

RATGEBER



Alfred R. Böhm
Dipl. Astrologe SFA

Freiheit des Geistes

Gestern Morgen, in aller Frühe, wechselte die Sonne in das Tierkreiszeichen Schütze. Der Übertritt war nicht ganz geräuschlos und zeugt von den momentan auf der Erde herrschenden unterschiedlichsten Glaubensüberzeugungen. Dabei sind nicht nur die Religionen angesprochen, sondern auch alle Vorstellungen, die mit Wirtschaft, Politik, Gesundheit etc. verbunden sind.

Leben ist nicht getrennt

Nur wenige Menschen merken, dass all diese Bereiche wie durch ein geheimnisvolles Netz miteinander verbunden sind. Es reicht nicht mehr einerseits für einen freien Handel zu plädieren und andererseits dem Nachbarn mit dem Brummen der eigenen Klimaanlage das Leben zur Hölle zu machen.

Mangel ist menschengemacht

Der Mensch ist ein Wunder an komplexer Vernetzung. Die Menschen, die heute von der gegenwärtigen Situation profitieren und diejenigen, die permanent damit beschäftigt sind, nur ihr Leben zu erhalten, sind nur die zwei Seiten der gleichen Medaille. Wenn irgendwo Mangel auftaucht, muss an anderer Stelle etwas zuviel sein. Die Ökonomie der Natur kennt demgegenüber keinen Mangel. Betrachten wir nur einmal den verschwenderischen Umgang der Natur bei der Fortpflanzung. Im Wesen der Natur liegen nicht die Verknappung, sondern die Fülle und Reichtum. Was macht aber der Mensch? Er macht genau das Gegenteil.

Aus der Geschichte lernen?

Wir scheinen heute wieder an einer Schwelle wie vor 100 Jahren zu stehen. Nur leider sind die damaligen Lösungen für die heutige Zeit wenig verlockend. Nationalsozialismus und Kommunismus mögen historisch folgerichtig erscheinen. Von den unzähligen Opfern dieser Ideologien kann man nur sagen, der Preis war zu hoch.

Eigentum verpflichtet

Welchen Preis wollen wir aber heute zahlen, wenn wir daran denken, dass immer mehr Menschen zu den Verlierern der gegenwärtigen ökonomischen Entwicklung gehören? In Deutschland besitzen z.B. 10 % der Bevölkerung 47 % des gesamten Vermögens. Irgendwo wird die Rechnung der neuen Regierung nicht mehr aufgehen, wenn sie ausgerechnet dem grossen Teil der Bevölkerung immer mehr zumutet und an der Umverteilung des Vermögens von unten nach oben nichts ändert.

Solidarität ist das Nadelöhr

Der Mensch ist frei, doch diese Freiheit ist nur jene, die vom Gegenüber zugelassen wird. Leben wollen alle. Wer aber versteht, dass die Finger einer Hand nicht getrennt sondern nur gemeinsam Sinn machen, kann mit dieser Hand auch etwas anpacken.

Telefonische Gratis-Sprechstunde diese Woche: Morgen Donnerstag 10 bis 11 Uhr und 21 bis 22 Uhr.

www.astrocoach.ch

Europa im Stress

Schweizer Arbeitnehmer am meisten unter Druck



Im europaweiten Vergleich ist der Stresspegel bei Schweizer Arbeitnehmern am höchsten.

NEUCHÂTEL – Die Führenden im europaweiten Stresspegel-Vergleich sind die Schweizer. Jeder dritte Schweizer Arbeitnehmer fühlt sich arbeitsbedingt gestresst.

Betroffen sind dabei vor allem jüngere, männliche Arbeitnehmer und fast die Hälfte der IT-Beschäftigten. Doch bedeutet Druck am Arbeitsplatz nicht zwingend Unzufriedenheit, wie eine europaweite Untersuchung von Kelly Services aufzeigt. «Die Ergebnisse der Studie haben uns im Endeffekt nur bestätigt. Es war schon vorher bekannt, dass man immer mehr in immer weniger Zeit schaffen soll», so Leif Agnéus, Generaldirektor von Kelly Services. Doch hätten ihn die Ergebnisse für die Schweiz doch etwas erstaunt.

