

SERVICE WISSENSCHAFT

Todesfälle durch falsche Ernährung

Eine neue Studie zeigt Fortschritte – und gibt Anlass zur Sorge.

Fehlerhafte Ernährung hat bei weltweit jedem fünften Todesfall im vergangenen Jahr eine entscheidende Rolle gespielt. Das geht aus einer großen Studie hervor. Das Risiko steigt demnach, wenn etwa zu wenig Vollkornprodukte, Nüsse und Obst zum Speiseplan gehören oder der Salzkonsum zu hoch ist. Dies könne unter anderem Übergewicht, Bluthochdruck und zu hohe Cholesterinwerte verursachen.

Trotz vieler Fortschritte im Gesundheitsbereich sei Übergewicht ein ernsthaftes Problem in vielen Ländern, betonte Christopher Murray vom Institut für Gesundheitsevaluation der Universität von Washington in Seattle (USA). Das gelte auch für psychische Leiden wie Depressionen und Suchterkrankungen: Davon waren der Studie zufolge insgesamt 1,1 Milliarden Menschen weltweit im Jahr 2016

betroffen. Nicht ansteckende Krankheiten machten 2016 knapp drei Viertel aller Todesursachen aus. In zahlreichen Ländern nahmen die Statistiken zufolge Herzkrankheiten zu. An den Folgen von Diabetes starben im vergangenen Jahr 1,43 Millionen Menschen – das entspricht einer Zunahme von 31,1 Prozent seit 2006. Falsche Ernährung und Bewegungsmangel tragen zum Typ 2-Diabetes bei. Fünfmal so viele Tote (7,1 Millionen) gab es 2016 infolge des Rauchens. Erfolge melden Gesundheitsexperten im Kampf gegen einige Infektionskrankheiten, insbesondere Aids und Malaria. Dagegen nahmen Todesfälle durch das von Stechmücken übertragene Denguefieber in zehn Jahren um 82 Prozent zu. 37.800 Menschen starben 2016 an der Krankheit, die in den Tropen und Subtropen vorkommt. *dpa*

Neulinge auf der roten Liste

Eschen, Heuschrecken, Tausendfüßler - so klangvolle Arten bevölkern den Planeten. Aber wie lange noch? Die Weltnaturschutzunion schlägt Alarm.

Die Rumpelstilzchen-Zwergheuschrecke, der zirpende Riesenkugler und die ganz gemeine amerikanische Esche sind vom Aussterben bedroht. Die Weltnaturschutzunion (IUCN) führt sie in ihrer neuen Roten Liste in der Kategorie der bedrohtesten Arten. Für die winzige Weihnachtsinsel-Zwergfledermaus (Pipistrellus murrayi) gebe es keine Hoffnung mehr. Sie gilt nun als ausgestorben.

„Wir Menschen scheuchen die Arten mit unserem Verhalten so schnell an den Rand des Abgrunds, dass es für Umweltschützer fast unmöglich ist, den Niedergang in Echtzeit zu dokumentieren“, sagte IUCN-Generaldirektorin Ingrid Andersen.

Auf Madagaskar seien sieben der nur dort vorkommenden 71 Heuschreckenarten vom Aussterben bedroht. Darunter sei die Rumpelstilzchen-Zwergheuschrecke (Agkistropleuron simplex), von der zuletzt 1995 ein Exemplar gesichtet wurde. Auf der Insel



Pennsylvanische Eschen (Fraxinus pennsylvanica) – der Asiatische Eschenprachtkäfer bedroht nun den Bestand mehrerer Eschenarten.
FOTO MORTON ARBORETUM/IUCN/DPA

vor Afrika sind auch 27 der 145 Tausendfüßler kurz vor dem Aussterben, darunter der zirpende Riesenkugler (Sphaeromimus splendidus), der auf den ersten Blick wie eine Schnecke aussieht. In der Roten Liste gibt es mehrere Kategorien zum Status von Arten. „Vom Aussterben bedroht“ ist die höchste.

Die Kategorien darunter heißen „stark gefährdet“ und „verletzlich“. Milliarden von Eschen gibt es in den 48 US-Bundesstaaten ohne Hawaii und Alaska. Der Asiatische Eschenprachtkäfer (Agrilus planipennis) drohe aber nun fünf der sechs verbreitetsten Arten zu vernichten, so die IUCN. 80 Pro-

zent der Bäume seien in Gefahr, darunter Rot-, Weiß- und Schwarz-Eschen (Fraxinus pennsylvanica, F. americana, F. nigra).

