



Ralph Zimmerhansl (l.) und Walter Bichlmeier auf den Musterflächen.

Blindenleitsystem unter die Lupe genommen

Zwölf blinde und sehbehinderte Menschen – darunter auch der Straubinger Ralph Zimmerhansl – erkundeten in Röhrnbach einen Musterparkour aus Rippen- und Noppenplatten (Bodenindikatoren). Dieses Blindenleitsystem ist nach der aktuellen gültigen DIN-Norm ausgeführt und somit auch für sehbehinderte Personen nutzbar, da neben den taktilen Platten auch Kontraststreifen verlegt sind. Dargestellt sind bei der Firma Bachl eine Bushaltestelle (Leitstreifen, Aufmerksamkeitsfeld und Einstiegsbereich) sowie eine Straßenüberquerung, ausgeführt als getrennte Querungsstelle mit differenzierter Bordhöhe, die von blinden Verkehrsteilnehmern und auch von Rollstuhl- und Rolatornutzern problemlos bewältigt werden kann.

Ralph Zimmerhansl (Beauftragter für Barrierefreie Umwelt- und Verkehrsraumgestaltung des Bayerischen Blinden- und Sehbehindertenbundes) erläuterte eindrucksvoll das System anhand der Ampelfarben. Allgemein fand man es schade, dass solche Baumaßnahmen zwar als barrierefrei beworben, aber nicht überprüft werden und dadurch kaum nutzbar sind. Übereinstimmend empfahlen Zimmerhansl und der niederbayerische Bezirksgruppenleiter Walter Bichlmeier allen öffentlichen und privaten Bauträgern, sich mit dem Blindenbund in Plattling in Verbindung zu setzen, bevor die Planung beginnt.

Frauen-Union lädt zum Familienausflug ein

Der herbstliche Familienausflug der Frauen-Union führt am Samstag, 29. September zum Eulenzoo in Deining und einer nahen Tropfsteinhöhle. Nach einer Mittags-Einkauf besteht die Möglichkeit, die schöne Stadt Velburg zu erkunden. Süß und lecker wird die Rückfahrt, denn in Laber wird die Schokoladenfabrik besichtigt und es können Schokolade und Pralinen einkauft werden. Auskunft zu Abfahrt und Kosten bei Kreisvorsitzender Hannelore Christ unter Telefon 61136 oder per E-Mail an Hannelore-christ@t-online.de.

ANZEIGE

Freunde der Stadt
STRAUBING
www.freunde-sr.de

Tante Limbisch und der Bodyguard

Pathologin PD Dr. Katharina Schmid hat ein Buch geschrieben: „Kopfsache gesund“

Sie ist Pathologin. Untersucht Zell- und Gewebeproben, stellt Diagnosen. Nüchtern. Sachlich. Streng schulmedizinisch. Privatdozentin Dr. Katharina Schmid, gebürtige Wienerin, und mit ihrer Praxis seit 2009 im Gründerzentrum im Hafen Straubing-Sand niedergelassen. 2011 hat sie in ihrem Fachgebiet habilitiert. Sie hat trotzdem oder gerade deswegen einen feinen Sensor für das, was den Menschen sonst noch ausmacht. Jetzt hat sie ein Buch geschrieben. Titel: „Kopfsache Gesund. Die Wissenschaft entdeckt die Heilkraft der Gedanken“. Es kommt am heutigen Samstag auf den Markt.

Ihre Überzeugung: Positive wie negative Gedanken beeinflussen die Gesundheit genauso wie Ernährung, Bewegung oder Stress. Noch so ein Esoterik-Schmöker? Vor zehn, 15 Jahren hätte man das als Esoterik abgetan, sagt sie, heute ist manches anders. Gott sei Dank. Denn Dr. Katharina Schmid kann ihre Überzeugung mit wissenschaftlichen Studien aus der Angewandten Hirnforschung, der Epigenetik, der Psychoneuroimmunologie und der Quantenphysik untermauern, die sie in akribischer Recherche aufgespürt und jetzt auf 200 Seiten kompakt zusammengefasst hat. Bestimmt kompliziert? Nicht wenn Katharina Schmid mit einer Portion Wiener Schmäh Tante Limbisch, den Bodyguard und den Neocortex mal wieder in Streit geraten lässt. Mit Happy End versteht sich.