Männer eher gestresst

In den zwölf europäischen Ländern wurden insgesamt 19 000 Personen befragt. Im Durchschnitt sind davon 27 Prozent arbeitsbe-

dingt im Stress. In der Schweiz nahmen 1372 Personen an der Umfrage teil. Davon gaben 32 Prozent der Frauen an, gestresst zu sein, bei den Männern waren es 35 Prozent. Im Gegensatz zum übrigen Europa, wo eher ältere Beschäftigte unter grosser Arbeitsbelastung leiden, sind in der Schweiz jüngere Arbeitnehmende in der Altersgruppe 25 bis 34 Jahre betroffen (36 Prozent). Teilzeitbeschäftigte verzeichnen mit 25 Prozent die niedrigsten Belastungsraten, bei Beschäftigten mit langen Arbeitszeiten (51 Stunden und mehr) ist die Belastung mit 68 Prozent am höchsten. Am gelassensten geht man in den Niederlanden an die Arbeit heran. Dort fühlen sich nur 16 Prozent gestresst.

Unterfordert und unzufrieden

Was die Zufriedenheit am Arbeitsplatz anbelangt, sind 37 Prozent der überbelasteten Arbeitnehmer unzufrieden. Bei denjenigen mit normalem Stressaufkommen sind es lediglich 20 Prozent. Am

unzufriedensten sind die beruflich unterforderten Arbeitnehmenden mit 44 Prozent. «Natürlich ist Unterforderung auch Stress. Es geht dabei um die eigene Wertschätzung und darum, dass man sich am Arbeitsplatz wohl fühlen sollte», erklärte Agnéus.

Informatiker am meisten von Stress betroffen

Das Stressaufkommen erwies sich nach Berufsgattungen unterschiedlich. Am stärksten sind Informatik-Beschäftigte betroffen, wo 46 Prozent der Befragten angaben, sich sehr gestresst zu fühlen. Die niedrigsten Raten sind in den Bereichen Human Resources und in der Buchhaltung mit je 22 Prozent zu finden. «Eine hohe Arbeitsbelastung kann für kurze Zeit die Produktivität und Kreativität erhöhen. Wenn aber der Leistungs- und Zeitdruck chronisch werden, kann das zu Produktivitätsverlusten bis hin zu gesundheitlichen Beeinträchtigungen führen», so Agnéus abschliessend. (PD)

Bakterien stehlen Infos

Raffinierte Vorgehensweise im Überlebenskampf

LONDON – Im Kampf gegen Antibiotika und andere Feinde müssen Bakterien sich ständig neu anpassen, wollen sie unter den sich ändernden Rahmenbedingungen überleben.

Einem kürzlich publizierten Bericht von Nature Genetics zufolge, gelingt ihnen dies, indem sie genetische Informationen von anderen, besser angepassten Bakterienarten «stehlen». Dieser Vorgang, den ein an der Studie beteiligter Wissenschaftler scherzhaft als «Sex unter Bakterien» bezeichnet, ist unter dem Begriff horizontaler Gentransfer bekannt.

«Bakterien übernehmen neue Gene oft durch direkten Transfer von anderen Bakterienarten», erklärt Studienautor Martin Lercher von der University of Bath. Dies sei in der Bakterienwelt in gewisser Weise vergleichbar mit Sex und spiele bei der Frage, wie krankheitsregende Bakterien gegenüber Antibiotika resistent werden, eine ganz entscheidende Rolle, so Lercher weiter. In einer erstmalig durchgeführten systematischen Analyse ist es den Forschern am



Bakterien sind im Überlebenskampf sehr anpassungsfähig.

Beispiel des Bakteriums Escherichia coli jetzt gelungen nachzuweisen, wie Bakterien ihre metabolischen Netzwerke aufgrund veränderter Lebensbedingungen adaptieren.