Der Käfer sei Ende der 90er Jahre auf Schiffspaletten eingeschleppt worden und habe sich rasant ausgebreitet. Die Klimaerwärmung lasse ihn auch in einigen eigentlich für ihn zu kalten Regionen überleben.

Die Weiß-Esche ist nach Angaben der IUCN der wertvollste Baum der amerikanischen Holzindustrie. Daraus werden Möbel, Baseball- und Tennisschläger gemacht.

Experten haben für die Rote Liste fast 88.000 Arten unter die Lupe genommen. Das ist ein Bruchteil der geschätzten zehn Millionen Tier- und Pflanzenarten auf dem Planeten. Von den untersuchten Arten sind nach Meinung der Experten gut 25.000 bedroht. Die Zahl in der höchsten Kategorie, „vom Aussterben bedroht“, stieg von 5157 auf 5403. *dpa*

Therapie gegen Demenz

Virtuelle Straßenszenen

Virtuelle Straßenszenen aus den 50er-Jahren sollen künftig den Krankheitsverlauf von Alzheimer und anderen Demenzerkrankungen verlangsamen.

An einer Klinik in Krefeld wollen Ärzte die Erinnerungen der Patienten mithilfe von Virtual-Reality-Brillen wecken. Das Projekt mit dem Titel „Krefeld im Wirtschaftswunder“ startete an diesem Donnerstag. Patienten können sich dabei mit einer Virtual-Reality-Brille durch historische Straßenszenen bewegen und so in ihrer eigenen Vergangenheit reisen. Im Rahmen sogenannter Biografie-Arbeit sei diese Methode durchaus sinnvoll, erklärt Susanna Saxl von der Deutschen Alzheimer Gesellschaft. „Dabei wird versucht, positive Erinnerungen und Lebensfreude zu wecken. Das kann den Krankheitsverlauf verlangsamen“, meint Saxl. *dpa*

Sonderveröffentlichung

Aktuelle Angebote am Montag Reisemagazin

Auf Cervantes Spuren

Castilla La Mancha, die Provinz im Herzen der iberischen Halbinsel, und die Küstenstadt Valencia sind Höhepunkte einer neuen, geführten Radreise des Spezialveranstalters Rotalis.

Von Madrid aus geht es über die historische Stadt Toledo, dem Land der berühmten Windmühlen, der Ruta de Don Quijote und der kastilischen Ebenen bis nach Valencia an der Mittelmeerküste, wo das spanische Nationalgericht, die Paella, ihren Ursprung hat. Wie es bei diesem Rad-Reiseprofil üblich ist, wird diese Woche durch den intensiven Kontakt mit Land und Leuten zu einem sportlich-spanischen Fest – mit dem Höhepunkt eines Paella-Kochkurses „Valencia“.

Nicht so sehr sportliche Zeitgenossen brauchen keine Angst haben. Es wird keine „Tour de la Mancha“ mit radlerischen Höchstleistungen.



Windmühlen in La Mancha
FOTO ROTALIS

Vielmehr geht es gemütlich und nie mehr als 49 Kilometer pro Tag durch das ursprüngliche Spanien, durch das Land des „Ritters von der traurigen Gestalt“. Zug- und Bustransfers sind immer eingeplant und auch außerordentlich möglich.

Schließlich sorgt der Veranstalter mit einer professionellen Reiseleitung und einem immer verfügbaren Begleitfahrzeug für totale Flexibilität. Die bestens ausgearbeitete Routenplanung sowie die hochwertigen Hotels, teilweise an historischen Plätzen, sollten aber ohnehin für entspannte Radtage mit vielen Eindrücken sorgen.

Die weiteren Höhepunkte der Tour? Jeweils eine Stadt-

führung per Rad in Madrid und Valencia, die Unesco-Welterbestadt Toledo mit dem Sitz des spanischen Bischofs, Consuegra mit den weltberühmten Windmühlen, das Naturschutzgebiet der Lagunen von Ruideira, eine Kanufahrt in diesen Lagunen sowie der abschließende Paella-Kochkurs, für den gemeinsam auf dem Markt im historischen Valencia die Zutaten eingekauft werden. Außerdem natürlich Übernachtungen in sehr speziellen Hotels, wie in Madrid direkt gegenüber dem berühmten Prado.