Gedankenhygiene

Schriftstellerin habe sie schon als Kind werden wollen, sagt sie. Es kann kein Zufall gewesen sein, dass sie im literaturfreundlichen Wien per Zufall einen Verlag für ihr Projekt fand, noch ehe sie eine Zeile geschrieben hatte. Wenn sie von ihrem Thema spricht, dann bricht sich jede Menge Leidenschaft und ansteckende Neugier Bahn. Schon von Jugend an fasziniert sie Traditionelle Chinesische Medizin und die Heilkraft von Kräutern. „So etwas wie mein Steckenpferd.“ Seit die heute 49-Jährige in jungen Jahren einen Kurs besucht hat, praktiziert sie selber täglich so selbstverständlich wie Zähneputzen, was sie „Gedankenhygiene“ nennt. Kurze Gedanken-Impulse: Die eigene Aufmerksamkeit auf etwas Schönes richten. „Man braucht positive Bilder, um positiv denken zu können.“ Und hier geht es nicht um schönreden oder schönreden. Dass Sportler Mentaltrainer hätten, sei heute akzeptiert. Niemand lache darüber. Warum solle nicht jeder daran arbeiten können, über eine Situation, die gerade nicht gut für ihn läuft, anders denken zu lernen und das Ruder herumzureißen?, fragt sie. Oder von einer Krankheit zu lernen, zum Beispiel mehr Achtsamkeit sich selbst gegenüber. Wenn sie zum Beispiel einen Schlüssel verloren hat, stellt sie sich das Bild vor, dass sie ihn wieder gefunden hat. „Dabei wird das Gehirn frei, das verlorene Teil wiederzufinden“, sagt sie. Das funktioniere nicht auf Anhieb, aber



Privatdozentin Dr. Katharina Schmid ist Pathologin und seit neun Jahren im Gründerzentrum im Hafen Straubing-Sand niedergelassen.

mit der Zeit. „Edison hat auch 10000 mal geübt, wie es nicht geht und doch das Licht in die Nacht gebracht.“

Immunsystem entscheidend

Das Immunsystem ist in ihren Augen für die Gesundheit letztlich immer entscheidend. Es werde negativ beeinflusst von Stress, anhaltenden Ängsten, tiefer Trauer, lange unterdrückter Wut. Dem Immunsystem tue dagegen gut, wenn man mit sich selber in Einklang ist. „Das muss man lernen. Das ist ein längerer Prozess, aber der Körper hat auch lange gebraucht, um krank zu werden.“

In die Reihe schräg daherkommender Buchtitel aus der Hardcore-Esoterik will sie sich nicht einreihen. Ihr Metier, die Pathologie, bürgt für Seriosität. Nicht nachprüfbarer Heilslehren hängt sie nicht nach. Autoren wie Giulia Enders, die mit „Darm mit Charme“ einen Bestseller gelandet hat, fühlt sich Dr. Katharina Schmid da deutlich näher. „Ich bewundere sie“, erzählt Dr. Katharina Schmid. Für den Buchinhalt genauso wie für ihre Bescheidenheit. Vom ersten Ertrag des Buches hat sich Giulia Enders ein Auto gekauft – ein gebrauchtes.

So wie die Schulmedizin über die Jahre und Jahrzehnte bedeutende therapeutische Fortschritte gemacht hat, hat in Dr. Katharina Schmid Augen auch die Offenheit dafür zugenommen, dass zielgerichtetes Denken einen Krankheitsverlauf konstruktiv beeinflussen,

zentsatz stellt eine Wirkung bei sich fest. All das sei keine Einbildung, kein blinder Glaube, vielmehr deckten sich diese Erfahrungen mit wissenschaftlichen Erkenntnissen und mit alten Medizintraditionen. Dr. Katharina Schmid hat sich darauf eingelassen, diese Phänomene mit wissenschaftlichen Fakten für den Laien verständlich zu erklären. Sie prägt Begriffe, die vielsagend und prägnant sind. Unterhaltsam und alltagstauglich noch dazu.

Erfahrung als Hausärztin

Kein Wunder, denn jahrelang praktizierte sie in ihrer Heimatstadt Wien nebenbei als Allgemeinmedizinerin und betreibt heute als zweites Standbein Lebens(freude)- und Gesundheitsberatung. Ihre Welt sind längst nicht nur die Gewebeproben, deren Botschaft sie täglich entschlüsselt, sondern das Gespräch mit Patienten. Das findet sie umso reizvoller, weil sie im Pathologienalltag eben keinen Patienten als direktes Gegenüber hat. Sie weiß, was die Menschen umtreibt, was ihnen Angst macht, was sie gerne als Ausrede benutzen. Sie bringt ausgesuchte Beispiele von Patienten und was fast noch interessanter ist, wie sie selber als Arzt damit umgeht. Da erlebt der Leser manche Überraschung. Weil er sich womöglich wiedererkennt: Als Couchpotato, den kaum etwas von Sofa und Chips weglocken kann. Als einer, der um Arztpraxen einen Bogen macht, weil „da könnte ja nur etwas Schlimmes gefunden werden“. Als am Limit agierend zwischen schwieriger Familiensituation, Bandscheibenproblemen und materiellen Existenzsorgen.

