Reaktionen einschl. plötzlicher Verschlechterung der Atmung, Kurzatmigkeit u. Husten, Juckreiz u. Schwellungen im Gesicht, Lippen, Zunge oder Hals. Kopfschmerzen, erhöhte Anzahl von Erkältungen, Pilzerkrankung des Mund- u. Rachenraums, entzündete Zunge u. Hals, Heiserkeit, zitteriges Gefühl, schneller oder unregelmäßiger Herzschlag, Herzrhythmusstörungen, Muskelkrämpfe, Lungenentzündung u. Bronchitis, Prellungen u. Frakturen, Nasennebenhöhlenentzündung, verminderter Kaliumspiegel im Blut, Hautausschlag, Atemprobleme o. Kurzatmigkeit. Beeinträchtigung der normalen Produktion von Steroidhormonen einschl. eines verlangsamteten Wachstumsprozesses bei Kindern u. Jugendlichen, Knochenschwund, Beeinträchtigung der Augen durch Katarakt u. Glaukom, Gewichtszunahme,ushing-Syndrom, Hyperglykämie, schmerzende, geschwollene Gelenke u. Muskelschmerzen. Schlafstörungen, Depressionen, Sorgegefühle, Unruhe, Nervosität, Übererregung, Reizbarkeit. **Hinweis:** Kann bei Dopingkontrollen zu positiven Ergebnissen führen. **Verschreibungspflichtig.** ELPEN Pharmaceutical Co. Inc., 95, Marathonos Ave., 19009 Pikermi, Attica, Griechenland. Örtlicher Vertreter: ELPEN Pharma GmbH, Bismarckstr. 63, 12169 Berlin. **Packungsgrößen:** 60 Einzeldosen (1 Inhalator), 180 Einzeldosen (3 Inhalatoren mit je 60 Einzeldosen). Stand: August 2012.





1



2

Beim Paradies ist die Skala nach oben offen

Mein Weg führt mich gen Süden, rund 1400 Kilometer weiter in das zweite große Gebirge des Kontinents, in die Flinders Ranges in South Australia. Auf dem dort verlaufenden Arkaba Trail gibt es ein Déjà-vu-Erlebnis. Der Wilpena Pound, rund 430 Kilometer nördlich von Adelaide, gehört definitiv zu den spektakulärsten Landschaften Südaustraliens. Kreisrund geformt, ein riesiger Bergkessel, heute bewachsen mit Gumtrees und Buschland. Er entstand vor vielen Millionen Jahren, als sich die Erde rundherum abgesenkt hatte. In der Geschichte der Aborigines klingt es eher so: Zwei große Traumschlangen,

Akuras, hatten in der Urzeit eine Zeremonie der hier lebenden Adnyamathanha, der Felsenmenschen, umschlungen und so den Wilpena Pound geformt.

Große, rote Kängurus und kleine Felskängurus (Rock Wallabies) stehen fasziniert im Busch und starren die Wanderer an, ohne Angst und Stress, der Zeit entrückt. Mitten im Wilpena Pound denke ich nach über Traumschlangen und wie das alles damals so war, als die Welt in der Entstehung und somit noch in Ordnung war.

Zwei junge und dynamische Outdoor-Lady's führen und motivieren unsere kleine Gruppe im Wechseltakt durch den Wilpena Pound. Sie zeigen, erklären und erzählen, es ist ein steter Fluss an Informationen und trotzdem, das Gefühl für die Natur geht deswegen nicht verloren. Im Gegenteil, der Blick wird geschärft, und die Zeit bis zur Ankunft im heutigen Camp vergeht wie im Flug. Sechs Stunden

1 Menschenleere Strände sind auf dem »Great Ocean Walk« zu den legendären »12 Aposteln« an der Tagesordnung.

2 Der 1545 m hohe Cradle Mountain und der gleichnamige »Great Walk« liegen im Cradle Mountain-Lake St Clair National Park auf Tasmanien.

Wanderung sind in Australiens Urlandschaft keine Zeiteinheit.

Angekommen im Bushcamp der Arkaba Station, das sich im Untertitel »Wild Bush Luxury« nennt, brennt schon das Lagerfeuer. Das spätnachmittägliche Feuerwerk beginnt, die Sonne senkt sich, die ersten Schatten zeichnen Konturen, und die Berge beginnen zu glühen. Der Abendwind kühlt ab auf erfrischende 28 Grad, und etwas von den 500 Millionen Jahren Erdgeschichte muss unendlich beruhigend wirken.

Auch beim Paradies ist die Skala nach oben offen. Das Beste zum Schluss, denn Australien ist nicht nur Outback, Busch-

land und heiße Berge. Das Zauberwort in Down Under für Natur und Outdoor lautet Tasmanien. Also fliege ich von Melbourne nach Tasmanien ins beschauliche Launceston mit ca. 100.000 Einwohnern. Tasmanien durchbricht die paradiesische Schallgrenze mühelos. Dem australischen Kontinent als Insel vorgelagert, ist es so groß wie Irland, besteht zu rund 37 Prozent aus Nationalparks und hat ein besonderes Verhältnis zur Zeit. Wo so viel Natur und Einsamkeit ist, geht alles einen Takt langsamer. Vier der sieben »Great Walks« liegen deshalb auf Tasmanien. Schon auf der Fahrt von Launceston gen Süden trumpft Tasmanien mit drei seiner wich-

tigsten Eigenschaften auf: absolut einsam, absolut grün und ein absolut angenehmes Klima. Vorbei an weit verstreuten Farmen, dunkelgrünen Wäldern und dem verschlafenen Nest Scottsdale geht es kurvenreich und später nur noch auf Schotter im Landrover durch das Paradies. Das Ziel sind die Bay of Fires an der Nordostküste Tasmaniens. Natürlich ist alles Conservation Area, unbewohnt, und wer sich nicht auskennt, kann sich auf den unzähligen staubigen Kreuzungen schon mal verfahren.