Info: Tel. (07712) 500 00, E-Mail: info@rotalis.com
www.rotalis.com

MEGA LAST MINUTE..!
Rhodos: 4,5* Kallithea Palace, RP, 13 T am 03.05 nur 499,-
Fuerte: 4,5* Occidental Jandia, AI, 13 T am 18.01 für nur 766,-
Ägypten: 5* Grand Makadi Resort, AI, 2Wo, Nov-Jan ab 469,-
Kreuzfahrt Kracher incl. Flüge+Transfers!!
AIDA: Kanaren+Balearien, 10 T, am 06./13.12+Jan ab 769,-
MS-Schiff: Karibik, 2Wo, Nov+Dez/Jan+Feb ab 2.199,-
MS-Schiff: Adria/Alba, 1Wo, 10.09+15.09+20.09 ab 1.195,-
MS-Schiff: Kanaren/Ägypten, 11 T am 03.12+Jan ab 1.295,-
TUI Reisecenter Unna
Tagesreisen und Sonderreisen! Freie Service Wirt und
Hotels! Einzigartige Angebote! Kostenlose Beratung zu
besten Tagespreisen! Alle Kreuzfahrten zu Bestspecial-Tarifen!
TUI Reisecenter Unna
eine Filiale von Stoffregen GmbH Reisebüro
Unna, Massener Str. 7, Tel: 02303-23777
Reise-Portal: www.reiseportal24.com

Infos zu Sportreisen
www.RuhrNachrichten.de
Ruhr Nachrichten
Das Beste am Guten Morgen

SKANTOURS Buchung und Beratung
City Reisebüro, Kuckelke 10, Tel: 579001

SKAN-CLUB Goldene Ostseeküste
60 plus MORADA Resort Kühlungsborn
8-Tage-Seniorenreisen
Direkt am Kühlungsborner Ostseestrand verortet
das MORADA Resort Kühlungsborn seine Gäste
mit komfortabel ausgestatteten Zimmern, mit
stilvollen gastronomischen Einrichtungen, mit
Hallenbad, nostalgischer Leseecke, Einkaufspas-
sage u. v. m.
Leistungen:
• Fahrt im Nichtsrenferreisebus mit WC
und Getränke-Service
• 7 Übernachtungen in Zimmern
mit Dusche, WC und Bademantel
• 7 x reichhaltiges MORADA-Frühstücksbuffet
• 5 x Abendessen als Buffet
• Galabuffet mit musikalischer Umrahmung
• Mecklenburgisches Buffet
• Willkommenscocktail
• Geführte Wanderung nach Heiligendamm
• Wanderung zum Riedensee
• Morgensport, Reiseforum
• Kostenlose Nutzung des Hallenbades
• Betreuung durch das SKAN-CLUB
60 plus-Team
• Kofferservice im Hotel u. v. m.
Zuschlag für DZ-Alleinbenutzung ab € 99,-
Kostenloses Kunden-Service: Telefon 0 800-123 19 19 (tägl. 8 – 20 Uhr auch Sa + So)
BUCHUNG UND BERATUNG BEI:
Dortmund: CENTRAL RB am Frenshof, Hansastr. 4-12, Tel.: 02 31-52 79 75
Thomas Cook Reisebüro: Gleiwitzstr. 297, Tel.: 0 23 1-24 5 24 **Kamen:** RB Timmermann:
Märkische Str. 10, Tel.: 0 23 07-94 46 58 RB Brinkmann: Robert-Koch-Str. 66, Tel.: 0 23 07-93 77 11
Lünen: RB HORN: Lange Str. 37, Tel.: 0 23 06-75 06 50 **Schwerte:** RB Globus: Rathausstr. 10,
Tel.: 0 23 04-2 20 27 u. 08 00-20 28 00 **RS Schwerte:** Märkische Str. 18, Tel.: 0 23 04-24 57 70
Reisebüro Büren: Friedr.-Heigel-Str. 11b, Tel.: 0 23 04-94 30 05 **Selm:** Horn Seimer RB:
Kreistra. 51, Tel.: 0 25 92-93 00 **Unna:** RB Timmermann: Markt Königsborn 3-4,
Tel.: 0 23 03-25 40 60 **Buchum:** Reisecenter Altenbochum: Wittener Str. 247,
Tel.: 0 23 34-33 83 87 **Witten:** Wittener RB: Bahnhofstr. 36, Tel.: 0 23 02-5 90 05 25
www.seniorenreisen.de Veranstalter: SKAN-TOURS Touristik International GmbH
Golfweg 1, 38531 Haindtorf