Ihre Überzeugung ist, dass für die Medizin der Zukunft die strikte Trennung zwischen Schul- und Alternativmedizin nicht mehr zeitgemäß ist. Ihr Buch ist ein Plädoyer für eine ganzheitliche Medizin und einen insofern selbstbestimmten Patienten, als er sich den Prügelein, die das Leben uns dann und wann mit einer Krankheit gegen das Schienbein knallt, nicht schutzlos ausgesetzt fühlen muss. „Die Gewohnheit, auch in schwierigen Situationen Ruhe zu bewahren, ist eine gute Grundlage, um sich der eigenen Genesung zuwenden zu können.“ Im Vertrauen auf das Können und die technischen Möglichkeiten der Schulmedizin, und im Vertrauen auf das Potenzial der eigenen Gedanken. „Kopfsache gesund“ eben. Ihr Buch „holt den Leser heraus aus der Ohnmacht, aber entlässt ihn nicht aus der Selbstverantwortung“.

Monika Schneider-Straninger

Info

„Kopfsache Gesund – Die Wissenschaft entdeckt die Heilkraft der Gedanken“ (edition a, Wien; 203 Seiten) stellt PD Dr. Katharina Schmid am Donnerstag, 27. September, 19 Uhr, im Begegnungscafé im Familienhaus an der Eichendorffstraße 11, der Öffentlichkeit vor. Der Eintritt ist frei. Alle Interessierten sind willkommen.



Sie hat ein Buch geschrieben, nicht über Pathologie, sondern die Kraft der Gedanken für die Gesundheit.

schulmedizinische Therapien besser überstehen und eine raschere Erholung eintreten lässt. Zufall? Daran glaubt die Pathologin nicht.

In ihrem Buch zeigt sie eine ganze Reihe von Phänomenen auf, die wir alle kennen. Ein Beispiel: Die eigenen Gedanken kreisen um ein Thema, das einen momentan völlig beherrscht. Da geht man in eine Buchhandlung und sieht sich einem ganzen Tisch voll Literatur genau zu diesem Thema gegenüber. Oder: Eine Mutter spürt, irgendetwas stimmt nicht mit ihrem Kind, auch wenn jenes sich gerade weit weg von ihr aufhält. Oder: Menschen werden in einer Testreihe Placebos verabreicht und einen stattlichen Pro-

Partnerschaftsangebot für Physiotherapeut/in zum Oktober 2018 in Straubing gesucht

Alteingesessene Praxis mit festem Patientenstamm in Straubing sucht eine/n Kollege/in für eine Junior Partnerschaft.

Finanzielle Beteiligung oder Einlagen sind nicht erforderlich. Zusatzqualifikationen sind jedoch erwünscht.

☒ 032751Z Straubinger Tagblatt, Ludwigsplatz 32, 94315 Straubing

Anzeigen

regeln Angebot und Nachfrage!

Geschäftsanzeigen

BEPOL POLSTEREI

- Neubezüge und Reparaturen
- Polstermöbel Maßanfertigung
- Objekt, Boot und Kfz
- 80.000 Stoffe und Leder
- Matratzen nach Maß
- Kostenlose Beratung
- Abholung/Anlieferung möglich

Berger Polsterungen
Straßkirchner Str. 11 • 94342 Irlbach
Tel. 09424/903467 • www.bepol.de

Kassensysteme

W. Hornauer – Bürotechnik
Innere Passauer Straße 8
Straubing • Tel. 09421/12062

Normstahl

Industrietore • Garagentore
Sommer-Torantriebe



Helmuth Schmidt GmbH
94339 Leibfing/Niedersunzing
Tel. 09427-1455 • Fax 09427-1444

Inserieren bringt Gewinn!

NUSSER

Industriestraße 16
94315 Straubing

Ab sofort **Diesel B0** ab Lager Straubing verfügbar:

- ✓ OHNE biogene Anteile
- ✓ ganzjährige Winterqualität

Wir beraten Sie gerne:
09421/5527-0

www.nusser-mineraloel.de