Anpassung an neue Bedingungen

Die Wissenschaftler fanden heraus, dass in den vergangenen 100 Mio. Jahren etwa 25 der rund 900 metabolischen Gene von E.coli in

das interagierende Proteinen-Netzwerk der Bakterienart neu eingefügt wurden. Das Interessante dabei ist, dass dieser Vorgang in erster Linie durch horizontalen Gentransfer und nicht durch weiterentwickelte Genduplikationen, die gelegentlich auch bei Tieren vorkommen können, ausgelöst wurde. Ausserdem fanden die Wissenschaftler heraus, dass die meisten der übernommenen Gene dem Bakterium nicht zur Verbesserung der Leistungsfähigkeit in seiner bekannten Umgebung dienen, sondern ausschliesslich dafür bestimmt waren, ihm die Anpassung an veränderte Lebensbedingungen zu ermöglichen.

Bequeme Bakterien

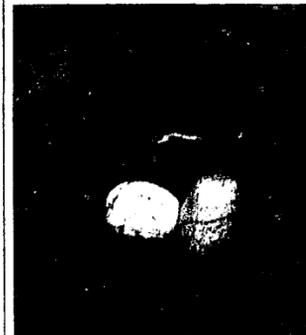
«Bakterien stehen unter dem ständigen Druck sich anzupassen. Sie reagieren, indem sie genetische Informationen von besser adaptierten Bakterienarten übernehmen», so Lercher. Er vergleicht diese Eigenheit mit der auch der Menschheit nicht fremden Bequemlichkeit: «Warum das Rad zwei Mal erfinden, wenn jemand anderer schon eine Lösung zu deinem Problem bereit hat?» (PD)

KURZ-NEWS

Blutsaugendes Überraschungsel

BERLIN – Biologen aus Wilhelmshaven und Berlin haben einem Vorbericht des Journal of Ornithology zufolge eine ebenso elegante wie trickreiche Methode entwickelt, um Vögeln stressfrei Blut abzunehmen.

Sie nutzen dazu eine Raubwanze, die sie den Federtieren im wahrsten Sinne des Wortes unterschieben: in einem präparierten Kunststoffei. Die Forscher umgehen damit die für die Vögel stressvolle Prozedur der herkömmlichen Blutabnahme mittels Kanülen, zu deren Zweck die freilebenden Tiere erst gefangen werden müssen. Die eingesetzte Raubwanze Dipetalogaster maximus erledigt die Aufgabe hingegen völlig unbemerkt von den unfreiwilligen Blutspendern.



Dazu wird jeweils ein ganzes Gelege mit künstlichen Eiern ausgetauscht, wovon eines ausgehöhlt und mit einer hungrigen Raubwanze bestückt ist. Diese kann durch eine kleine Öffnung, die mit einem feinen Netz versehen ist, zustechen und das Blut der brütenden Vögel anzapfen. Die Prozedur dauert zwischen zehn und dreissig Minuten. Danach werden die Eier wieder rückgetauscht, inklusive der Blutprobe, die aus dem Kropf der Wanze entnommen werden kann. In einer kürzlich durchgeführten Teststudie gelang es den Wissenschaftlern Peter Becker vom Institut für Vogelforschung in Wilhelmshaven und Christian Voigt vom Leibniz-Institut für Zoo- und Wildtierforschung in Berlin mit dieser Methode 78 Blutproben einer brütenden Flussschwalbenkolonie zu bekommen. 68 dieser Proben wiesen mehr als 100 Mikroliter Plasma auf – genug für eine Laboranalyse. (PD)

Bessere Therapien gegen Hautkrebs

HAMBURG – Zwei deutsche Forscher haben das weltweit erste Computermodell der menschlichen Haut entwickelt. Dieses soll dem besseren Verständnis der Hautentstehung dienen und damit die Chance zur Entwicklung neuer Therapieansätze verbessern. Die Arbeitsergebnisse des Dermatologen und des Bioinformatikers wurden in der internationalen Wissenschaftszeitschrift «Bioinformatics» veröffentlicht.

Die Forscher erhoffen sich von dem Computermodell neue Perspektiven zur Therapie der stark zunehmenden Hautkrebs-erkrankungen. «Bei dem Modell handelt es sich erst um einen Prototypen, der nur dann erfolgreich sein kann, wenn er als interdisziplinäre Kooperation mit Forschergruppen aus den verschiedenen relevanten Gebieten erweitert wird», erklärt Neuber. (PD)