

Die Patriarchin

Im April wird **Thresl Handl** hundert Jahre alt. Kein Grund für die Pinzgauer Bäuerin, die Führung ihres Hofes an den inzwischen 74-jährigen Sohn Hans abzugeben, der weniger Duldsamkeit als der ewig in der Warteschleife zum Thron kreisende Prinz Charles an den Tag legt: „So werden hier einfach zwei Generationen ausgeschaltet.“ Die „Omami“ rührt das kaum. Sie kocht täglich – auch noch für ihre Stammgäste; hackt ihr Holz selbst und kennt keinen Stillstand. Täglich trinkt sie „ein Eibier und hie und da ein Lackerl Schnapsl, das ist gut für die Gesundheit“. Und sitzt mit ihren Gästen lachend in der Wirtshausstube. „Ich kann das nicht haben, das niemand kommt. Ich will Bewegung haben. Der Mensch braucht das, sonst stirbt er.“ Der einzige Grund, nicht mehr zu arbeiten, wäre für sie der Tod. „An dem Tag, an dem ich zu arbeiten aufhör, bin ich tot“, sagt sie. Zwei Jahre lang hat ihr Enkel, der Dokumentarfilmer Richard Rossmann, seine Großmutter beim Leben beobachtet. „Tagaus, tagein“ (www.tagaustagein-derfilm.com, in Wien am 4.3. im Rahmen der Frauentage zu sehen) ist ein unsentimentaler wie kraftvoller Film über die Funktionsstichtigkeit als verlässlichstes Lebenselixier. „Meine Großmutter sagte



oft: ‚Wenn du alt bist, bist du nichts mehr wert‘, erzählt Rossmann, ‚dagegen wehrt sie sich bis heute. Ihre Willensstärke und ihre unbeirrbar Lebenslust faszinieren mich – und ihre Fähigkeit, noch im hohen Alter den gesellschaftlichen Konventionen zu trotzen und ihr Leben selbst zu bestimmen. Frauen von diesem Schlag gibt es nicht mehr viele. Es war für mich nahezu eine Notwendigkeit, diesen Lebenswillen zu dokumentieren.‘

Form eines Arztwechsels oder einer Rheumadeckenfahrt stillen, noch einmal aufzuzeigen.

Höhere Bildung führt zu mehr Wohlstand und einem gesteigerten Gesundheitsbewusstsein, was eine wachsende Lebenserwartung zur Folge hat. Das ist ein globales Phänomen: Je gebildeter eine Gesellschaft ist, desto geringer ist die Kindersterblichkeit und desto besser ist das öffentliche Gesundheitssystem. Das gilt nicht allein für reiche Länder. Kuba zum Beispiel hat viel in Bildung und Gesundheit investiert, verfügt über eines der besten Bildungs- beziehungsweise Gesundheitssysteme Lateinamerikas und verzeichnet heute trotz seiner wirtschaftlichen Schwäche bei Männern eine höhere Lebenserwartung als die USA.

Doch das gilt nicht für alle Bereiche. Gebildete und wohlhabendere Bevölkerungsschichten greifen auch neue und oft gesundheitsschädigende Lebensstile und die damit verbundenen Verhaltensweisen – in einer Art hedonistischem Avantgarde-Verhalten – rascher auf und leiden daher früher unter den möglichen gesundheitlichen Folgen. Das war bei der Entwicklung des Tabakrauchens genauso zu beobachten wie bei Aids: Die gesellschaftlichen Vorreiter waren von den Folgen früher betroffen als die übrige Bevölkerung, begannen sich aber auch früher dagegen zu schützen.

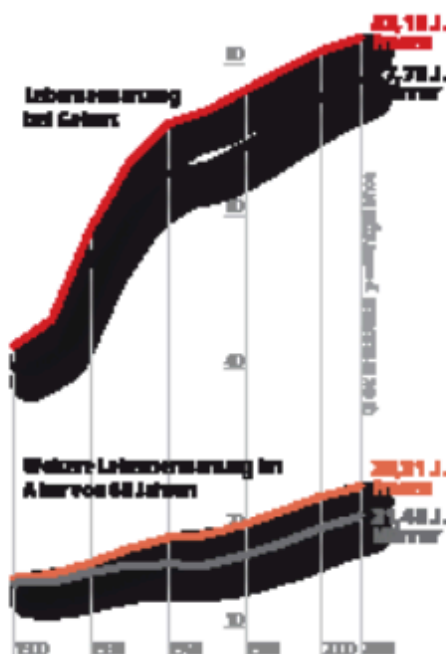
Ähnlich verlief die Entwicklung bei Aids sogar in Afrika. Die gesellschaftlich Bessergestellten konnten sich Reisen leisten, lebten stärker promiskuitiv und gehörten daher zu den ersten Betroffenen der Seuche. Zugleich waren Angehörige der gebildeteren Oberschicht die ersten, welche über die Gefahren Bescheid wussten und auch darüber, wie man sich dagegen schützt. Heute ist Aids auch in Afrika vorwiegend eine Erkrankung der Armen.

Gebildete Bevölkerungsschichten tendieren dazu, ihr Leben besser zu planen und intensivere gesundheitliche Prävention zu betreiben als Ungebildete. Sie sind besser über die Ursachen von Krankheiten informiert und gehen eher zu Vorsorgeuntersuchungen als Ungebildete. Dazu kommen soziale Faktoren, die geringere Chancen für ein langes Leben nach sich ziehen: Von vielen Zivilisationskrankheiten, wie etwa Fettleibigkeit und Diabetes, ist die Unterschicht wesentlich stärker betroffen als die gesundheitlich weit bewussteren Mittel- und Oberschicht.

Wie sehr eine kalorienarme und weit-

Anstieg der Lebenserwartung

Seit 1900 hat sich die Lebenserwartung für Neugeborene verdoppelt. Hauptgrund ist der Rückgang der Kindersterblichkeit.



gehend kohlehydratfreie Ernährung den Lebensherbst beeinflussen kann, beweist die Bevölkerung der kleinen japanischen Insel Okinawa, die weltweit die höchste Dichte von Hundertjährigen aufweist. Japaner gelten global als jene Bevölkerungsgruppe mit der höchsten Alterschance, aber auf der Insel mit dem subtropischen Klima sind die Menschen aufgrund ihrer fisch- und pflanzenreichen Ernährung und kleineren Rationen besonders schlank.

Weniger Nahrung bedeutet weniger Belastung für den Organismus und daher geringere Anfälligkeit für bestimmte Zivilisationskrankheiten. „Das wurde an etlichen Modellorganismen, vom Fadenwurm *C. elegans* bis zu höheren Lebewesen, bewiesen. Bei Affen hat sich die gesunde Lebensspanne ausgeweitet“, erklärt Beatrix Grubeck-Loebenstein, Leiterin des Innsbrucker Instituts für Altersforschung und in dieser Funktion Nachfolgerin seines Gründers Georg Wick. In den USA gibt es mittlerweile Selbsthilfegruppen, die durch Kalorienrestriktion ein höheres Lebensalter erreichen wollen.

In Europa ist das Methusalem-Zentrum im gebirgigen Teil Sardinien angesiedelt. Statistisch betrachtet gibt es dort 135 Hundertjährige auf eine Million Menschen, auf dem übrigen Kontinent sind es gerade einmal achtzig.