Central Reisebüro
Hansastr. 4-12, Tel. 0231 527975
Alle Angebote und dazu noch eine kompetente Fachberatung bei uns im Reisebüro.
Profitieren Sie vom Mehrwert unserer 30-jährigen Erfahrung.
Wir sind bundesweit TOP – Agentur bei AIDA-Cruises++TOP-Agentur bei TUI
„Mein Schiff“ ++TOP-Agentur bei ROBINSON ++TOP-Agentur bei RIU – Hotels
Aktuelle Angebote gibt es unter: www.centraldortmund.de

Krippe mit echten Tieren in Brünn

Weihnachtsmarkt-Romantik in Prag

Prager Schinken, Glühwein und die Atmosphäre der historischen Altstadt: Die Weihnachtsmärkte in Prag sollen auch 2017 Zehntausende Touristen anziehen. Der Weihnachtsbaum auf dem zentralen Altstadt-Ring ist diesmal eine 24 Meter hohe Fichte vom Ufer der Berounka, einem Nebenfluss der Moldau. Er wird am 2. Dezember feierlich beleuchtet. Die Weihnachtsmarktsaison (bis zum 6. Januar 2018) wird damit offiziell eröffnet.

Vorweihnachtliche Stimmung lässt sich in tschechischen Hauptstadt auch auf vielen kleineren Weihnachtsmärkten

genießen. Dem Massentourismus entgeht am besten auf dem Mint Fashion Market auf dem Hyberska-Campus der Karlsuniversität. Dort laden die Kreationen junger tschechischer Designer zum Stöbern ein.

Besinnlicher geht es im katholisch geprägten Landesteil Mähren zu: In Tschechien zweitgrößten Stadt Brünn (Brno) gibt es eine Krippe mit echten Tieren. Die klassischen Glühweinbecher werden von örtlichen Künstlern gestaltet - anders als im Rest des Landes, wo immer noch Einwegbecher verteilt werden. *dpa*

„Ich liebe Mein Schiff.“
PREMIUM
TRAUMZIELE AIDA
AIDAperla 1Wo Perlen am Mittelmeer inkl. Flug
25.11./2.12./9./16.12. 27.1./17.2.18 VERANDA ab 729,-
AIDAaura 2Wo Karibik&Mittelamerika inkl. Flug
13./27.Feb. 13./27.März ab 1699,- BALKON ab 2299,-
AIDAprima 1Wo KANREN & MADEIRA inkl. Flug
2./9./16.Dez./13./27.Jan.18 VERANDA ab 829,-
AIDAbella 10Tg. Portugal,Kanaren,Spanien inkl. Flug
8.12./19.1./9.2.18 ab 989,- BALKON ab 1189,-
Preis bei zur Berechnung: AIDA UNDO/USP-Konditionen. *BGM-Bordguthaben
AIDA Cruises Germany Branch of Costa Crociere S.p.A., Am Strand 36, 10555 Borsdorf

Pauschalreisen TOPANGEBOTE Dezember - Januar 2017
Mallorca: RIU Bravo / Playa de Palma z.B. 1./8. Dez. 4* HP 499,- 319,-
Ägypten: Sea Star Beau Rivage / Hurghada z.B. 6./13. Dez./9. Jan. 4* A.I. 488,- 322,-
Lanzarote: Club El Trebol / Costa Teguisse z.B. 19. Dez./14. Jan. 3* A.I. 649,- 399,-
Fuerteventura: Club RIU Oliva Beach Resort z.B. 10./11. Jan. 4* A.I. 889,- 499,-
Gran Canaria: Club Waikiki/Playa del Ingles z.B. 6./15. Dez./21./24. Jan. 3,5* A.I. 857,- 541,-
Teneriffa: Best. Jacaranda/Costa Adeje z.B. 9. Dez./11. Jan. 4* A.I. 953,- 584,-
Madeira: RIU Palace Madeira / Canico z.B. 9./12. Dez./4. Jan. 4,5* HP 959,- 569,-

CITY Reisebüro - Kuckelke 10 - 44135 Dortmund ☎ 02 31 / 57 90 01
Globus Reisebüro - Rathausstr. 10 - 59823 Schwerte ☎ 0 23 04 / 22 0 27
RTS Reisen - Dudenstraße 2-4, Ecke Hohe Straße - weitere Angebote: www.rts.de ☎ 02 31 / 58 44 910