So geht es am Schluss durch urtümliche Parklandschaften, bis wieder einmal der Knaller kommt. Ozean, leuchtend weißer Strand, ein verlassener Leuchtturm und



Auf Tasmanien anfangs noch ein bizarres Erlebnis: Kängurus am Strand des »Bay of Fires Lodge Walk«



Die »Bay of Fires Lodge« bietet Eco-Komfort und Ruhe auf Top-Niveau.

Info

ANREISE

Australien wird von Europa aus über 2 Routen mit Zwischenstopp angefliegen: über die Emirate oder über Südostasien. Flugzeiten bei beiden Routen: über 20 Std. Die australische Qantas fliegt von Frankfurt/M. über London und Dubai zu verschiedenen Zielen in Australien. Sie bietet auch Kombipakete mit 2 Inlandsflügen ab ca. 1200 EUR. Aktuelle Flugangebote unter www.qantas.com/au

KLIMA

Aufgrund der großen Nord-Süd-Ausdehnung des Landes finden sich in Australien sehr unterschiedliche Klimazonen. Der Norden ist tropisch, es schließt sich ein subtropisches Gebiet an, im Süden ist das Klima gemäßigt. Im Vergleich zur nördlichen Halbkugel erscheinen die Jahreszeiten in umgekehrter Reihenfolge. Unterschiedliche Jahreszeiten, wie man sie in Mitteleuropa kennt, kommen nur im Süden Australiens vor.

AUSRÜSTUNG

Neben festen Wanderschuhen werden vor allem Sonnenschutz und atmungsaktive Kleidung benötigt. Bei hohen Temperaturen empfiehlt sich leichte Baumwollkleidung. Bei den geführten »Great Walks« werden, wenn nötig, Schlaf- und Tagesrucksack sowie Lunchboxes gestellt.

GREAT WALKS OF AUSTRALIA

Alle 7 Walks sind ein absolutes High-End-Produkt und aus ökologischer sowie nachhaltiger Sicht vorbildlich. Die Wertigkeit dieser First-Class-Eco-Lodges liegt nicht im übertriebenen Service, sondern im noblen Understatement.

VERANSTALTER

Die 7 Veranstalter der »Great Walks« sind: The Arkaba Walk; Bay of Fires Lodge Walk; Cradle Mountain Huts Walk; Freycinet Experience Walk; The Great Ocean Walk by bothfeet; Larapinta Trail by World Expeditions; The Maria Island Walk
Infos: <http://greatwalksofaustralia.com.au>

ein paar abgeschlossene Holzhäuser. Wir wandern den Strand entlang, vom Lighthouse zur »Bay of Fires Lodge«, die an schlichtem Ökokomfort kaum zu übertreffen ist. Schaumkronen, rote Felsen, grünes Buschland – ich starre auf das tiefblaue Meer und die darüber hinweg ziehenden Wolken. Wir schlendern mehr, als dass wir wandern, und mit Steve unterhalte ich mich über die stehende Surferwelle im Eisbach von München (jeder gute Surfer kennt sie). Inzwischen habe ich es aufgegeben, dass mein Raster an Naturerlebnissen, das wahrlich nicht sparsam ist, überhaupt noch greift. Trotzdem, die roten Felsen, das blaue Meer, der weiße Strand und immer wieder ein paar Wombat- und Wallaby-Spuren. Ich wusste nicht, dass Kängurus ans Meer kommen?! In Australien begibt man sich eben nicht auf irgendeine Reise, sondern erfüllt sich einen Traum – einen Lebenstraum! ■

In Deutschland können die »Great Walks« beim Summit Reisebüro gebucht werden. (Tel. 089 / 23239734, www.summit-reisebuero.de).

Eine exklusive und komplexe Rund- und Wanderreise inkl. Flug mit ausgesuchten »Great Walks« und dem Bergführer Gerhard Wiesenbauer vom 13.11.-8.12.2014 gibt es ab 15.500 EUR beim DAV Summit Club, Am Perlacher Forst 186, 81545 München, www.dav-summit-club.de

LITERATUR/KARTEN

Traumpfade. Von Bruce Chatwin, Fischer Taschenbuch, 400 S., 9,90 EUR

Australien. Reiseführer von Justine Vaisutis, Lonely Planet Verlag, Dt. Ausg., 1200 S., 28,99 EUR
Die beste Karte: **Australien**, Reise Know-How Verlag Rump, 8,90 EUR

AUSKÜNFTE

Tourism Australia. www.australia.com/de
www.australien-panorama.de